

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia ialah suatu makhluk somato-psikososial maka suatu pendekatan terhadap manusia harus menyangkut semua unsur somatik, psikologik dan sosial. Agar dapat hidup dengan layak, manusia harus terpenuhi semua kebutuhan somato-psikososial dan juga kebutuhan kultural-spiritual yang meliputi kebutuhan pangan, pakaian, rumah, seks, kasih sayang, keamanan, harga diri dan rasa diterima dalam kelompoknya atau masyarakat. Kebutuhan tersebut yang menjadikan dorongan untuk terus menjalani kehidupannya. Apabila kebutuhan dan dorongan tersebut tidak dapat terpenuhi maka akan mengakibatkan stres (Maramis, 2009).

Dalam kehidupan sehari-hari manusia tidak bisa lepas dari stres, masalahnya adalah bagaimana hidup beradaptasi dengan stres tanpa harus mengalami *distress*. Kehilangan pekerjaan (PHK, pensiun) yang berakibat pada pengangguran akan berdampak pada gangguan kesehatan (Hawari, 2008).

Sehat merupakan cita-cita dan keinginan semua umat manusia. Kesehatan menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 tahun 2009 tentang kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis (Undang-Undang Kesehatan, 2009).

Dalam kehidupan sosial masyarakat, orang tua dipandang mengalami penurunan fisik, kognitif, dan sosial-emosional, sudah layak pensiun dari aktifitas pekerjaan (Laura, 2007). Pada umumnya setelah orang memasuki usia lanjut maka ia akan mengalami penurunan fungsi kognitif dan psikomotor. Dan pada umumnya perubahan ini diawali ketika masa pensiun (Kuntjoro, 2002).

Menurut Badan Pusat Statistik, pada tahun 2000 jumlah orang lanjut usia diproyeksikan sebesar 7,28% dan pada tahun 2020 sebesar 11,34%. Dari data USA-Bureau of the Census, bahkan Indonesia diperkirakan akan mengalami pertambahan warga lansia terbesar seluruh dunia, antara tahun 1990-2025, yaitu sebesar 414% (Martono, 2009). Bagi banyak orang lanjut usia, pensiun adalah suatu waktu untuk mengejar waktu luang dan untuk kebebasan dari tanggung jawab komitmen pekerjaan sebelumnya. Bagi orang lain, saat tersebut adalah waktu timbulnya stres, terutama jika pensiun menyebabkan masalah ekonomi atau hilangnya harga diri (Sadock, 2007).

Tuckman dan Lorge menemukan bahwa pada waktu menginjak usia pensiun hanya 20% di antara orang-orang tersebut yang masih benar-benar ingin pensiun, sedangkan sisanya sebenarnya masih ingin bekerja terus (Martono, 2009). Bekerja adalah kegiatan ekonomi yang dilakukan oleh seseorang dengan maksud memperoleh atau membantu memperoleh pendapatan atau keuntungan, paling sedikit satu jam (tidak terputus) dalam seminggu yang lalu (Badan Pusat Statistik, 2001).

Sebagian para lansia masih mempunyai kemampuan untuk bekerja masalahnya adalah bagaimana memfungsikan dalam situasi keterbatasan (Eliana, 2003). Di sisi lain terlalu banyak beban pekerjaan sementara waktu yang tersedia sangat sempit dapat menyebabkan stres pula (Hawari, 2008).

Berdasar uraian di atas penulis tertarik meneliti perbedaan tingkat stres pada pensiunan pegawai Perhutani Surakarta yang bekerja dengan yang tidak bekerja.

B. Perumusan Masalah

Apakah ada perbedaan tingkat stres pada pensiunan pegawai Perhutani yang bekerja dengan yang tidak bekerja?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui perbedaan tingkat stres pada pensiunan pegawai Perhutani Surakarta yang bekerja dengan yang tidak bekerja.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat stres pada pensiunan pegawai Perhutani Surakarta yang bekerja.
- b. Mengetahui tingkat stres pada pensiunan pegawai Perhutani Surakarta yang tidak bekerja.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah masukan ilmiah tentang perbedaan tingkat stres pada pensiunan pegawai.

2. Manfaat Aplikatif

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat untuk lebih memerhatikan keadaan psikologis untuk mencegah terjadinya stres berat dan diharapkan dapat berguna untuk memberi penyuluhan pada masyarakat tentang pentingnya persiapan menjelang pensiun agar tetap aktif dalam berbagai kegiatan pada hari tuanya kelak.