

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang Masalah

Ada banyak definisi mengenai lanjut usia (lansia), namun selama ini kebanyakan definisi lansia lebih didasarkan pada patokan umur semata. Sebenarnya hal itu tidaklah sepenuhnya benar. Selain faktor usia, masih ada faktor-faktor lain yang berkaitan dengan ketuaan seseorang seperti faktor kesehatan tubuh, faktor psikologis dan juga faktor sosial yang terjadi pada orang yang bersangkutan. Usia lanjut adalah suatu periode penutup dalam rentang hidup seseorang, yaitu suatu periode di mana seseorang telah “beranjak jauh” dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat (Hurlock, 1996:380). Dalam Undang-Undang Nomor 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia dengan tegas dinyatakan bahwa yang disebut sebagai lansia adalah laki-laki ataupun perempuan yang berusia 60 tahun atau lebih. Usia 60 tahun merupakan usia yang rawan bagi manusia. Dalam usia ini, kemampuan fisik dan kognitif manusia sangat menurun. Hal itu akhirnya juga berakibat pada berkurangnya tingkat produktifitas manusia. Dalam usia ini, idealnya manusia tersebut tidak terlalu dibebani dengan persoalan finansial yang akan melibatkan banyak otak dan pikiran (Santi, 2002:2).

Individu yang sudah mencapai usia 60 tahun akan mengalami penurunan kemampuan fisik maupun mental seperti yang dikemukakan Hurlock (1996:380) bahwa seseorang akan mengalami kemunduran atau menjadi semakin tua pada usia 50 tahun atau tidak sampai mencapai awal atau akhir usia 60 tahun pada laju kemunduran fisik dan mentalnya.

Kemunduran baik fisik maupun mental yang terdapat pada lansia, membawa mereka pada masa dimana mereka tidak seproduktif di masa sebelumnya. Banyak instansi yang melakukan pemutusan hubungan kerja atau pensiun bagi individu yang telah lanjut usia. Menurut pasal 10 UU RI No 8 th 1974 (dalam Chotimah, 2005:3) masa pensiun disebutkan sebagai bentuk jaminan hari tua dan merupakan wujud balas jasa pegawai negeri yang telah bertahun-tahun mengabdikan diri pada Negara.

Havighurst (dalam Hurlock, 1996:408) membagi orang usia lanjut dalam dua kategori umum atas sikap mereka terhadap pensiun. Kategori pertama disebut “pengalih peran” (transformer) mereka yang mampu dan mau mengubah gaya hidupnya dengan mengurangi kegiatan-kegiatan berdasarkan pilihan sendiri dengan menciptakan gaya hidup yang baru dan menyenangkan diri mereka sendiri. Hal ini mereka lakukan dengan cara melepaskan berbagai peran lama dan menjalankan peran baru. Mereka sendiri jarang rileks dan tidak mengerjakan apapun, kecuali mereka mengembangkan hobi, melakukan perjalanan, dan menjadi aktif dalam berbagai pertemuan yang diadakan oleh masyarakat. Kategori kedua disebut “pemelihara peran”(maintainers), seperti yang dijelaskan sebelumnya, mereka jarang rileks dan

tidak mengerjakan apapun tetapi apa yang mereka lakukan merupakan lanjutan dari apa yang telah mereka lakukan bertahun-tahun sebelumnya.

Berbagai reaksi terlihat pada individu dalam menghadapi masa pensiun. Hal ini tergantung dari kesiapan di dalam menghadapinya. Hartati (2002) mengemukakan ada tiga sikap atau reaksi yang diberikan : (1) menerima, (2) terpaksa menerima, (3) menolak.

Era modern seperti sekarang ini, pekerjaan merupakan salah satu faktor terpenting yang bisa mendatangkan kepuasan. Oleh karenanya, sering terjadi orang yang pensiun bukannya bisa menikmati masa pensiun dengan hidup santai, sebaliknya ada yang justru mengalami problem serius baik kejiwaan maupun fisik.

(Rini, F, www.e-psikologi.com).

Parkinson (dalam Yulianti, 2005:5) mengemukakan bahwa masa pensiun dapat menjadi pengalaman traumatik bagi individu yang mengalaminya karena masa pensiun menandakan pemisahan antara kebergunaan dan penolakan oleh banyak orang. Orang menjadi prihatin mengenai masa pensiun dengan segala ketakutan yang menyertainya. Perasaan takut, cemas, dan kekhawatiran yang terus menerus dalam menghadapi masa pensiun, disebabkan antara lain individu berpikir bagaimana nantinya hidup dengan sumber keuangan berkurang namun kebutuhan semakin bertambah seiring dengan laju inflasi. Individu juga khawatir bagaimana mengisi waktunya serta khawatir terhadap hilangnya kekuasaan, status serta penentruman yang konstan (Adlylla, dalam Yulianti 2005:5).

Berdasarkan penelitian Husada (dalam Chotimah, 2005:3) individu yang mengalami masa pensiun akan mengalami kecemasan dan guncangan perasaan yang begitu berat. Kecemasan ini terjadi karena mereka harus meninggalkan teman-teman baik sebagai atasan ataupun bawahannya. Status sosial ekonomi serta fasilitas-fasilitas lain yang mereka peroleh selama bekerja.

Kekhawatiran, kecemasan dan ketakutan yang berkelanjutan akan berdampak pada keseimbangan emosional individu dan akhirnya akan termanifestasi dalam berbagai keluhan fisik, keadaan seperti itu dikenal dengan sebutan *post power syndrome* (Hawari dalam Chotimah, 2005:4).

Hadi (dalam Purnamasari, 2003:64) mengemukakan bahwa *post power syndrome* adalah perasaan cemas, takut dan khawatir yang menyerang individu untuk menerima kenyataan dengan segala akibatnya antara lain kehilangan kekuasaan dan status.

Bagi individu yang mengalami *syndrome* purna kuasa tersebut akan memperlihatkan perilaku yang disertai dengan keluhan atau gangguan fisik, gangguan pikiran dan perasaan tidak menentu. Gangguan fisik yang muncul pada umumnya berupa rasa lelah yang berkepanjangan, rasa sakit pada bagian kaki, jantung berdebar-debar, gangguan pencernaan, pusing, gangguan kulit, kadar gula meningkat, tekanan darah tidak normal. Gangguan pikiran dapat berupa insomnia, gangguan konsentrasi, dan daya ingat menurun. Gangguan perasaan yang muncul berupa rasa cemas yang berlebihan, mudah gelisah, mudah marah dan merasa tidak berguna. Beberapa fenomena inilah yang sering muncul pada kehidupan lansia yang menjalani masa

purna tugas atau pensiun. Meski demikian, ada sebagian dari mereka yang mampu mengatasi keluhan-keluhan tersebut dan menjalani kehidupan pensiunnya dengan lebih bermakna, seperti yang tampak dalam berbagai kegiatan misalnya : kegiatan keagamaan, kegiatan olah raga serta aktifnya mereka dalam suatu organisasi yang dimana mereka ikut tergabung seperti organisasi atau wadah bagi pensiunan yaitu PWRI (Persatuan Wredatama Republik Indonesia). Hal tersebut dapat membawa perubahan pandangan bagi pensiunan dalam memaknai dan mengisi kehidupan pensiunnya.

Makna hidup sangat berkaitan dengan eksistensi kehidupan manusia sebagai makhluk sosial. Setiap manusia memiliki harapan, yaitu mendapatkan kesejahteraan dan kebahagiaan selama hidup di dunia dan akhirat. Makna hidup sangat pribadi dan berbeda antar sesama manusia. Manusia yang ingin hidupnya bermakna maka ia akan dengan penuh antusias membangun harapan hari esok adalah penuh tantangan dan harapan baru. Setiap masalah ditanggapi dengan tenang dan senang karena yakin bahwa semua memiliki nilai dan manfaat. Sesuatu yang membuat sakit atau menderita disikapi sebagai ujian yang harus dilalui dan akan mendatangkan kebahagiaan. Sebaliknya, manusia yang merasa hidupnya kurang bermakna maka ia akan merasa frustrasi, lemah dan pesimis.

Sehubungan dengan masalah di atas maka penulis memandang perlu untuk melakukan penelitian tentang hubungan dan keterkaitan diantara permasalahan yang ada tersebut. Apabila makna hidup yang dimiliki seseorang tersebut positif, maka dalam menghadapi masa pensiun, diharapkan dapat lebih menyesuaikan diri dengan

penerimaan yang baik sehingga dalam menjalani kehidupan pensiunnya akan lebih siap dan memaknainya sebagai tahap yang harus dijalani dalam kehidupannya. Dengan demikian makna hidup yang positif akan dapat membantu dalam mencegah kecenderungan munculnya kecemasan, ketakutan dan kekhawatiran yang berdampak pada keseimbangan emosi yang dapat memunculkan gangguan-gangguan fisik yang dikenal dengan *post power syndrome*.

Berdasarkan uraian latar belakang permasalahan di atas, maka rumusan masalah dalam usulan penelitian ini adalah : Apakah ada hubungan kebermaknaan hidup dengan *post power syndrome* pada pensiunan? Dari rumusan ini, penulis bermaksud mengadakan penelitian dengan judul “*Post Power Syndrome* ditinjau dari Kebermaknaan Hidup pada pensiunan yang tergabung dalam PWRI”

B. Tujuan Penelitian

Bertolak dari permasalahan di atas, maka tujuan dari penelitian yang diharapkan adalah untuk mengetahui :

1. Hubungan kebermaknaan hidup dengan *post power syndrome* pada pensiunan yang tergabung dalam PWRI.
2. Tingkat kebermaknaan hidup pada PWRI.
3. Tingkat *post power syndrome* pada PWRI.

C. Manfaat Penelitian

Penelitian pada dasarnya adalah sebuah kegiatan ilmiah yang berupa serangkaian kegiatan yang sistematis dan terukur untuk menghasilkan sebuah kesimpulan akhir. Sehingga kesimpulan akhir tersebut dapat dimanfaatkan. Manfaat yang diharapkan dari penelitian dan penulisan ini adalah :

1. Manfaat teoritik, dapat memberikan sumbangan bagi disiplin psikologi, khususnya dalam studi tentang *post power syndrome* dan studi tentang kebermaknaan hidup.
2. Manfaat praktis yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah apabila hipotesis yang diajukan terbukti maka diharapkan bagi pensiunan tidak perlu mengalami *post power syndrome* dengan cara lebih meningkatkan kebermaknaan hidup melalui berbagai aktivitas dalam kehidupan sehari-hari.