

**EMPLOYEE ASSISTANCE PROGRAM (EAP) DAN RESILIENSI KARYAWAN
GALANGAN KAPAL BATAM : SEBUAH SOLUSI ALTERNATIF DARI
PERSPEKTIF PSIKOLOGI**

Fadilatul Nurul Azmi¹, Elizabeth²

Email: fadillatulnurula@univbatam.ac.id¹

Program Studi Psikologi Universitas Batam^{1,2}

Abstrak : Batam merupakan salah satu kota industri yang cukup besar di Indonesia, banyak terdapat kawasan industri di kota Batam. Selain sektor industri manufaktur, Batam mempunyai banyak industri galangan kapal (*shipyard industry*), industri fabrikasi (*fabrication industry*) dan beberapa industri berat lainnya seperti industri pipa (*pipe industry*) juga industri pendukung untuk minyak dan gas (*oil and gas support industry*). Ditemukan data ada cukup banyak karyawan yang mengalami beban psikologis dalam bekerja akibat tekanan atau beban kerja yang berat, taraf kehidupan yang rendah, masalah personal, maupun permasalahan psikologis lainnya. Namun, ternyata ada sebuah fenomena psikologis juga yang diharapkan bisa berperan dalam mengatasi permasalahan ini. *Resiliensi* adalah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan. Bisa juga dideskripsikan sebagai sebuah pertahanan dalam keadaan tertekan, dan bahkan berhadapan dengan kesengsaraan. *Employee Assistance Program* salah satu alternatif solusi yang dapat membantu perusahaan dalam menangani permasalahan karyawan. EAP atau program bantuan karyawan, adalah layanan konseling rahasia jangka pendek bagi karyawan dengan kesulitan pribadi yang mempengaruhi kinerja mereka

Kata kunci : *resiliensi, employee assistance program, galangan kapal*

Abstract : *Batam is a known as large industrial city in Indonesia, with many industrial areas such as manufacturing industry, shipyard industries, fabrication industries and several other heavy industries such as the pipe industry as well as supporting industries for oil and gas (oil and gas support industry). Data found that there are numbers of employees who experience psychological burden at work due to pressure or heavy workload, low standard of living, personal problems, and other psychological problems. However, it turns out that there is also a psychological phenomenon that is expected to play a role in overcoming this problem. Resilience is the ability to overcome and adapt to difficult events or problems that occur in life. It can also be described as a defense in times of stress, and even in the face of adversity. The Employee Assistance Program is an alternative solution that can assist companies in dealing with employee problems. EAP, or employee assistance programs, are confidential short-term counseling services for employees with personal difficulties that affect their performance*

Keyword : *resilience, employee assistance programs, shipyard*

PENDAHULUAN

Kota Batam adalah salah satu kota terbesar di Provinsi Kepulauan Riau, Indonesia. Wilayah Kota Batam terdiri dari Pulau Batam, Pulau Rempang dan Pulau Galang dan pulau-pulau kecil lainnya di kawasan Selat Singapura dan Selat Malaka. Menurut Dinas Kependudukan dan Catatan Sipil Kota Batam per 2015, jumlah penduduk Batam mencapai 1.037.187 jiwa. Batam merupakan bagian dari kawasan khusus perdagangan bebas Batam–Bintan–Karimun. Kawasan galangan kapal di Batam memproduksi kapal-kapal berstandar internasional yang dipesan perusahaan minyak dan gas bumi global. Karya Teknik Utama (KTU) telah berkecimpung di industri kelautan selama lebih dari 30 tahun. Awalnya didirikan pada tahun 1982 sebagai bengkel kelautan sederhana di Jalan Kakap di Jakarta. Sebuah galangan kapal di Marunda segera diakuisisi dengan fokus awalnya pada kapal penangkap ikan kayu. Galangan Kapal Karya Teknik Utama KTU membangun galangan kapal pertamanya di Sagulung, Batam. Sumber daya manusia memegang peran yang sangat penting, sumber daya manusia dipandang sebagai faktor pendorong yang utama dalam menentukan keberhasilan suatu perusahaan. Peran karyawan sangat menentukan berhasil tidaknya perusahaan mencapai sasarannya. Salah satu proses vital dalam penerimaan karyawan yang harus dilakukan oleh perusahaan adalah perencanaan kebutuhan tenaga kerja. Kelelahan biasanya ditandai dengan berkurangnya kemauan untuk bekerja yang disebabkan oleh karena monoton, intensitas dan lamanya kerja fisik, keadaan lingkungan, sebab-sebab mental, status kesehatan dan keadaan gizi. Karyawan PT Karya Teknik Utama KTU sering sekali mengalami kelelahan saat bekerja, selain lamanya waktu bekerja. *Resiliensi* adalah kemampuan untuk

mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan. Bertahan dalam keadaan tertekan, dan bahkan berhadapan dengan kesengsaraan. *Employee Assistance Program* EAP salah satu yang dapat membantu perusahaan dalam menangani permasalahan karyawan. *Employee Assistance Program* EAP atau program bantuan karyawan, adalah layanan konseling rahasia jangka pendek bagi karyawan dengan kesulitan pribadi yang mempengaruhi kinerja mereka.

Kota Batam adalah sebuah kota terbesar di Provinsi Kepulauan Riau, Indonesia. Wilayah Kota Batam terdiri dari Pulau Batam, Pulau Rempang dan Pulau Galang dan pulau-pulau kecil lainnya di kawasan Selat Singapura dan Selat Malaka. Pulau Batam, Rempang, dan Galang terkoneksi oleh Jembatan Bareleng. Menurut Dinas Kependudukan dan Catatan Sipil Kota Batam per 2015, jumlah penduduk Batam mencapai 1.037.187 jiwa. Batam merupakan bagian dari kawasan khusus perdagangan bebas Batam–Bintan–Karimun (BBK). (ITEBA, n.d.)_Batam merupakan salah satu kota industri yang cukup besar di Indonesia, banyak terdapat kawasan industri di kota Batam. Selain sektor industri manufaktur, Batam mempunyai banyak industri galangan kapal (*shipyard industry*), industri fabrikasi (*fabrication industry*) dan beberapa industri berat lainnya seperti industri pipa (*pipe industry*) juga industri pendukung untuk minyak dan gas (*oil and gas support industry*). Industri galangan kapal di kawasan perdagangan bebas dan pelabuhan bebas Batam merupakan yang terbesar di Indonesia. Industri galangan kapal banyak terdapat di kawasan Tanjung Uncang, Sekupang dan Kabil. jumlah karyawan galangan kapal mencapai lebih dari puluhan ribu orang. (v victor, 2015)

Di kawasan Tanjung Uncang ada lebih dari 100 perusahaan galangan kapal.

Kawasan galangan kapal di Batam memproduksi kapal-kapal berstandar internasional yang dipesan perusahaan minyak dan gas bumi global. Beberapa kapal buatan Batam digunakan di Thailand, Filipina bahkan hingga Timur Tengah. Selain kualitas nomor satu, kapal-kapal produksi Batam juga dikerjakan ribuan pekerja yang berasal dari daerah lain di Indonesia. (Kepri, n.d.) Selain di Tanjung Uncang galangan kapal berada di daerah sagulung. Salah satunya Karya Teknik Utama KTU telah berkecimpung di industri kelautan selama lebih dari 30 tahun. Awalnya didirikan pada tahun 1982 sebagai bengkel kelautan sederhana di Jalan Kakap di Jakarta. Sebuah galangan kapal di Marunda segera diakuisisi dengan fokus awalnya pada kapal penangkap ikan kayu. Galangan Kapal Karya Teknik Utama KTU membangun galangan kapal pertamanya di Sagulung, Batam pada tahun 2000 dan Sekupang, Batam pada tahun 2005. Pada tahun 2019, Galangan Kapal KTU membeli galangan terbarunya di Tanjung Riau, Batam, sebelumnya PT. Britoil lepas pantai Inggris. Pesatnya pertumbuhan tersebut terutama disebabkan oleh kuatnya permintaan dan kepercayaan terhadap produk dan layanan Karya Teknik Utama KTU. Kedua galangan tersebut didukung oleh berbagai fasilitas operasional, tenaga kerja terampil dan lokasi konstruksi yang luas hingga standar internasional. (KTU Shipyard, n.d.)

Sumber daya manusia memegang peran yang sangat penting, sumber daya manusia dipandang sebagai faktor pendorong yang utama dalam menentukan keberhasilan suatu perusahaan. Salah satu aktivitas yang penting dalam kegiatan Manajemen Sumber Daya Manusia (SDM) adalah aktivitas Pengembangan SDM. Pengembangan SDM merupakan usaha untuk meningkatkan kemampuan teknis, teoritis dan moral karyawan sesuai dengan kebutuhan pekerjaan atau jabatan

melalui pendidikan dan pelatihan, Hal ini sejalan dengan pendapat notoatmodjo yang menyebutkan bahwa “dalam konteks pengembangan sumber daya manusia, pendidikan dan pelatihan merupakan upaya untuk mengembangkan intelektual dan kepribadian manusia”. Berdasarkan pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengembangan sumber daya manusia merupakan upaya untuk meningkatkan kompetensi karyawan yang dilakukan melalui kegiatan pelatihan dan pendidikan. (Agi Syarif Hidayat & Editya Nurdiana, 2020) Bekerja merupakan sebuah aktivitas yang sangat penting bagi peningkatan kesejahteraan individu. Sebuah penelitian menemukan bukti bahwa kepuasan hidup lebih tinggi pada mereka yang bekerja daripada yang tidak bekerja (Warr, 1999 dalam Sivanathan, et al, 2004). Bekerja tidak hanya berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan-kebutuhan hidup, tetapi juga rasa keberhargaan diri, kebermaknaan diri bagi keluarga dan masyarakat, serta sebuah aktivitas yang menandakan tingkat kematangan seseorang. Paradigma psikologi positif telah menempatkan perhatian-perhatian penelitian psikologi dalam aspek-aspek yang menjadi kekuatan manusia dibanding kelemahan mereka.

DISKUSI

Karyawan adalah kekayaan atau aset utama perusahaan. Peran karyawan sangat menentukan berhasil tidaknya perusahaan mencapai sasarannya. Salah satu proses vital dalam penerimaan karyawan yang harus dilakukan oleh perusahaan adalah perencanaan kebutuhan tenaga kerja (Moekijat, 1991). Proses ini dimaksudkan agar jumlah

kebutuhan tenaga kerja masa kini dan masa depan sesuai dengan beban kerja, Karyawan PT Karya Teknik Utama rata-rata sudah bekerja selama belasan tahun lamanya. Rancangan pekerjaan sudah jelas bisa dilakukan oleh karyawan tersebut. kekosongan-kekosongan dapat di hindarkan dan semua pekerjaan dapat ter-cover secara optimal. Perencanaan yang kurang cermat akan berakibat fatal bagi perusahaan. (H Hartono, 2008)

Karyawan dapat mengakibatkan kefatalan tersebut salah satunya kelelahan. Kelelahan merupakan suatu mekanisme perlindungan tubuh agar tubuh terhindar dari kerusakan lebih lanjut sehingga terjadi pemulihan setelah istirahat. Kelelahan biasanya ditandai dengan berkurangnya kemauan untuk bekerja yang disebabkan oleh karena monoton, intensitas dan lamanya kerja fisik, keadaan lingkungan, sebab-sebab mental, status kesehatan dan keadaan gizi. Karyawan PT Karya Teknik Utama KTU sering sekali mengalami kelelahan saat bekerja, selain lamanya waktu bekerja mereka juga sering merasa jenuh dalam bekerja. Saat jenuh beberapa karyawan ada yang memilih mengambil cuti ketika pekerjaan tidak *urgent*, ada yang memilih menghentikan pekerjaannya sejenak dengan melakukan aktivitas lain. Akibat dari kelelahan kerja yaitu dapat membuat motivasi untuk bekerja menurun, performansi kerja rendah, kualitas kerja rendah, banyak terjadi kesalahan, produktivitas kerja rendah, stress akibat kerja, penyakit akibat kerja, cedera, dan terjadinya kecelakaan kerja. Beban kerja merupakan kemampuan seseorang tenaga kerja berbeda dari satu kepada yang lainnya dan sangat tergantung dari tingkat penguasaan kerja, kesegaran jasmani, keadaan gizi, jenis kelamin, usia, dan ukuran tubuh dari pekerja yang bersangkutan. Karyawan PT Karya Teknik Utama KTU tidak sedikit

mendapatkan pekerjaan tambahan dari atasan secara mendadak yang mengakibatkan beban kerja bertambah dan harus mengatur waktu pekerjaan mana yang harus didahulukan. Ketika pekerjaan dari atasan yang lebih *urgent* maka dari itu pekerjaan tersebut yang didahulukan dan ketika pekerjaan tersebut cukup sulit, maka karyawan tersebut memilih untuk berdiskusi dengan atasan bagaimana dengan cara kerja tersebut. (DC Kaunang, 2019)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan. Bertahan dalam keadaan tertekan, dan bahkan berhadapan dengan kesengsaraan (*Adversity*) atau trauma yang dialami dalam kehidupannya. (Y Soichatun, 2014) Menurut Wagnild dan Young (1993) resiliensi memiliki lima aspek yang meliputi : 1. *Meaningful life (purpose)* yaitu adanya kesadaran bahwa hidup mempunyai suatu tujuan untuk dicapai, yang mana untuk mencapai tujuan tersebut diperlukan usaha. Karyawan PT Karya Teknik Utama KTU bertahan dalam menjalankan tugasnya seberat apapun tugas tersebut karyawan tetap bertahan. Salah satunya mengabdikan dirinya terhadap PT Karya Teknik Utama KTU bekerja hingga belasan tahun 2. *Perseverance* yaitu sikap bertahan dalam menghadapi kondisi atau situasi sulit yang sedang dihadapi. Ketika karyawan PT Karya Teknik Utama KTU mendapatkan beban tugas tambahan yang jarang dilakukannya, karyawan tersebut tetap mencoba mengejatkan dan menjalankannya. 3. *Equanimity*, yaitu persepsi yang dimiliki oleh individu yang berhubungan dengan pengalaman hidup. Individu mampu melihat sudut pandang

dari kejadian yang pernah dialami sehingga individu lebih fokus pada hal positif daripada hal negatif dari situasi sulit yang dialami. Individu yang resilien akan bersikap optimis dan memiliki harapan sekalipun berada dalam situasi sulit. 4. *Self-reliance*, yaitu keyakinan individu terhadap diri, kemampuan yang dimiliki dan batasan diri. Karyawan PT Karya Teknik Utama KTU belasan tahun mengerjakan tugas danggung jawab yang sama, tidak banyak permasalahan yang terjadi ketika pekerjaan tersebut selesai, maka dari itu karyawan sendiri memahami pekerjaan yang dikerjakan dan ketika tidak dapat mengerjakan karyawan memilih untuk berdiskusi dengan rekan yang lain. 5. *Coming home to yourself (existential aloneness)* yaitu kesadaran bahwa setiap individu memiliki kehidupan yang unik. Individu mampu bertindak secara mandiri, belajar hidup tanpa bergantung pada orang lain dalam menghadapi apapun.

Individu dapat mengembangkan dan menguatkan resiliensi personal mereka dengan mengembangkan strategi untuk mengurangi vulnerability atau kerentanan mereka dan pengaruh tekanan-tekanan personal di tempat kerja. Strategi-strategi tersebut adalah : 1. *Membangun Jaringan Kerja Dan Relasi Profesional Yang Positif Dan Nurturing* Membangun relasi profesional yang positif merupakan hal penting dalam dunia kerja. Para pekerja membutuhkan jaringan kerja dari individu-individu yang dapat dimintai dukungan dan nasehat pada saat yang diperlukan, 2. *Menjaga Positifitas Optimisme* dan mampu melihat kemungkinan-kemungkinan ke depan merupakan aspek penting untuk menjaga pandangan positif (Brgiht, dalam Jackson, et al, 2007). Individu yang resilien mampu melihat aspek positif dan keuntungan-keuntungan potensial dari sebuah situasi daripada bersikap negatif. Emosi positif

dan humor merupakan dua hal yang berdampak positif bagi kesehatan dan emosi, 3. *Mengembangkan Insight Emosi* Kecerdasan emosi merupakan kemampuan untuk memahami kebutuhan emosi diri sendiri, dan memiliki insight untuk kebutuhan emosi yang dijumpai dalam dunia kerja (Daly, et al, 2004). Memahami kebutuhan-kebutuhan dan reaksi-reaksi emosi diri sendiri dapat memberikan *insight-insight* tentang bagaimana mengatasi stres dan tekanan serta membantu memunculkan ide-ide mengenai beragam cara pengatasan stres di masa mendatang, 4. *Meraih Keseimbangan Hidup Dan Spiritualitas* Sejumlah penulis menggambarkan pentingnya perasaan keterhubungan atau *connectedness*, meraih keseimbangan hidup dan memiliki "*anchoring force*" dalam kehidupan. Jika individu memiliki resiliensi yang tidak kuat, pada akhirnya tidak dapat untuk mengeluarkan semua beban yang dimiliki yang membuat beban itu menumpuk dan menimbulkan suatu gangguan ataupun penyakit yang akan mengganggu aktivitasnya individu, maka alangkah baiknya perusahaan mengadakan *Employee Assistance Program EAP*.

Employee Assistance Program EAP salah satu yang dapat membantu perusahaan dalam menangani permasalahan karyawan. *Employee Assistance Program EAP* atau program bantuan karyawan, adalah layanan konseling rahasia jangka pendek bagi karyawan dengan kesulitan pribadi yang mempengaruhi kinerja mereka. *Employee Assistance Program EAP* tumbuh dari program industri alkoholisme tahun 1940-an. EAP harus menjadi bagian dari rencana perusahaan yang lebih besar untuk mempromosikan kesehatan yang melibatkan kebijakan tertulis, pelatihan

supervisor dan karyawan, dan, jika sesuai, program pengujian obat yang disetujui. (ccohs, n.d.) Kisaran area yang biasanya dikelola oleh penyedia *Employee Assistance Program* EAP meliputi: *Kesulitan pribadi. Stres kerja. Kesulitan hubungan. Penatua, pengasuhan anak, kesulitan mengasuh anak. Gangguan. Penyalahgunaan zat. Perpisahan dan kehilangan. Menyeimbangkan pekerjaan dan keluarga. Keuangan atau hukum. Kekerasan keluarga.* EAP menawarkan bantuan dengan resolusi kesulitan yang mungkin mempengaruhi pekerjaan. Kesulitan-kesulitan ini, bagaimanapun, tidak harus disebabkan oleh masalah tempat kerja. Program Bantuan Karyawan dirancang untuk membantu orang memahami atau mengatasi kesulitan mereka terlepas dari apakah sumbernya adalah pekerjaan atau sebaliknya. Sementara sebagian besar EAP menawarkan berbagai layanan, mereka sering merujuk ke profesional atau lembaga lain yang dapat menawarkan perawatan lebih atau diperpanjang di bidang tertentu.

DAFTAR PUSTAKA

- Agi Syarif Hidayat & Editya Nurdiana. (2020). *grafindo*. Retrieved from <https://indonesia.sae.edu/wp-content/uploads/2020/11/Manajemen-Sumber-Daya-Manusia-Dalam-Indusri-Kreatif-Media.pdf>
- ccohs. (n.d.). *ccohs id*. Retrieved from <https://www.ccohs.ca/oshanswers/hsprograms/eap.html>
- DC Kaunang. (2019). *E journal unsart*. Retrieved from jurnal kesmas: <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/viewFile/26632/26260>
- H Hartono. (2008). *jurnal teknik industri*. Retrieved from jurnal teknik industri: <https://ejournal.umm.ac.id/index.php/industri/article/download/6129/5573/16298>
- healthassured. (n.d.). *healthassured*. Retrieved from healthassured: <https://www.healthassured.org/employee-assistance-programmes/>
- ITEBA. (n.d.). *ITEBA tentang batam*. Retrieved from Tentang Batam: <https://iteba.ac.id/kota-batam/>
- JS Sari. (2018). *dspace uii*. Retrieved from dspace uii: <https://dspace.uui.ac.id/bitstream/handle/123456789/7951/05.1%20ab%202.pdf?sequence=6&isAllowed=y#:~:text=Resiliensi%20adalah%20kemampuan%20untuk%20mengatasi%20dan%20beradaptasi%20terhadap%20kejadian%20yang,masalah%20yang%20terjadi%20dalam%20kehidupan.>
- kepri. (n.d.). *antaranews*. Retrieved from antaranews: <http://kepri.antaranews.com>
- Siregar, D. L., Indrawan, M. G., Putri, A. D., Rosiska, E., & Raymond, R. (2023). Development Of Product Packaging Design In Income Increasing Business Group Of Prosper Family (Uppks) Friends Kitchen In Batam City: Pengembangan Desain Kemasan Produk Pada Kelompok Usaha Peningkatan Pendapatan Keluarga Sejahtera (UPPKS) Sahabat Kitchen Di Kota Batam. *PUAN INDONESIA*, 4(2), 279-284.
- Indrawan, M. G., & Raymond, R. (2020). Pengaruh Norma Subjektif Dan Return Ekspektasian Terhadap Minat Investasi Saham Pada Calon Investor Pada Program Yuk Nabung Saham Di Kota Batam. *Jurnal Akrab Juara*, 5(3), 156-166.
- Indrawan, M. G., & Siregar, D. L. (2021). Faktor Faktor Yang

- Mempengaruhi Kepuasan Pelanggan Smartphone Samsung Di Kota Batam. *Jurnal Ekobistek*, 81-87.
- Putra, D. G., & Raymond, R. (2019). Pengaruh Dana Pihak Ketiga Dan Kecukupan Modal Terhadap Profitabilitas Pada Bank Riau Kepri Kota Batam. *SCIENTIA JOURNAL: Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 1(2).
- Raymond, R. (2018). Peningkatan Kinerja Pemasaran Melalui Pelatihan Perencanaan Bagi Kelompok Usaha Kerajinan Taufan Handrycraft Di Kota Batam. *J-ABDIPAMAS (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 2(1), 105-110.
- Raymond, R. (2017). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhui Kemiskinan Di Propinsi Kepulauan Riau. *Akrab Juara: Jurnal Ilmu-ilmu Sosial*, 2(3), 14-24.
- Raymond, R., Siregar, D. L., Putri, A. D., Indrawan, M. G., & rahmat Yusran, R. (2023). Pelatihan Pencatatan Biaya Bahan Baku Untuk Meningkatkan Kinerja Keuangan Umkm Ikan Hias: The Training for Recording of Raw Material Costs to Improve the Financial Performance of UMKM Ornamental Fish. *PUAN INDONESIA*, 5(1), 53-62.
- Raymond, R., Siregar, D. L., Putri, A. D., Indrawan, M. G., & Simanjuntak, J. (2023). Pengaruh disiplin kerja dan beban kerja terhadap kinerja karyawan pada pt tanjung mutiara perkasa. *Jursima (Jurnal Sistem Informasi dan Manajemen)*, 11(1), 129-133.
- Widia, E., Wibisono, C., & Mohamad Gita Indrawan, R. (2021). The Determination of Spiritual Intelligence, Intellectual Intelligence, Psychomotor Intelligence On Noble Morals Through The Competence Of Lecturers At The University Of Batam In The Digitalization Era In The Riau Islands. *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education (TURCOMAT)*, 12(14), 5653-5664.
- victor. (2015). *Repository UIB*. Retrieved from http://repository.uib.ac.id/54/5/0941120_Bab%201.pdf
- Y Soichatun. (2014). *researchgate*. Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/332218445_Strategi_Resiliensi_Personal_Bagi_Pekerja/fulltext/5ca6c0b292851c64bd50bb5d/Strategi-Resiliensi-Personal-Bagi-Pekerja.pdf