

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Badan Pusat Statistik (BPS) pada bulan Desember tahun 2017 telah merilis Indeks Kebahagiaan terbaru masyarakat Indonesia. Berdasarkan hasil indeks tersebut, rata-rata tingkat kebahagiaan penduduk Indonesia pada tahun 2017 adalah sebesar 70,69 pada skala 0 sampai 100. Kondisi kehidupan penduduk Indonesia dapat dikatakan cukup bahagia pada tahun 2017 ini, karena rata-rata Indeks Kebahagiaan tahun 2017 sudah di atas 50%. Dan hasil ditahun 2017 ini mengalami peningkatan dari Indeks Kebahagiaan yang dirilis pada tiga tahun sebelumnya yaitu tahun 2014 yaitu sebesar 65,11 (Statistik, 2017). Hal tersebut menunjukkan bahwa kondisi kehidupan penduduk yang semakin dapat memaknai hidupnya dengan baik dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Memiliki kehidupan yang bahagia dan sejahtera secara material maupun psikologis, merupakan suatu tujuan hidup dan keinginan setiap orang, baik laki-laki atau perempuan, dari yang muda hingga tua, yang belum bekerja maupun yang sudah bekerja hingga memasuki masa pensiun. Begitupun seseorang yang tengah menghadapi masa pensiun sejatinya juga menginginkan kesejahteraan psikologis yang baik. Pensiun itu sendiri merupakan masa peralihan yang menempatkan seorang pada status yang baru dalam masyarakat atau tahapan yang baru dalam hidupnya yaitu status dimana seseorang yang awal mulanya bekerja menjadi tidak bekerja lagi, baik dikarenakan sudah mencapai usia pensiun yang sudah ditetapkan maupun karena kesepakatan antara individu yang bersangkutan

dengan tempat bekerja (Nurhayati & Indriana, 2015). Adapun usia memasuki masa pensiun di negara Indonesia bervariasi yaitu diantara 56-65 tahun, hal ini sesuai dengan peraturan dari pihak perusahaan maupun instansi yang sudah disepakati dalam perjanjian kerja (Humaira & Rachmatan, 2017).

Saat memasuki masa pensiun atau peralihan tersebut, terjadi perubahan-perubahan, tidak hanya statusnya yang bekerja berubah menjadi tidak bekerja, tetapi juga perubahan peran, keinginan, dan nilai-nilai kehidupan. Perubahan-perubahan tersebut mendatangkan bermacam variasi tanggapan individu dalam menyikapi masa pensiun itu sendiri, ada yang menyikapi secara positif dan dapat menerima, mereka beranggapan bahwa masa pensiun dianggap sebagai *reward* untuk diri sendiri karena telah menyelesaikan pekerjaannya, yaitu masa dimana dapat lebih meningkatkan kondisi fisik dan kesehatan karena banyaknya waktu luang yang dimiliki untuk berolahraga, dapat beristirahat dengan cukup dan tenang ditambah lagi dengan semakin berkurangnya beban tekanan pekerjaan yang harus dihadapi, selain itu banyak kesempatan menarik dan menyenangkan yang dapat dilakukan seperti, mengembangkan hobi, aktif dalam kegiatan sosial, serta melewati masa tua yang bahagia dengan menghabiskan lebih banyak waktu bersama pasangan, anak, cucu, keluarga lainnya, teman dan masyarakat dilingkungan sekitar.

Namun pada kenyataannya tidak semua individu mampu menerima kehadiran masa pensiun dengan mudah, ada juga individu yang tidak dapat menerima bahkan menanggapi secara negatif, seperti yang dikatakan oleh Rakhmat & Budiman (dalam Biya & Suarya 2016) tidak mau mengakui bahwa

dirinya sudah pensiun, karena selama masa kerja sendiri para pejabat struktural identik dengan fasilitas pelayanan yang cukup memadai, adanya asisten, relasi yang luas dan juga pendapatan yang tinggi, dan setelah masa pensiun fasilitas tersebut tidak didapatkan lagi, sehingga purna bakti takut tidak dapat memenuhi kebutuhan, kehilangan peran sosial dimasyarakat, kehilangan kekuasaan, kontak sosial dan harga diri yang rendah, sehingga menganggap masa pensiun sebagai keadaan yang tidak menyenangkan, bahkan ada juga yang takut menghadapi masa pensiun. Seperti yang telah disampaikan oleh Putri & Yanis (2015) bahwa ketakutan dalam menghadapi masa pensiun membuat individu tersebut mengalami permasalahan serius baik dari sisi kejiwaan maupun fisik. Dalam penelitiannya juga dipaparkan bahwa Pegawai Negeri Sipil (PNS) merupakan pihak yang takut menghadapi masa pensiun. Berdasarkan data dari Badan Kepegawaian daerah, Batas Usia Pensiun (BUP) bagi PNS adalah 56-60 tahun. Pegawai Negeri Sipil yang memasuki masa pensiun, baik sukarela maupun terpaksa, menyebabkan hilangnya identitas peran. Tuntutan hidup yang terus mendesak karena dirinya adalah satu-satunya penopang hidup keluarga, sehingga hal ini dapat menyebabkan risiko terjadinya depresi semakin besar.

Didalam penelitiannya Biya & Suarya (2016) mengatakan bahwa dari 30 purna bakti PNS yang diteliti, terdapat 46,6% purna bakti yang mengalami stres dengan kategori tinggi. Kondisi stres muncul ketika individu tidak mampu menerima kondisi pensiun dengan baik, sehingga muncul gangguan psikologis seperti cemas, stres, dan bahkan mungkin depresi. Gejala *post power syndrome* juga akan terlihat pada purna bakti yang sebelumnya pernah memegang jabatan

atau dari lingkungan pejabat struktural. *Post power syndrome* sendiri adalah gejala yang umum terjadi pada individu yang sebelumnya mempunyai kekuasaan atau menjabat suatu jabatan, namun ketika sudah tidak menjabat lagi, seketika terlihat gejala-gejala kejiwaan atau emosi yang kurang stabil. *Post power syndrome* secara umum muncul akibat individu hidup di dalam bayang-bayang kebesaran masa lalu dan kurang mampu memandang realita yang ada saat ini (Eliana, 2003).

Selain kondisi-kondisi psikologis yang merupakan dampak dari pensiun yang telah disampaikan diatas, masa pensiun juga dapat memengaruhi kondisi fisiologis individu. Secara fisiologis, masa pensiun dapat menyebabkan masalah penyakit seperti *stroke*, *gastrointestinal*, gangguan saraf, dan berkurangnya kepekaan yang disebut *retirement syndrome*. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Handayani (2012) yaitu *post power syndrome* akan terlihat saat setelah memasuki masa pensiun, dengan mengalami gejala fisik berupa perubahan pada penglihatan, pendengaran serta sensorik motorik yang menurun setelah memasuki masa pensiun. Perubahan emosi juga muncul seperti stres, sedih serta penurunan harga diri juga dirasakan oleh Purna bakti. Faktor yang menyebabkan individu mengalami *post power syndrome* yaitu akibat kehilangan jabatan yang berkaitan dengan kehilangan harga diri, kehilangan kewibawaan, kehilangan teman seprofesi dan juga kehilangan fasilitas dan penghasilan.

Perubahan kondisi psikologis maupun fisiologis yang diakibatkan oleh masa pensiun diatas memerlukan waktu untuk para purna bakti dapat menyesuaikan diri

dengan baik, sehingga purna bakti dapat merasakan kebahagiaan dimasa pensiunnya sehingga memiliki kesejahteraan psikologis yang baik. Kesejahteraan psikologis itu sendiri adalah suatu kondisi yang dihasilkan dari evaluasi atau penilaian individu terhadap diri sendiri yang dipengaruhi oleh pengalaman hidup dan harapan individu yang berangkutan, yang dapat dilihat dari psikologis positif yaitu individu yang dapat menerima dirinya, orang lain, dan lingkungannya secara positif, memiliki kemandirian dalam mengeksplorasi dan mengembangkan potensi yang dimiliki sehingga dapat tercapainya tujuan hidup yang mendatangkan kebahagiaan dan kesehatan baik secara mental maupun fisik.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis tersebut seperti yang dikemukakan oleh Ryff (1989) faktor-faktor tersebut diantaranya adalah kondisi demografis, dukungan sosial, evaluasi terhadap pengalaman hidup, pusat pengontrolan diri, usia, jenis kelamin, kebudayaan, status sosial, pengalaman dan sejarah hidup, perkembangan dan penuaan, kepribadian, pengalaman keluarga, ketertarikan dengan pekerjaan dan kehidupan lain, kesehatan, studi klinis, dan religiusitas.

Selain faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis diatas, lama setelah memasuki masa pensiun juga kemungkinan dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri dalam mencapai kesejahteraan psikologis. Karena kemampuan penyesuaian diri setiap Purna bakti berbeda-beda, ada yang sebentar dan ada juga yang membutuhkan waktu cukup lama untuk dapat menyesuaikan masa pensiun, seperti yang dikemukakan dalam penelitian Biya & Suarya (2016) bahwa dua tahun pertama sesudah pensiun disebut sebagai tahap penyesuaian diri.

Pada tahap ini individu akan mulai mengubah prioritasnya, aktivitas, hubungan, dan hidupnya. Purna bakti umumnya menyatakan bahwa tahap penyesuaian diri ini merupakan tahap yang penuh dengan tantangan seperti kehilangan peran sosial, kehilangan kekuasaan, kontak sosial, harga diri rendah, tidak dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan tertentu dan pemasukan rendah, yang menyebabkan munculnya perasaan depresi, kecemasan, dan kebosanan akibat masa pensiun.

Dari informasi diatas, terdapat kemungkinan bahwa purna bakti yang baru saja memasuki masa pensiun dapat segera menyesuaikan diri dengan masa pensiun, hal ini seperti dalam penelitian yang dilakukan oleh Nastiti & Hendriani (2014) bahwa subjek purna bakti perlahan dapat menerima keadaannya setelah pensiun dan mulai mengisi waktunya dengan kegiatan ibadah pada fase bulan madu, adapun fase bulan madu tersebut merupakan fase terawal dari fase pensiun menurut Robert Atchley (dalam Santrock 2012). Namun terdapat juga kemungkinan bahwa ada purna bakti yang dapat menyesuaikan diri setelah memasuki beberapa fase atau beberapa tahun setelah pensiun tiba, lama tidaknya penyesuaian tersebut tentunya dipengaruhi oleh kesejahteraan psikologis seseorang itu sendiri, apabila kesejahteraan purna bakti itu tinggi maka akan semakin cepat penyesuaian dirinya terhadap masa pensiun, begitupun sebaliknya apabila kesejahteraan psikologisnya rendah maka semakin lama pula purna bakti dapat menyesuaikan diri dengan masa pensiun.

Berdasarkan uraian fenomena dan informasi diatas, maka penulis tertarik untuk mengangkat hal tersebut menjadi sebuah rumusan permasalahan dalam

penelitian ini yaitu apakah kesejahteraan psikologis purna bakti dipengaruhi oleh lama setelah memasuki masa pensiun, bagaimana kesejahteraan psikologis pada purna bakti 2019 yang baru memasuki masa pensiun dan bagaimana kesejahteraan psikologis pada purna bakti 2016 yang telah melewati kurang lebih 3 tahun masa pensiun. Sehingga peneliti ingin meneliti lebih lanjut dalam penelitian yang berjudul “Kesejahteraan Psikologis Purna Bakti Guru Pegawai Negeri Sipil Di Kecamatan Masaran Ditinjau Dari Lama Setelah Memasuki Masa Pensiun”.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini diantaranya adalah:

1. Untuk mengetahui bagaimana kesejahteraan psikologis purna bakti tahun 2019 dan 2016 di Kecamatan Masaran.
2. Untuk mengetahui apakah ada perbedaan kesejahteraan psikologis purna bakti yang ditinjau dari lama setelah memasuki masa pensiun yaitu pensiun pada tahun 2019 dan 2016.

C. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang akan didapatkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi purna bakti, memberikan informasi dan sumbangan pikiran mengenai kesejahteraan psikologis saat menjalani masa pensiun, walaupun sudah menjadi purna bakti kesejahteraan psikologis harus diperhatikan agar dapat menjalani kehidupan dimasa tua dengan baik.

2. Bagi calon purna bakti, memberikan informasi gambaran kesejahteraan psikologis setelah masa pensiun tiba, sehingga para calon purna bakti dapat mempersiapkan dengan baik agar mencapai kesejahteraan psikologis yang baik pula.
3. Bagi keluarga dan masyarakat, dukungan moral kepada purna bakti sangat berpengaruh penting terhadap kesejahteraan psikologis yang akan menentukan kehidupan dimasa mendatang.
4. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan informasi dan referensi dalam melakukan penelitian yang sejenis, sehingga dapat melengkapi kekurangan dan menghasilkan data yang lebih beragam.