

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia dewasa memiliki siklus dalam kehidupan, yaitu ada awal dan akhir, ada masa mulai berkarya dengan bekerja, berkarir, bahkan beberapa orang mampu mencapai puncak karirnya. Masa-masa sulit di awal pekerjaan, hingga pada saat mendapatkan jabatan sesuai dengan yang diinginkan dan sampai pada akhirnya tiba pada saat mengakhiri jabatan atau pekerjaan itu sendiri. Seiring perjalanan kehidupan yang terus berkembang dan berkesinambungan, seseorang yang bekerja di organisasi, perusahaan atau institusi akan mengalami masa pensiun. Pensiun merupakan kejadian penting yang menandai perubahan dari kehidupan masa dewasa ke kehidupan lanjut usia (Buhlen & Meyer dalam Hurlock, 2004). Ada dua jenis pensiunan, yakni pensiun secara normal karena masa tugas yang telah habis ataupun pensiun karena sesuatu hal walaupun masa tugasnya belum berakhir (Rachmawati & Listiyandini, 2014).

Selama menjalani masa pensiun, seseorang dapat mencapai manfaat-manfaat seperti adanya kesempatan untuk melaksanakan kegiatan yang baru dan memiliki waktu yang lebih khusus untuk hubungan mereka dengan orang lain (Taylor, Goldberg, Shore, & Lipka, 2008). Bahkan Perlmutter dan Hall (1985) mengatakan bahwa sebagian besar pensiunan menunjukkan perasaan puas, tetap merasa dirinya berguna dan dapat mempertahankan rasa identitasnya. Depresi dan kecemasan yang timbul biasanya berada pada tingkat ringan dan sifatnya hanya sementara. Kalaupun depresi bertambah, hal itu disebabkan oleh gangguan fisik dan bukan karena masa pensiun itu sendiri.

Namun dalam periode ini bisa saja terjadi kehilangan yang mendalam, seperti kehilangan status, kehilangan identitas profesional, dan kehilangan waktu bersama teman kerja, yang terjadi sejalan dengan berubahnya keadaan keuangan (Taylor, et al., 2008). Masa pensiun memiliki dampak buruk sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Rahe (dalam Eliana, 2003), bahwa pensiun menempati ranking 10 besar yang menyebabkan stres pada seseorang. Dengan memasuki masa pensiun, seseorang akan kehilangan peran sosialnya di masyarakat, prestise, kekuasaan, kontak sosial, bahkan harga diri akan berubah juga karena kehilangan peran (Eyde & Rich, 1983). Akibat yang paling buruk adalah bisa mengakibatkan depresi dan bunuh diri (Zimbardo, 1979).

Berdasarkan informasi awal yang diperoleh peneliti melalui wawancara terhadap beberapa orang pensiunan PNS di Kota Ambon, ditemukan bahwa sebagian besar mereka merasa belum mampu mencapai tujuan mereka seperti membangun usaha sendiri setelah pensiun. Mereka juga menyatakan bahwa mereka belum dapat beradaptasi dengan keadaan setelah pensiun, seperti jika biasanya mereka bekerja dan bertemu banyak orang dikantor, sekarang mereka lebih banyak di rumah dan bertemu hanya dengan anggota keluarga saja. Mereka juga merasa bosan, karena biasanya ada pekerjaan yang harus diselesaikan, tetapi sekarang mereka hanya tinggal di rumah dan tidak melakukan apa-apa. Tetapi, sebaliknya ada pensiunan yang merasa bahwa mereka sudah dapat mencapai tujuan mereka, seperti berwirausaha, berwisata, dan kegiatan lainnya yang selama bekerja belum dapat dilaksanakan. Dalam hal beradaptasi, mereka sudah dapat beradaptasi dengan keadaan setelah pensiun. Sebagian besar dari mereka juga merasa bahwa mereka lebih senang bekerja seperti sebelum pensiun, daripada harus

tinggal diam di rumah. Mereka juga menyatakan bahwa lebih senang berada di rumah, karena lebih banyak menghabiskan waktu bersama keluarga.

Informasi di atas didukung oleh survei yang dilakukan oleh Decker (1980) yang menemukan bahwa bagi orang yang pensiun, mereka merasa kehilangan uang dan orang-orang di lingkungan kerja. Sebagian besar mengatakan bahwa mereka merasa kehilangan pekerjaan itu sendiri, kehilangan perasaan berguna juga peristiwa-peristiwa tertentu di sekitar mereka dan sikap hormat dari orang lain. Dijelaskan oleh Zarit (dalam Santrock, 2002), seseorang yang memasuki masa pensiun menganggap bahwa pensiun berarti kehilangan peran dan status sosial serta kekuasaan, akibatnya banyak orang yang menganggap pensiun sebagai masa yang mendatangkan stress dan merupakan peristiwa yang menakutkan. Hal tersebut akan ditunjukkan oleh perilaku mudah marah, tegang, sulit berkonsentrasi, dan menurunnya semangat kerja (Priest, 1992).

Salah satu cara untuk mengatasi kemungkinan kesulitan dalam masa pensiun adalah memperkuat resiliensi. Resiliensi memperhatikan kemampuan manusia untuk beradaptasi secara positif dan mendapatkan kekuatan dari situasi atau resiko yang merugikan, resiliensi juga menggambarkan kualitas kepribadian manusia, yang akan selalu mengalami perubahan dan perkembangan (Noronha, Cardoso, Moraes, & Centa, 2009).

Connor dan Davidson (2003) mendefinisikan resiliensi sebagai kualitas seseorang dalam hal kemampuan untuk menghadapi penderitaan. Lebih lanjut, Connor dan Davidson (2003) mengungkapkan ada lima aspek resiliensi, yakni kompetensi pribadi, percaya pada diri sendiri, menerima perubahan secara positif dan dapat membuat hubungan yang aman (*secure*) dengan orang lain, kontrol diri, serta pengaruh spiritual.

Resiliensi merupakan variabel yang penting untuk diteliti, karena resiliensi dapat berdampak pada kehidupan seorang pensiunan. Seorang pensiunan yang memiliki resiliensi yang tinggi dapat mengalami penurunan resiko depresi, memiliki persepsi penuaan diri yang lebih baik, dan adanya peningkatan kualitas hidup (Wu, Feder, & Cohen, 2013). Dampak sebaliknya juga terjadi, yaitu apabila seorang pensiunan memiliki resiliensi yang rendah, maka akan muncul perasaan putus asa yang mengakibatkan seseorang mengalami depresi (Smith & Smith, 2015).

Dyer dan McGuinness (dalam Earvolino & Ramirez, 2007) menjelaskan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi adalah faktor protektif. Nasution (2011) menyatakan faktor protektif adalah faktor yang berasal dari adanya *positive adjustment* dimana faktor ini mengarahkan pada perbaikan atau perlindungan terhadap faktor resiko saat menghadapi *adversity* atau kemalangan. Kemudian, Werner (2005) menambahkan bahwa kualitas-kualitas individu dapat menjadi faktor protektif ketika mereka berhadapan dengan kondisi-kondisi yang menekan dalam hidupnya. Salah satu kualitas tersebut adalah konsep diri.

Purkey (1988) mendefinisikan konsep diri sebagai totalitas dari kepercayaan terhadap diri individu, sikap dan opini mengenai dirinya, dan individu tersebut merasa hal tersebut sesuai dengan kenyataan pada dirinya. Goñi (2008) menjelaskan bahwa konsep diri mencakup bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri, bukan hanya diri secara fisik dan dari sudut pandang akademis/profesi dan sosial, tetapi juga dalam hal yang paling pribadi dari seseorang. Hal yang tidak mungkin untuk menjawab pertanyaan “Siapa Saya?” tanpa menyadari persepsi diri seseorang sebagai individu yang tunggal, terpisah dari diri secara fisik dan diri secara sosial.

Kemudian Goni (2000) menjelaskan ada empat dimensi konsep diri, yakni (1) Dimensi *Self-fulfillment*, yang menggambarkan bagaimana individu memandang diri mereka dalam kaitannya dengan mencapai tujuan dan sasaran hidup mereka; (2) Dimensi *Autonomy* yang menggambarkan sejauh mana individu membuat keputusan tentang kehidupan mereka sesuai dengan kriteria mereka sendiri; (3) Dimensi *Emotional Adjustment* yang menggambarkan bagaimana individu melihat diri mereka dalam kaitannya dengan penyesuaian atau regulasi emosional, serta (4) Dimensi *Honesty* yang menggambarkan sejauh mana individu dapat menganggap dirinya jujur dan layak.

Hurlock (2004) mengatakan bahwa seseorang yang mempunyai konsep diri positif adalah jika ia berhasil mengembangkan sifat-sifat percaya diri, harga diri dan mampu melihat dirinya secara realistis. Dengan adanya sifat-sifat seperti ini orang tersebut akan mampu berhubungan dengan orang lain secara akurat dan hal ini akan mengarah pada penyesuaian diri yang baik di lingkungan sosial. Orang yang mempunyai konsep diri negatif sebaliknya akan merasa rendah diri, inadekuat, kurang percaya diri.

Masa pensiun dapat mempengaruhi konsep diri pada seseorang, karena pensiun menyebabkan seseorang kehilangan peran (role), identitas dalam masyarakat yang dapat mempengaruhi harga diri mereka. Pensiun akan menyebabkan seseorang kehilangan perannya dalam masyarakat yang selanjutnya mempengaruhi statusnya dan pada akhirnya bisa mempengaruhi konsep diri menjadi negatif (Turner & Helms, 1983).

McCubbin (2001) menambahkan bahwa selain dari kualitas dalam diri individu, faktor protektif dapat berasal dari dukungan yang diberikan oleh keluarga maupun lingkungan tempat tinggal individu tersebut. Dukungan tersebut dapat diistilahkan sebagai dukungan sosial.

King (2012) mendefinisikan dukungan sosial sebagai informasi atau umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik. Zimet, Dahlem, Zimet, dan Farley (1988) menyebutkan bahwa ada tiga dimensi dukungan sosial, yaitu keluarga, teman sebaya dan *significant others*. Keluarga adalah komponen terkecil dari masyarakat. Perkembangan anak, proses sosialisasi, introjeksi nilai-nilai masyarakat, dan pembentukan superego dilakukan dalam keluarga. Dimensi kedua yaitu teman sebaya, Teman sebaya merupakan hubungan antar individu yang ditandai dengan keakraban, saling percaya, menerima satu dengan yang lain, ingin berbagi perasaan, pemikiran dan pengalaman, serta kadang-kadang melakukan aktivitas bersama. Dan dimensi yang ketiga, yaitu *significant others*. *Significant others* mengacu pada “*special person*”, seperti pasangan, pacar, psikoterapis, penasihat spiritual, dan sebagainya.

Pada lansia, dukungan sosial baik sebelum maupun sesudah mengalami suatu kesulitan akan meningkatkan resiliensinya, karena dukungan sosial akan membangkitkan emosi positif dengan pemikiran bahwa mengekspresikan emosi positif menunjukkan upaya untuk menjaga hubungan sosial (Netuveli, Wiggins, Montgomery, Hildon, & Blane, 2008). Lebih lanjut, McLeod, Musich, Hawkins, Alsgaard, dan Wicker (2016) menjelaskan bahwa seseorang yang pernah mengalami penyakit jiwa maupun disfungsi fisik jika memiliki dukungan sosial maka dapat meningkatkan resiliensinya. Kesehatan mental yang meliputi konsep diri yang positif, adanya dukungan sosial dari lingkungan, dan faktor fisik yang baik merupakan ciri individu yang memiliki resiliensi yang tinggi. Hal tersebut mengarah pada hasil optimal dalam meningkatkan kualitas hidup,

kebahagiaan, dan kesejahteraan juga menurunkan depresi yang dialami oleh individu tersebut, termasuk pensiunan PNS.

Selain faktor protektif, Goldstein dan Brooks (2013) menjelaskan bahwa faktor lainnya yang memengaruhi resiliensi seseorang adalah faktor resiko yang meliputi jenis kelamin. Menurut Werner (2005), wanita lansia lebih resilien daripada laki-laki lansia. Penelitian tersebut didukung oleh Dyer dan McGuinness (dalam Earvolino & Ramirez, 2007), resiliensi laki-laki lebih tinggi daripada perempuan, karena laki-laki lebih cepat menguasai lingkungan daripada perempuan. Meskipun demikian, hasil penelitian Ryan dan Caltabiano (2009) menemukan bahwa tidak ada perbedaan tingkat resiliensi antara laki-laki dan perempuan pada usia lansia, yang disebabkan oleh sampel penelitian yang diambil mungkin tidak mewakili populasi normal pada lansia.

Berdasarkan fenomena dan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melihat hubungan konsep diri dan dukungan sosial terhadap resiliensi pensiunan PNS di kota Ambon ditinjau dari jenis kelamin.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara konsep diri dan dukungan sosial dengan resiliensi ditinjau dari jenis kelamin pada pensiunan PNS di Kota Ambon?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah menentukan konsep diri dan dukungan sosial secara simultan atau parsial merupakan predictor terhadap resiliensi ditinjau dari jenis kelamin pensiunan PNS di Kota Ambon.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu bukti empiris bahwa konsep diri dan dukungan sosial memiliki dan atau tidak memiliki hubungan terhadap resiliensi. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan sebuah informasi, referensi dan pertimbangan bagi penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pensiunan PNS di Kota Ambon agar dapat meningkatkan kemampuan resiliensi dalam menghadapi masa pensiun.

