

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bekerja merupakan aktivitas yang dilakukan untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari, dengan bekerja orang bisa mencapai apa yang dikehendaki. Orang yang bekerja mempunyai keinginan yang dikehendaki atau ingin memperoleh kehidupan yang lebih baik. Pekerjaan bisa menjadi sumber harga diri bagi seseorang, karena orang yang mempunyai pekerjaan di mata orang lain dianggap mandiri dan bisa memenuhi kebutuhannya sendiri. Banyak tipe pekerjaan yang bisa dilakukan ada yang bekerja untuk dirinya sendiri maksudnya adalah berwiraswasta, ada yang memilih bekerja didalam suatu instansi pemerintah ataupun swasta.

Orang yang berwiraswasta akan berbeda dengan orang yang bekerja di dalam suatu perusahaan, masa pensiun yang akan dilaluipun berbeda jika orang berwiraswasta akan menentukan sendiri masa pensiunnya sedangkan yang terikat dengan suatu instansi baik pemerintah ataupun swasta sudah ditentukan dengan peraturan yang mengatur kapan mereka akan pensiun. Siap atau tidak siap mereka harus menerima masa pensiun yang sudah ditetapkan.

Setiap perusahaan mempunyai aturan yang berbeda-beda mengenai usia maksimal pensiun. Menurut Pemerintah RI batas usia pensiun normal yang

sudah ditetapkan adalah 55 tahun sedangkan batas usia pensiun maksimum ditetapkan adalah 60 tahun, hal ini diatur oleh Peraturan Menteri No. 02 Tahun 1993 pasal 2 tentang usia pensiun normal dan batas usia pensiun maksimum bagi peserta peraturan dana pensiun. Artinya pada usia 55 tahun seseorang sudah bisa memasuki masa pensiun dan batas maksimum seseorang untuk sampai masa pensiun adalah umur 60 tahun. Orang tersebut akan berhenti dari aktivitas-aktivitas bekerja yang selama ini dilakukan. Peraturan di PT Pupuk Kaltim dijelaskan bahwa usia pensiun normal ditetapkan pada usia 56 tahun, hal ini diatur dalam pasal 76 perjanjian kerja bersama tahun 2012-2014.

Orang-orang yang pensiun bisa jadi merasakan peran sentral bagi identitas mereka, atau mereka menikmati hilangnya ketegangan yang berlalu bersama peran tersebut (Kim & Moen, 2002 dalam Papalia 2009). Pensiun bisa jadi menimbulkan penyesuaian peran lain. Kondisi tersebut bukan hanya mengubah pemasukan rumah tangga tetapi juga dapat merupakan pembagian kerja rumah tangga, kualitas perkawinan, distribusi kekuasaan dan pembuatan keputusan, mungkin akan lebih banyak waktu untuk berhubungan dengan keluarga besar dan teman (Papalia, 2009).

Saat pensiun ada tiga yang akan hilang yaitu, pertama, hilangnya kegiatan rutin yang dilakukan sejak berangkat sampai pulang kerja jadi seseorang akan memiliki waktu senggang yang banyak daripada waktu sebelum pensiun. Kedua kehilangan teman kerja, orang yang telah memasuki masa pensiun akan berkurang interaksinya dengan teman kerja,

atasan dan bawahan yang biasanya setiap hari berhubungan selama masa kerja. Ketiga seseorang akan hilang sebagian pendapatan dan status yang disandang, ketika pensiun seseorang sudah tidak lagi memiliki kondisi yang sama seperti waktu bekerja karena sudah tidak aktif bekerja lagi (Kuntjoro, 2002 dari <http://www.e-psikologi.com/epsi/lanjutusia>).

Pensiun adalah kondisi dimana seseorang tidak lagi bekerja di suatu perusahaan atau instansi pemerintahan. Pensiun adalah transisi yang ditandai dengan pelepasan dari pekerjaan rutin yang aktif (Adejumo & Adegbite, 2010). Ketidaksiapan menghadapi masa pensiun pada umumnya timbul karena adanya kekhawatiran tidak dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan tertentu. Perubahan yang diakibatkan oleh masa pensiun ini memerlukan penyesuaian diri. Atchley (1977, dalam Eliana 2003) mengatakan bahwa proses penyesuaian diri yang paling sulit adalah masa pensiun.

Penelitian yang dilakukan oleh Holmes dan Rahe (1967, dalam Eliana 2003) mengungkapkan bahwa pensiun menempati ranking 10 besar untuk posisi stres. Akibat yang paling buruk pada pensiunan adalah bisa mengakibatkan depresi dan bunuh diri menurut Zimbardo (1979, dalam Eliana 2003). Akibat pensiun secara fisiologis oleh Liem & Liem (1978, dalam Eliana 2003) dikatakan bisa menyebabkan masalah penyakit terutama *gastrointestinal*, gangguan saraf, dan berkurangnya kepekaan. Penyakit-penyakit diatas disebut dengan istilah *Retirement syndrome*.

Akibat-akibat yang ditimbulkan dari masa pensiun tidak hanya hal-hal yang negatif saja, Perlmutter (1981, dalam Eliana 2003) mengatakan bahwa sebagian besar kaum pensiun menunjukkan perasaan puas, tetap merasa dirinya berguna dan dapat mempertahankan rasa identitasnya. Rasa depresi dan kecemasan yang timbul biasanya berada pada tingkat ringan dan sifatnya hanya sementara, walaupun depresi bertambah hal itu disebabkan oleh gangguan fisik dan bukan karena masa pensiun itu sendiri.

Hal diatas akibat-akibat yang ditimbulkan saat masa pensiun tiba ada yang berdampak positif dan negatif. Dampak positif dan negatif bisa terjadi karena seseorang merasa ketakutan dan belum bisa menerima bahwa mereka sudah pensiun dari pekerjaannya, karena ketakutan itu bisa saja seseorang sering sakit-sakitan atau bahkan bunuh diri. Jika seseorang menerima bahwa dirinya akan pensiun dari pekerjaannya, seseorang tersebut tetap dapat mempertahankan identitas dirinya.

Di beberapa perusahaan ada kebijakan yang dilakukan salah satunya adalah masa persiapan pensiun (MPP). PT Pupuk Kaltim adalah salah satu perusahaan Badan Usaha Milik Negara (BUMN) yang mempunyai kebijakan tentang masa persiapan pensiun (MPP). MPP yang diberlakukan di PT Pupuk Kaltim adalah 6 bulan sebelum masa pensiun yang sebenarnya tiba. Definisi masa persiapan pensiun menurut KKPKT adalah masa dimana seorang karyawan diperbolehkan untuk tidak masuk kerja seperti biasa tetapi masih berhak mendapatkan fasilitas-fasilitas, gaji, tunjangan dan lain-lain.

Masa persiapan pensiun ditujukan untuk memberikan pengalaman kepada karyawan yang akan pensiun, jadi mereka bisa merencanakan apa yang ingin mereka kerjakan saat masa pensiun benar-benar sudah mereka hadapi. Masa persiapan pensiun merupakan masa transisi dari bekerja menjadi tidak bekerja (pensiun). Prakteknya, transisi dari bekerja ke pensiun adalah sesuatu yang complex (Hulme, 2012 dalam Davies & Jenkins, 2013). Transisi pensiun tidak semata-mata hanya berhubungan dengan masalah pekerjaan dan motivasi kerja (Bown-Wilson, 2011 dalam Davies & Jenkins, 2013) tetapi juga berhubungan dengan keluarga, kesehatan, dan transisi waktu luang (Phillipson, 2002; Vickerstaff et al., 2008 dalam Davies & Jenkins, 2013).

Memasuki masa persiapan pensiun banyak reaksi yang ditimbulkan ada yang menyambut baik dan merasa senang akhirnya bisa beristirahat setelah bekerja selama beberapa puluh tahun, ada yang merasa cemas sampai mengurung diri di kamar dan tidak keluar untuk bertemu dengan orang-orang sekitar. Bagi seseorang yang belum siap menghadapi pensiun dan belum siap untuk menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan yang akan terjadi, akan menganggap bahwa ini merupakan periode yang penuh dengan kecemasan.

Koran harian Pikiran Rakyat pernah memuat cerita tentang seorang istri yang suaminya memasuki masa pensiun setahun sebelumnya

“Jika suami saya sudah murung atau marah-marah, saya jadi stres, bingung harus berbuat apa. Apalagi saya harus memikirkan bagaimana membagi uang pensiun yang minim untuk kebutuhan sehari-hari, pusing deh.” kata Indah (50 tahun), suaminya Ardi (61 tahun) setahun

lalu pensiun sebagai PNS di sebuah instansi (Pikiran Rakyat, 29/09/2008)

Sama halnya dengan yang terjadi di lingkungan PT Pupuk Kaltim kasus (catatan bidang sosial KKPKT tahun 2011) yang terjadi, salah seorang karyawan di awal-awal masa persiapan pensiun lebih senang mengurung diri di dalam kamar, jika ada kegiatan di lingkungan rumah beliau tidak pernah keluar untuk mengikuti kegiatan tersebut. Keluar kamar hanya sesaat dan kemudian masuk kembali ke dalam kamar. Beliau juga jarang menyapa tetangga yang kebetulan lewat bahkan pura-pura tidak melihat. Kejadian tersebut berlangsung selama tiga bulan pertama masa persiapan pensiun. Kasus lainnya adalah salah seorang karyawan yang memiliki jabatan yang cukup tinggi di PT Pupuk Kaltim yaitu Kepala Kompartement (Kakom) atau setara dengan General Manager meninggal dunia dua bulan sebelum masa pensiun tiba atau telah menjalani masa persiapan pensiun selama empat bulan. Kasus lainnya seorang karyawan yang menjalani masa persiapan pensiun, sudah tiga kali keluar masuk rumah sakit saat menjalani masa persiapan pensiun selama empat bulan. Kasus diatas mendukung data dari Korps Karyawan Pupuk Kaltim (KKPKT) di bidang sosial tahun 2011 yang menyebutkan bahwa 15% dari jumlah karyawan MPP tahun 2011 sering keluar masuk rumah sakit sejak dan 2% dari jumlah karyawan MPP meninggal dunia sebelum periode MPP habis dijalankan selama 6 bulan.

Kasus-kasus di atas bisa memberikan gambaran akibat yang terjadi saat masa pensiun tiba. Bisa dikatakan bahwa masa persiapan pensiun membutuhkan persiapan yang cukup matang dan perlu penyesuaian diri

yang cukup berat. Penyesuaian diri yang dilakukan oleh mereka yang sedang mengalami masa persiapan pensiun adalah saat mereka sudah tidak lagi disibukkan oleh aktifitas-aktifitas pekerjaan yang biasa mereka lakukan (Foos & Clark, 2010). Masa persiapan pensiun merupakan masa transisi dari yang awalnya bekerja kemudian menjadi tidak bekerja atau pensiun. Masa inilah yang menjadi masa penyesuaian diri bagi karyawan.

Penyesuaian merupakan suatu hubungan yang harmonis dengan lingkungan fisik dan sosial (Chaplin, 2000). Manusia dituntut untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, kejiwaan dan lingkungan alam sekitarnya. Penyesuaian diri merupakan proses yang meliputi respon mental dan perilaku yang merupakan usaha individu untuk mengatasi dan menguasai kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, frustrasi dan konflik-konflik agar terdapat keselarasan antara tuntutan dari dalam dirinya dengan tuntutan atau harapan dari lingkungan ditempat ia tinggal. Hal ini berarti bahwa penyesuaian diri merupakan proses dan bukan kondisi yang statis (Schneiders, 1964 dalam Agustiani 2009). Beberapa pengertian mengenai penyesuaian diri di atas penulis mengambil kesimpulan bahwa penyesuaian diri itu adalah suatu proses yang terjadi didalam diri seseorang untuk mengatasi perubahan yang terjadi dan menyeimbangkan kebutuhan pribadi dengan harapan dari lingkungan sekitar. Dukungan sosial bagi individu yang akan memasuki masa persiapan pensiun merupakan hal yang penting dan berfungsi untuk memprediksi penyesuaian pensiun (Behr 1986 dalam Taylor, et al 2008) ataupun masa

persiapan pensiun. Sumber dukungan sosial dapat berasal dari keluarga, kerabat, pasangan hidup, teman kerja dan masyarakat sekitar.

Dukungan sosial menurut Rietschlin (Rahmadani, 2010) yaitu pemberian informasi dari orang lain yang dicintai atau mempunyai kepedulian dan memiliki jaringan komunikasi atau kedekatan hubungan, seperti orang tua, suami atau istri, teman dan orang-orang yang aktif dalam keagamaan. Menurut Cassel, Caplan dan Cobb (Rahmadani, 2010) dukungan sosial bertindak sebagai pelindung, penuntun atau pembatasan individu jika terjadi efek-efek yang merugikan dari stres, baik yang mengganggu fisik ataupun psikis. Selain itu dukungan sosial berfungsi pula sebagai suplemen bagi kemampuan dan keterampilan individu dalam berhubungan dengan lingkungan.

Dukungan sosial dapat berasal dari berbagai sumber, misalnya dalam pernikahan yang sukses, suami dan istri dapat saling mengandalkan pada saat stress atau sakit dan saling mendukung. Orang yang menikah, hidup lebih lama daripada orang yang mengalami perceraian, menjanda atau orang tunggal dari usia yang sama (Eriksson et al., 1999 dalam Foss & Clark, 2010). Mempertahankan hubungan dekat dan berinteraksi dengan keluarga dan teman-teman serta aktif dalam kelompok keagamaan atau budaya atau organisasi sosial lainnya juga menawarkan dukungan sosial (Berkman, 1986; Cohen et al., 1986 dalam Foss & Clark, 2010).

Penyesuaian pada pensiunan umumnya sangat baik untuk sebagian besar orang dewasa yang lebih tua (Rosenkoetter & Garris, 1998 dalam

Foos & Clark, 2010). Orang cenderung untuk melihat kedepan saat masa pensiun telah datang, dan mereka sudah mengantisipasi kekurangan pendapatan. Kebanyakan orang sudah mempersiapkan kehilangan yang akan dialami saat akan pensiun. Faktor utama yang mempengaruhi penyesuaian pada pensiunan adalah finansial, kesehatan, dukungan sosial dan aktivitas (Foos & Clark, 2010).

Pensiun bukanlah peristiwa tunggal akan tetapi proses yang berkesinambungan, dan pengaruhnya harus dinilai berdasarkan konteks yang ada sumber daya personal (kesehatan, status sosial ekonomi, dan kepribadian), sumber daya ekonomi, sumber daya relasi sosial seperti dukungan dari pasangan dan teman, dapat mempengaruhi seberapa baik para pensiun menghadapi masa transisi ini (Kim & Moen, 2001, 2002 dalam Papalia 2009).

Umumnya frekuensi hubungan dengan teman kerja saat pensiun tampak menurun tetapi kualitas persahabatan dan hubungan dengan teman dekat tidak menurun (Bosse et al., 1993 dalam Foos & Clark, 2010). Pensiun mungkin berefek pada teman organisasi sosial tetapi teman-teman dekat dan keluarga tidak terpengaruh oleh status pensiun seseorang. Dukungan dari anggota keluarga dekat dan pandangan tentang dunia dari anggota keluarga adalah faktor penting dalam penyesuaian diri pada pensiun. Ikatan keluarga yang kuat dengan pandangan yang positif lebih mampu menangani masalah potensial dan dukungan sosial yang ada pada keluarga memungkinkan

pensiun untuk sukses mengatasi kesulitan yang tidak terduga (Smith, 1997 dalam Foos & Clark, 2010).

Sepanjang beberapa tahun pertama setelah pensiun, orang-orang memiliki kebutuhan khusus akan dukungan emosional yang membuat mereka masih berharga dan agar dapat mengatasi perubahan dalam hidup. Dukungan sosial dari keluarga maupun teman dekat sangat berpengaruh pada penyesuaian diri pensiun. Dukungan sosial tersebut membantu para pensiun menyesuaikan diri dari aktivitas-aktivitas mereka yang sebelumnya di sibukkan oleh pekerjaan dan waktu mereka banyak dihabiskan di tempat kerja menjadi hanya memiliki aktivitas yang sedikit dan banyak menghabiskan waktu di rumah. Di perusahaan PT Pupuk Kaltim sebelum seseorang benar-benar memasuki masa pensiun, orang tersebut diberi waktu selama 6 bulan untuk mempersiapkan aktivitas apa yang akan dilakukan saat pensiun tiba. Di sini peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada masa persiapan pensiun? Pertanyaan inilah yang akan diteliti lebih lanjut oleh peneliti.

1.2 Identifikasi Masalah

Masa persiapan pensiun merupakan masa transisi dari masa bekerja ke masa pensiun karena usia yang sudah tidak produktif lagi menurut peraturan perusahaan. Masa persiapan pensiun merupakan suatu kondisi dimana individu tersebut mengalami masa transisi sebelum masa pensiun tiba, dimana seseorang yang sedang menjalani masa persiapan pensiun di PT

Pupuk Kaltim dianjurkan untuk beristirahat dirumah dan tidak perlu masuk kerja seperti saat sebelum masa persiapan pensiun tiba. Di masa persiapan pensiun biasanya mempengaruhi aktivitas sehari-hari seseorang, dari yang dulunya bekerja menjadi tidak aktif bekerja seperti dulu. Berdasarkan pandangan psikologi perkembangan masa persiapan pensiun dijelaskan sebagai suatu masa transisi ke pola hidup yang baru ataupun akhir dari pola hidup. Transisi ini meliputi perubahan peran dalam lingkungan sosial, dan perubahan aktivitas.

Masa persiapan pensiun dapat menimbulkan masalah karena tidak semua orang siap untuk menghadapinya. Masa persiapan pensiun akan merubah aktivitas rutin yang telah dilakukan selama berpuluh-puluh tahun, selain itu akan memutuskan hubungan sosial yang telah terbina dengan rekan kerja, dan hal yang paling vital adalah kehilangan identitas diri yang telah melekat begitu lama saat bekerja. Di lingkungan PT Pupuk Kaltim, karyawan yang sedang menjalani masa persiapan pensiun sebanyak 15% sering keluar masuk rumah sakit dan sebanyak 2% meninggal dunia sebelum periode MPP habis dijalankan selama 6 bulan. Hal-hal tersebut bisa saja terjadi karena dukungan sosial yang diterima oleh masing-masing orang yang sedang menjalani masa persiapan pensiun.

Menurut Foos & Clark (2010) salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri pensiun adalah dukungan sosial. Dukungan sosial bisa berasal dari keluarga, teman-teman dekat dan teman-teman di kegiatan keagamaan. Dukungan dari anggota keluarga dekat dan pandangan tentang

dunia dari anggota keluarga adalah faktor penting dalam penyesuaian diri pada pensiun. Ikatan keluarga yang kuat dengan pandangan yang positif lebih mampu menangani masalah potensial dan dukungan sosial yang ada pada keluarga memungkinkan pensiun untuk sukses mengatasi kesulitan yang tidak terduga (Smith, 1997 dalam Foos & Clark, 2010).

1.3 Batasan Masalah

Pembatasan masalah adalah upaya untuk membatasi permasalahan dengan jelas agar tidak menyimpang dari permasalahan sebenarnya. Pembatasan ini diperlukan agar pembahasan yang dilakukan bersifat sesuai dengan permasalahan yang diteliti dan mudah dipahami. Batasan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Dukungan Sosial

Menurut Cohen & Hoberman (1983) dukungan sosial mengacu pada berbagai sumber daya yang disediakan oleh hubungan antar pribadi seseorang. Dukungan sosial memiliki efek yang positif pada kesehatan, yang mungkin terlihat bahkan ketika tidak berada dibawah tekanan yang besar. Pengertian inilah yang digunakan peneliti dalam penelitian ini.

2. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri menurut Haber & Runyon (1984:6) bahwa seseorang harus menerima hal-hal di mana ia tidak mempunyai kontrol akan keadaan yang akan berubah sehingga penyesuaian diri yang baik

diukur dari seberapa baik seseorang mengatasi setiap perubahan yang terjadi dalam hidupnya. Setiap orang memiliki pengalaman masa lalu untuk meraih tujuannya, yang diikuti dengan adanya perubahan tujuan sebagai suatu akibat dari berubahnya keadaan.

3. Orang yang sedang dalam Masa Persiapan Pensiun (MPP)

Orang yang akan menghadapi masa pensiun dan diberikan waktu selama 6 bulan untuk mempersiapkan segala sesuatunya sebelum masa pensiun benar-benar akan dihadapi. Di masa MPP ini seseorang sudah tidak lagi aktif bekerja tetapi masih mendapatkan fasilitas dan tunjangan secara utuh sama seperti yang mereka dapatkan sewaktu mereka aktif bekerja.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah:

Apakah dukungan sosial mempunyai hubungan dengan penyesuaian diri pada orang yang sedang menjalani masa persiapan pensiun (MPP)?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan sosial terhadap penyesuaian diri pada masa persiapan pensiun.

1.6 Manfaat Penelitian

Secara umum, penelitian ini memiliki beberapa manfaat, baik secara teoritis maupun praktis. Manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah:

1.6.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini adalah untuk memberikan sumbangan ilmiah dalam usaha memperoleh pemahaman dan untuk pengembangan penelitian selanjutnya mengenai permasalahan yang terkait dengan penelitian ini, yaitu dukungan sosial dan penyesuaian diri pada masa persiapan pensiun.

1.6.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Lingkungan Sosial

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi pihak keluarga, teman, maupun lingkungan sekitar dalam melihat seberapa pentingnya dukungan sosial bagi penyesuaian diri seseorang yang sedang mengalami masa persiapan pensiun.

b. Bagi Peneliti

Penelitian ini juga akan menjadi kesempatan dan juga pengalaman untuk peneliti dalam melakukan kajian mengenai hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada masa persiapan pensiun.