

PENGALAMAN *FATHERHOOD* PADA AYAH YANG BEKERJA SEBAGAI PELAUT

**Annisa Azalia Maulana¹, Fika Nadia Tirta Maharani¹
15000122120029**

**¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275
E-mail: annisaaazalia@gmail.com**

ABSTRAK

Penelitian ini menggambarkan realita kerentanan di balik profesi pelaut yang sering dianggap tangguh. Terpisah lama dari anak di tengah kehidupan kapal yang tinggi akan risiko bahaya yang menjadi tempat kerja sekaligus tempat tinggal membuat pengalaman *fatherhood* mereka cukup menantang. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman *fatherhood* pada ayah yang bekerja sebagai pelaut. Tiga orang ayah berkewarganegaraan Indonesia yang merupakan pelaut aktif dan memiliki riwayat panjang bekerja di kapal asing diwawancarai secara semi-terstruktur dengan wawancara mendalam. Transkrip dianalisis menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis* dengan hasil empat tema induk: (1) “Tidak seindah yang dibayangkan”: Kehilangan rasa berdaya sebagai ayah, (2) “Pandai-pandailah menghibur diri sendiri”: Bertahan dari keterpisahan dengan anak, (3) Mempertahankan eksistensi sebagai ayah di hidup anak, dan (4) “Di situlah seninya pelaut”: Laut yang menimbulkan duka ternyata menyimpan cinta. Pengalaman *fatherhood* mereka ditandai dengan pergulatan konstan untuk meredam sisi emosional sebagai ayah demi memenuhi tuntutan sebagai pencari nafkah. Hasil penelitian mengonfirmasi temuan sebelumnya dan memberikan temuan orisinal bagaimana pengalaman eksistensial terhadap ruang membentuk *fatherhood* yang dominan ditandai terkikisnya rasa berdaya dan bagaimana keterpisahan memiliki dua sisi kontradiktif yang tidak terpisahkan. Temuan ini memiliki implikasi praktis bagi kebijakan kesejahteraan mental di industri maritim, khususnya dalam mengintegrasikan dimensi psikologis keterpisahan keluarga sebagai bagian dari standar keselamatan kerja pelaut.

Kata kunci: *interpretative phenomenological analysis*; *fatherhood*; ayah; pelaut

THE LIVED EXPERIENCE OF FATHERHOOD AMONG SEAFARING FATHERS

**Annisa Azalia Maulana¹, Fika Nadia Tirta Maharani¹
15000122120029**

**¹Faculty of Psychology, Diponegoro University
Prof. Mr. Sunario Street, Tembalang, Semarang, 50275
E-mail: annisaaazalia@gmail.com**

ABSTRACT

This study portrays the vulnerability behind a profession often perceived as resilient. Prolonged separation from their children, combined with life aboard a ship that serves simultaneously as workplace and residence under constant risk of danger makes the fatherhood experience of seafarers particularly challenging. This study aims to explore the fatherhood experience of fathers who work as seafarers. Three Indonesian fathers who are active seafarers with an extensive history of working on foreign vessels were interviewed using semi-structured in-depth interviews. Transcripts were analyzed using Interpretative Phenomenological Analysis, resulting four superordinate themes: (1) "Not as beautiful as imagined": Loss of agency as a father, (2) "Be clever in entertaining yourself": Surviving separation from children, (3) Maintaining existence as a father in the child's life, and (4) "That is the art of being a seafarer": The sea that inflicts grief turns out to contain love. Their fatherhood experience is characterized by a constant struggle to suppress the emotional dimensions of being a father in order to meet the demands of being a breadwinner. The findings confirm previous research while also offering original contributions regarding how the existential experience of space shapes fatherhood that is predominantly marked by the erosion of agency and how separation carries two inseparable and contradictory dimensions. These findings carry practical implications for mental health welfare policies in the maritime industry, particularly in integrating the psychological dimension of family separation as part of occupational safety standards for seafarers.

Keywords: *interpretative phenomenological analysis; fatherhood; father; seafarer*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Ungkapan 'nenek moyangku seorang pelaut' dalam lagu ciptaan ibu Soed telah melekat pada masyarakat Indonesia sejak kecil. Lagu ini merepresentasikan identitas Indonesia sebagai bangsa kepulauan yang dekat dengan laut dan pelayaran. Akan tetapi, di balik gambaran sederhana dan riang dalam lagu tersebut, profesi pelaut menyimpan dinamika yang jauh lebih kompleks, di mana kelompok pelaut rentan mengalami konsekuensi psikologis yang ekstrem akibat terpisah lama dari keluarga dan isolasi sosial dari kehidupan di darat. Gambaran ini serupa dengan deskripsi Radha (2011, dalam Soeharto, 2019) tentang pelaut dan aktivitasnya:

“A sailor's life is a hard rough one; and it is dangerous. We landmen have little idea what it must be to climb the tall masts in a storm to furl the sails, when the ship is rolling and pitching like a mad thing, the wind is icy cold, the rain is pouring down, and it is pitch dark. And sailors are always in danger of shipwreck or sinking in a storm, of fire, or of dying of thirst in calm.”

Narasi tersebut mengilustrasikan tantangan pelaut yang melampaui risiko fisik yang bersifat eksternal karena terdapat konsekuensi psikis mendalam yang muncul dari lingkungan kerja yang khas. Karakteristik pekerjaan pelaut turut tercermin dalam peraturan formal. Secara definisi, pelaut adalah individu yang bekerja di atas kapal dan memenuhi persyaratan sebagai awak kapal, sebagaimana tertuang dalam *Maritime Labour Convention* (MLC) (2006). Regulasi internasional tersebut menetapkan parameter kerja yang secara struktur membatasi kehadiran

fisik di lingkungan keluarga, di mana pelaut dapat bertugas hingga hampir 12 bulan berturut-turut sebelum berhak atas pemulangan (repatriasi). Pelaut juga memiliki waktu reuni yang singkat dengan keluarga karena hak cuti minimal hanya 2,5 hari per bulan kerja, serta beban kerja intensif hingga 14 jam sehari yang rentan memicu kelelahan fisik maupun mental. Tuntutan fisik dan psikis yang dialami pelaut menjadikan profesi ini dianggap sebagai salah satu yang paling menantang di dunia (Yildirim dkk., 2022). Selain ancaman cuaca ekstrem, pelaut menghadapi tekanan mental akibat hidup dalam ruang terbatas (*confined space*) yang terpapar panas tinggi, serta isolasi sosial akibat jumlah kru yang minimum. Karakteristik ini menggambarkan bagaimana pelaut memiliki keunikan dari profesi lain yang sama-sama mengharuskan orang tua untuk berpisah dengan anaknya, misalnya tentara yang menjalani dinas militer, di mana secara lingkungan, mereka berjumpa dengan jumlah orang yang relatif banyak serta leluasa dalam menavigasi kehidupan di darat. Sementara itu, pelaut hidup dalam kapal dengan kru dalam jumlah kecil yang dijadikan tempat kerja sekaligus tempat tinggal selama berbulan-bulan tanpa terhubung dengan kehidupan di atas tanah (Jonglertmontree dkk., 2022; Brooks & Greenberg, 2022; Senbursa & Dunder, 2024). Isolasi total dari kehidupan darat inilah yang membedakan distress pelaut dengan profesi lainnya.

Pada studi Brooks & Greenberg (2022), keterpisahan dengan keluarga bersama dengan sejumlah tekanan tadi merupakan stresor terbesar pelaut di atas kapal. Kapasitas emosional pelaut sering kali terkuras karena mereka harus menghadapi kelelahan fisik dan sensoris secara terus-menerus di kapal. Beban ini menjadi akumulatif karena isolasi sosial di ruang terbatas serta ketiadaan kontak

dengan keluarga yang berlangsung selama berbulan-bulan. Kondisi kerja yang hierarkis dan penuh tekanan di industri maritim berpotensi memperkuat stres struktural dan mengurangi ruang bagi pemulihan psikologis (Baygi dkk., 2022; Sampson, 2021). Akumulasi tekanan ini menciptakan stres ganda, yaitu tekanan profesional di laut yang berinteraksi dengan tekanan emosional akibat keterpisahan dari keluarga (Jensen & Oldenburg, 2019; Lefkowitz dkk., 2019).

Tercatat pada tahun 2026, sebanyak 1.634.969 pelaut Indonesia (Direktorat Perkapalan dan Kepelautan, 2026) dengan sebagian besar di antaranya berjenis kelamin laki-laki (1.581.791) tersebar di berbagai negara. Jumlah ini menjadikan Indonesia sebagai penyumbang pelaut terbesar ketiga di dunia setelah Tiongkok dan Filipina (Direktorat Jenderal Perhubungan Laut Kementerian Perhubungan, 2024). Potensi devisa dari pelaut Indonesia di luar negeri bahkan diperkirakan mencapai Rp151 triliun per tahun (Christian, 2022). Salah satu alasan utama mereka memilih bekerja di luar negeri adalah faktor ekonomi, di mana keterbatasan lapangan kerja di dalam negeri dan penggajian yang lebih baik di luar negeri menjadi pendorong utama (Ah, 2015). Kondisi ini menjadikan pelaut sebagai aktor ekonomi penting sekaligus figur keluarga yang rentan terhadap dampak psikologis dari keterpisahan.

Besarnya jumlah pelaut laki-laki Indonesia yang bekerja di luar negeri juga mencakup mereka yang telah berkeluarga sehingga selain menjadi pekerja, mereka juga berperan sebagai seorang kepala keluarga dan seorang ayah. Dorongan untuk menafkahi keluarga kerap menjadi alasan utama para pelaut memilih bekerja jauh dari rumah, bahkan hingga lintas negara dan lintas benua, meski harus berpisah dalam waktu lama. Durasi kerja pelaut di atas kapal bervariasi, mulai dari tiga

hingga dua belas bulan, tergantung jenis kapal, kontrak kerja, posisi (*rank*), kewarganegaraan, dan agensi perekrut. Rata-rata durasi perjalanan (*trip*) pelaut Eropa berkisar antara tiga hingga enam bulan, sedangkan bagi pelaut non-Eropa umumnya enam hingga sembilan bulan (Jensen & Oldenburg, 2019). Hal ini menyebabkan pelaut dari negara berkembang seperti Indonesia cenderung memiliki durasi pelayaran yang lebih panjang (Devereux, 2021) yang juga menjadi masalah okupasional serius karena pelaut dengan durasi kontrak sepanjang itu pada umumnya tidak memiliki kemungkinan bertemu keluarga atau menjalani aktivitas pada waktu senggang (Oldenburg dkk., 2010).

Sejalan dengan perkembangan psikologi keluarga, konsep menjadi ayah kini mulai dipahami melalui kajian *fatherhood* yang diterjemahkan sebagai 'keayahan' dalam Bahasa Indonesia, yaitu hal-hal yang berhubungan dengan tugas dan kewajiban ayah serta sifat-sifat yang dimiliki seorang ayah (Kamus Besar Bahasa Indonesia). Sementara itu, Marsiglio dkk. (2000) mendefinisikan *fatherhood* sebagai identitas, relasi, dan makna subjektif yang berkaitan dengan menjadi seorang ayah. Dengan demikian, *fatherhood* merupakan suatu konsep yang sifatnya kontekstual dan dinamis yang mencakup dimensi emosional, sosial, dan moral yang terus berubah seiring perubahan budaya dan struktur keluarga kontemporer yang semakin bervariasi. Konsep ini memandang bahwa menjadi ayah berarti termasuk bagaimana ia membangun makna dan identitasnya sebagai ayah dalam kondisi kehidupan yang ia hadapi sehingga tidak sebatas berkaitan dengan apa yang dilakukan oleh seorang ayah.

Dalam konteks pelaut, kondisi kehidupan itu merupakan struktur kerja yang secara struktur memisahkan mereka dari rumah dan keluarga selama berbulan-bulan. Tuntutan pekerjaan dan harapan peran di rumah menjadi tidak sejalan (Greenhaus & Beutell, 1985). Situasi ini memicu kontradiksi di mana pekerjaan di laut menjadikan peran ayah sebagai pencari nafkah cenderung dominan, tetapi secara struktural mempersempit ruang untuk menjadi ayah yang terlibat secara relasional (Andaya dkk., 2024). Sementara itu, kini *fatherhood* kontemporer telah bergeser dari penekanan peran ayah yang sebatas sebagai *breadwinner* (pencari nafkah) menjadi *new-nurturant father* yaitu ayah yang secara aktif terlibat emosional dalam mengasuh anak (Lamb, 2010).

Pada konteks pelaut, muncul figur *transnational father*, yaitu ayah yang menjalankan peran ayah melintasi batas geografis karena melakukan migrasi untuk bekerja (Parke & Cookston, 2020). Melalui *konsep Transactional Model of the Phases and Determinants of Adjustment for Transnational Fathers*, Parke & Cookston (2020) menjelaskan dinamika perjalanan migrasi dalam fase kehidupan *transnational father*, serta dampak ketidakhadiran ayah dalam keluarga terhadap ayah itu sendiri dan terhadap keluarga yang ditinggalkan di negara asal. Kondisi di atas turut dialami para ayah pelaut Indonesia yang bekerja di luar negeri, di mana mereka hadir sebagai pencari nafkah, tetapi di sisi lain mengalami keterbatasan untuk hadir secara fisik dan emosional dalam dinamika kehidupan sehari-hari keluarga serta dalam mempertahankan makna dan identitas mereka sebagai ayah di tengah keterpisahan yang berkepanjangan.

Situasi keterpisahan tersebut beserta tantangan yang menyertai kehidupan ayah yang bekerja sebagai pelaut menciptakan pengalaman emosi yang bersifat personal serta cenderung kurang mendapatkan atensi dalam penelitian yang berfokus pada risiko pekerjaan (*occupational risk*) saja. Saat ini, studi tentang pelaut didominasi oleh penelitian yang menyoroti aspek bahaya kerja dan risiko kesehatan, baik secara fisik maupun psikologis. Misalnya, penelitian yang menyoroti isu psikologis pada pelaut (Brooks & Greenberg, 2022; Chung dkk., 2017; Jensen & Oldenburg, 2019; Jonglertmontree dkk., 2022; Senbursa & Dunder, 2024; Toygar dkk., 2023; Widianti, 2023), aspek *work-family* (Liu dkk., 2022; Toygar dkk., 2023), dan transnasionalisme dalam kehidupan pelaut (Acejo, 2012). Sedangkan, sebagian besar studi tentang pelaut di Indonesia cenderung menyoroti istri atau keluarga pelaut dan bukan pelaut itu sendiri. Misalnya, penelitian tentang pola asuh (Nichristi, 2020) dan pernikahan jarak jauh pada keluarga pelaut (Ramdhani 2014; Amana dkk., 2020; Supatmi & Masykur, 2019; Berliantin & Ansyah, 2021; Damayanti & Sakti, 2020; Kamasi & Subandi, 2013). Sementara itu, kajian yang secara langsung menyoroti pelaut itu sendiri sebagai subjek utama masih sangat terbatas, dan umumnya berfokus pada komitmen karier (Hutomo, 2016) serta spiritualitas kerja (Nofita dkk., 2025). Perhatian terhadap pengalaman *fatherhood* pada pelaut yang juga merupakan seorang ayah masih belum banyak dieksplorasi, terlebih di latar konteks Indonesia yang merupakan salah satu negara penyumbang pelaut terbesar di dunia. Padahal, kondisi kerja pelaut yang unik membuat pengalaman *fatherhood* mereka tergolong khas dibandingkan ayah dengan profesi lain pada umumnya. Terlebih, studi juga menyebutkan bahwa

fatherhood tidak hanya membentuk bagian yang signifikan dari sisi anak, tetapi turut memainkan peran krusial dalam kesejahteraan psikologis dari sisi sosok ayah itu sendiri (Knoester & Eggebeen, 2006).

Bayangkan seorang ayah yang berlayar dalam jangka waktu panjang, di mana batas geografis memisahkan dirinya dari kehidupan sehari-hari anak dan keluarga. Bagaimana seorang pria mempertahankan identitasnya sebagai ayah ketika ia tidak bisa hadir secara fisik di rumah? Kondisi keterpisahan jarak tersebut berpotensi membawa konsekuensi psikologis mendalam mengenai bagaimana para ayah menjaga keutuhan identitas mereka dari jauh. Oleh karena itu, bagaimana para pelaut itu sendiri memaknai dan menghayati pengalaman *fatherhood* mereka di bawah tekanan kondisi kerja yang khas di kapal, menantang, sekaligus menuntut perpisahan panjang menjadi suatu fenomena penting yang layak dieksplorasi.

Meskipun keterlibatan seorang ayah memiliki peran penting bagi kesejahteraan psikologis ayah itu sendiri, penelitian tentang bagaimana pelaut sebagai ayah yang merupakan subjek utama yang mengalami dan memaknai *fatherhood* masih terbatas ditemukan. Studi sebelumnya cenderung mengaji kehidupan pelaut dari sisi profesional dan melihat keluarga pelaut dari sisi domestik, tetapi sejauh yang ditemukan, masih belum terdapat penelitian yang menjembatani keduanya untuk memahami bagaimana pelaut itu sendiri mengalami dan menafsirkan *fatherhood* dalam konteks kehidupan keluarga transnasional yang cenderung menantang.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman hidup *fatherhood* pada pelaut Indonesia yang bekerja di kapal asing. Pendekatan *Interpretative*

Phenomenological Analysis (IPA) dipilih berdasarkan kebutuhan untuk menangkap kompleksitas pengalaman yang bersifat personal. IPA merupakan metode yang difokuskan pada eksplorasi *personal lived experience* dan proses pemaknaan yang dilakukan oleh partisipan (Smith dkk., 2009). Topik penelitian ini relevan dengan IPA karena kondisi keterpisahan dengan anak dan tuntutan kerja di industri maritim merupakan situasi yang menuntut individu melakukan refleksi atas peristiwa hidupnya (Smith dkk., 2009). Sejalan dengan Nizza dkk. (2021), kekuatan IPA terletak pada keterlibatan peneliti dalam proses interpretatif untuk mengungkap makna laten dari narasi yang disampaikan partisipan yang sering kali tidak terlihat dari deskripsi permukaan. Dengan menggunakan pendekatan ini, penelitian ini berupaya untuk membedah dimensi eksistensial terkait identitas, keberdayaan, dan keterhubungan sebagai ayah (Smith dkk., 2009). Melalui IPA, pengalaman *fatherhood* dalam konteks pelaut Indonesia dieksplorasi secara mendalam sebagai sebuah peristiwa sadar yang memiliki struktur makna bagi individu yang mengalaminya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan penelitian yang diuraikan pada latar belakang, maka rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini yaitu bagaimana pengalaman *fatherhood* pada ayah yang bekerja sebagai pelaut?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman *fatherhood* pada ayah yang bekerja menjadi pelaut. Pada penelitian ini, pelaut adalah orang yang bekerja menjadi awak kapal, baik yang berada di posisi rating maupun *officer*, dan

secara dominan pernah atau sedang bekerja di kapal asing luar negeri sehingga mengalami keterpisahan jarak dalam waktu lama yang membuat mereka tidak dapat tinggal setiap hari bersama anaknya.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat menyumbang pengetahuan ilmiah dalam literatur psikologi keluarga dan psikologi okupasional mengenai bagaimana pengalaman *fatherhood* dialami ayah yang bekerja sebagai pelaut dalam kondisi kerja yang ekstrem di atas kapal yang sekaligus menimbulkan keterpisahan struktural berkepanjangan dari anak. Secara teoretis, studi ini memberikan gambaran bagaimana dinamika emosional dari menjadi seorang ayah turut memengaruhi kondisi psikologis pelaut saat bekerja di atas kapal.

2. Manfaat praktis

a. Bagi partisipan

Penelitian ini dapat menjadi wadah untuk merefleksikan pengalaman *fatherhood* partisipan sebagai seorang ayah yang bekerja menjadi pelaut dan menjalani keterpisahan jarak yang berkepanjangan dengan anak.

b. Bagi keluarga pelaut

Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi istri atau keluarga pelaut dalam memahami pengalaman psikologis menjadi ayah yang dialami pelaut di tengah keterpisahan dengan anak.

c. Bagi tenaga profesional kesehatan mental

Bagi psikolog dan konselor yang bekerja dengan komunitas pelaut, temuan ini dapat menjadi dasar dalam merancang pendampingan psikologis yang lebih kontekstual terhadap dinamika emosional yang spesifik pada profesi pelaut.

d. Bagi institusi pendidikan maritim dan perusahaan pelayaran

Penelitian ini dapat memberikan gambaran tantangan psikososial yang dialami ayah yang berprofesi pelaut, sehingga dapat dipertimbangkan oleh institusi pendidikan maritim seperti akademi pelayaran dan perusahaan pelayaran (*shipping agency*) dalam mengintegrasikan aspek kesejahteraan psikologis ke dalam kurikulum pembinaan pelaut dan dalam menyusun program dukungan kesejahteraan awak kapal.