

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang Masalah**

*Third World Congress on Positive Psychology* (2013) yang digelar di Amerika, menyatakan bahwa kualitas hidup merupakan bagian dari kesehatan mental dan psikologi positif. Ide tentang kesehatan mental positif telah ditulis oleh Jahoda (1958, dalam Prawitasari, 2011) yang artinya kesehatan mental tidak hanya dipandang sebagai penyakit mental atau gangguan mental, tapi mulai melihat kesehatan mental dari sudut pandang positif.

Saat ini, isu prioritas di banyak negara adalah tentang kualitas hidup (Molnar, 2008 dalam Nofitri, 2009) dan telah digunakan secara umum untuk menggambarkan kesejahteraan manusia dalam suatu lingkungannya (Liao, Fu, & Yi, 2005). Kualitas hidup menjadi variabel perkembangan masyarakat yang terpenting dan dianggap sebagai faktor yang dapat menstimulasi perkembangan suatu masyarakat (Molnar, 2008 dalam Nofitri 2009). Secara awam, pencapaian kehidupan manusia yang ideal atau sesuai dengan yang diinginkan berkaitan dengan kualitas hidupnya (Kahneman, Diener, dan Schwarz, 1999). Hal tersebut juga diperkuat oleh Molnar (2008, dalam Nofitri 2009), banyak di negara maju pada saat ini telah melihat hubungan antara kelompok masyarakat dengan kondisi idealnya melalui kualitas hidup.

Strategi pembangunan di Indonesia adalah peningkatan pemerataan pembangunan beserta hasil-hasilnya melalui arah kebijakan pembangunan

sektoral dan kinerja masyarakat terutama di pedesaan (Baharuddin, 2012). Pembangunan desa merupakan sebagai subjek pembangunan, dan sebagai gerakan masyarakat dalam melaksanakan pembangunan yang dilandasi oleh kesadaran untuk meningkatkan kualitas hidup penduduknya menjadi lebih baik, karena diketahui bahwa hampir semua penduduk Indonesia bertempat tinggal di pedesaan. Dengan banyaknya jumlah penduduk dan sumber daya alam yang potensial maka melalui Program Nasional Pemberdayaan Masyarakat Mandiri diharapkan dapat membantu memanfaatkan sumber daya alam yang tersedia untuk dapat dimaksimalkan dalam upaya peningkatan kualitas hidup dan kesejahteraan masyarakat desa (PNPM Mandiri, 2012). Keikutsertaan masyarakat desa dalam pembangunan adalah suatu kesadaran yang tidak muncul dengan sendirinya. Kurangnya kesadaran tersebut harus dibimbing dan diarahkan sampai mereka bisa mencapai kemandiriannya sendiri untuk mengelola sumber daya alam yang ada. Dengan adanya keterlibatan secara mental dan emosional mulai dari perumusan kebijakan, pelaksanaan tanggung jawab sampai dengan pemanfaatan sumber-sumber alam, maka akan bisa dirasakan secara merata oleh masyarakatnya dalam upaya peningkatan kualitas hidup dan kesejahteraan (Widjaja, 2002 dalam Baharuddin, 2012). Sama halnya dengan program-program pemerintah untuk peningkatan kualitas hidup lainnya seperti Program Keluarga Harapan (PKH) (PNPM Mandiri, 2012). Program-program tersebut disusun berdasarkan kelompok-kelompok yang berada di pedesaan maupun perkotaan. Pendekatan-pendekatan secara kelompok memang terbukti secara empiris dapat meningkatkan kualitas hidup (Simpson, Carlson, & Tew, 2001 dalam Prawitasari, 2011).

Dewasa awal merupakan salah satu fase yang krusial dalam tahapan perkembangan. Pada tahap ini, seseorang yang mampu hidup secara mandiri sudah dianggap melewati masa remaja (Duffy & Atwater, 2004). Masa ini merupakan titik tolak yang cukup signifikan bagi individu untuk memulai hidupnya sebagai individu yang mandiri dalam menentukan masa depan dan mengatur kehidupannya (Wardhani, 2006). Dalam masa perkembangan dewasa awal, pekerjaan merupakan salah satu tugas perkembangan utama yang harus dipenuhi. Pekerjaan memiliki banyak fungsi dalam kehidupan manusia. Salah satunya adalah untuk memenuhi kebutuhan dasar seperti sandang, pangan, dan papan. Namun bagi kebanyakan orang, makna pekerjaan tidak hanya dilihat dari kompensasi uang yang diperoleh (Wardhani, 2006).

Pemilihan karier yang tepat merupakan salah satu usaha menuju kemandirian baik secara finansial maupun psikologis. Karier merupakan bentuk ekspresi diri, status dan memberikan kepuasan serta harga diri (Turner & Helms, 1995). Perlmutter & Hall (dalam Hoffman, Paris & Hall, 1994) mengatakan bahwa bekerja menempatkan individu pada suatu posisi dalam masyarakat, memberikan makna bagi individu yang bersangkutan dan menyediakan kegiatan yang memuaskan, juga sebagai stimulasi sosial dan sarana untuk mengasah kreatifitas. Pekerjaan memberikan banyak makna lain pada kehidupan manusia, antara lain memberikan makna lebih mendalam bagi pengembangan individu. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Craig (1986, dalam Putri, 2009), bahwa bekerja merupakan kesempatan bagi individu untuk mengembangkan kreatifitas dan produktifitas serta meningkatkan harga diri.

*Institute for Management of Development, Swiss, (World Competitiveness Book, 2007 dalam Mangkuprawira, 2008)* memberitakan bahwa pada tahun 2005, peringkat produktifitas kerja Indonesia berada pada posisi 59 dari 60 negara yang disurvei. Atau semakin turun ketimbang tahun 2001 yang mencapai urutan 46. Diduga kuat bahwa semuanya itu terkait dengan budaya bekerja yang masih dianggap sebagai sesuatu yang rutin sehingga mutu sumberdaya manusia Indonesia tidak mampu bersaing di dunia internasional. Bahkan di sebagian individu yang bekerja menganggap suatu pekerjaan sebagai beban dan paksaan dari orang tua terutama bagi individu yang malas (Mangkuprawira, 2008).

Di Indonesia sendiri, jumlah penduduk yang tidak bekerja semakin meningkat, khususnya sejak terjadinya krisis ekonomi global baru-baru ini. Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS), tingkat pengangguran di Indonesia pada Februari 2012 mencapai 6,32 persen. Sementara jumlah pengangguran dari kalangan perguruan tinggi juga relatif meningkat yakni dari 5,65 juta orang pada Agustus 2011, menjadi 7,25 juta orang di Februari 2012 (Kompas, 2012).

Sedangkan data di Dinas Tenaga Kerja, Transmigrasi, dan Kependudukan (Disnakertransduk) Jatim menyebutkan, hingga Agustus 2011 lalu, jumlah pengangguran sebanyak 821.546 orang. Dari jumlah itu, pengangguran aktif atau terdidiknya sebanyak 716.920 orang atau lebih dari 90 persen. Mereka yang menganggur ini adalah lulusan SMA dan perguruan tinggi. Kepala Disnakertransduk Jatim Hary Soegiri mengatakan, data pengangguran tersebut merupakan data yang dikeluarkan Badan Pusat Statistik (BPS) (Poskota, 2012).

Departemen Tenaga Kerja dan Transmigrasi (Depnakertrans) juga mencatat sembilan dari 11 propinsi menanggung beban yang paling berat dalam menghadapi dampak krisis keuangan global, khususnya dampak pada pemutusan hubungan kerja (PHK) dan rencana PHK massal. Menakertrans mengatakan sembilan propinsi tersebut diantaranya Sumatra Utara, Riau, Banten, Jawa Barat, DKI Jakarta, Jawa Tengah, Kalimantan Barat, Kalimantan Timur, dan Kalimantan Tengah (Swaberita dalam Nofitri, 2009). Selain karena pemutusan hubungan kerja (PHK) ada beberapa kondisi lain yang menyebabkan individu pada usia dewasa awal tidak bekerja. Kondisi tersebut antara lain kecelakaan fisik yang menyebabkan individu tidak dapat bekerja, pensiun, memilih berhenti dari pekerjaan yang sedang dijalani, tidak memperoleh lapangan pekerjaan, dan memilih untuk tidak bekerja dalam hidupnya (Genda, 2007). Berbagai kondisi tersebut tentunya memberikan dampak bagi kondisi fisik maupun psikis individu yang tidak bekerja.

Secara umum, dampak dari kondisi tidak bekerja terhadap kesejahteraan psikologis individu dipengaruhi oleh persepsi individu tersebut terhadap alasan mereka tidak bekerja, penyebab utama dari kondisi tidak bekerja, dan persepsi mereka tentang kemungkinan untuk menemukan pekerjaan di masa depan (Dockery, 2004). Dampak yang paling nyata adalah individu yang tidak bekerja kesulitan dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Namun demikian dampak ini masih dapat diatasi oleh sebagian orang yang memiliki dukungan materi dari orang-orang disekitarnya, sehingga walaupun mereka tidak bekerja mereka masih dapat melangsungkan hidupnya. Dampak yang lebih besar adalah pada kondisi

psikologis dari individu yang tidak bekerja. Individu yang tidak bekerja kehilangan kesempatan untuk mencapai prestasi, kemungkinan pengenalan diri, kemajuan, dan pengembangan pribadi (Herzberg, 1975 dalam Furnham, 1988).

Kondisi tidak bekerja ternyata juga dapat memberikan dampak yang berbeda bagi kalangan tertentu. Menurut Totman (1990) pada beberapa kasus, individu yang tidak bekerja menyukai kebebasan mereka dan mengambil keputusan untuk menikmati aktifitas dan memenuhi ambisi yang tidak dapat terpenuhi bila mereka bekerja. Hal ini kembali didukung oleh Glaptys (1989, dalam Dianasari, 1996) yang mengungkapkan adanya efek positif dari ketiadaan pekerjaan, yaitu adanya waktu luang untuk melakukan berbagai macam hal yang diinginkan, dan tidak adanya kewajiban dan keharusan melakukan kegiatan tertentu.

Berdasarkan penjelasan di atas diketahui bahwa kondisi tidak bekerja memberikan dampak yang berbeda-beda bagi setiap individu. Selain itu, seperti yang sudah disinggung sebelumnya bahwa pada usia dewasa awal pekerjaan merupakan salah satu tugas perkembangan yang cukup penting untuk dipenuhi. Hal ini berarti bahwa individu pada usia dewasa awal yang tidak bekerja belum dapat memenuhi tugas perkembangannya. Tidak terpenuhinya tugas perkembangan ini dapat mempengaruhi kualitas hidup individu tersebut (Wardhani, 2006).

## **1.2. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan pemaparan sebelumnya, yaitu tidak dimilikinya pekerjaan pada usia dewasa awal akan mempengaruhi kualitas hidup seseorang. Maka kondisi tersebut juga akan mempengaruhi kondisi psikologis individu. Hal ini diperkuat oleh Izawa (2004) yang menyatakan pekerjaan sebagai salah satu faktor demografi yang penting dalam mempengaruhi kualitas hidup dibandingkan faktor demografi lain. Pekerjaan menjadi hal yang utama karena pekerjaan memberikan aktifitas yang menghabiskan sepertiga waktu individu (delapan jam perhari), dimana waktu ini setara dengan waktu yang dihabiskan individu untuk tidur dan melakukan berbagai aktifitas lainnya.

Dari sebuah hasil penelitian yang dilakukan di Swedia dan hasilnya tidak jauh berbeda, dimana individu yang bekerja memiliki kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan individu yang tidak bekerja (Hultman, Hemlin, dan Hörnquist, 2006). Dalam penelitian tersebut perbedaan yang paling menonjol antara individu yang bekerja dan tidak bekerja terlihat pada aspek finansial dan pemaknaan hidup secara keseluruhan, sedangkan aspek yang perbedaannya tidak cukup besar namun tetap signifikan adalah aspek keluarga, aktifitas, dan kemampuan kognitif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa aspek finansial merupakan salah satu aspek yang berperan penting mempengaruhi kualitas hidup individu yang tidak bekerja. Individu yang bekerja memiliki kualitas hidup yang lebih baik dan menjadi lebih bahagia karena memperoleh berbagai manfaat dari pekerjaan, seperti keuangan, hubungan pertemanan, dan kepuasan pribadi (Smolak, 1993).

Bagi individu yang tidak bekerja, berbagai dampak buruk dari hilangnya pekerjaan menurunkan kualitas hidup individu tersebut dan membuatnya menjadi kurang bahagia bila dibandingkan dengan individu yang bekerja. Tidak dimilikinya pekerjaan tidak hanya membuat seseorang tidak memiliki penghasilan dan tidak dapat memenuhi kebutuhan finansial, namun juga memberikan dampak tambahan berupa psikologis dan sosial, seperti kehilangan harga diri dan status sosial yang diperoleh dari pekerjaan (Dowling, 2005). Selain itu, dampak dari pengangguran akan semakin besar ketika individu yang tidak bekerja berada dalam lingkungan masyarakat yang menganggap pekerjaan adalah hal yang penting sehingga tidak bekerja sering dianggap sebagai kegagalan personal (Kahneman, Diener, dan Schwarz, 1999). Lamanya masa tidak bekerja juga mempengaruhi kesejahteraan yang dirasakan individu. Semakin lama individu tersebut tidak bekerja, semakin buruk pengaruhnya terhadap kesejahteraan dan kebahagiaan yang ia rasakan (Kahneman, Diener, dan Schwarz, 1999).

Berbeda dengan beberapa hasil penelitian sebelumnya, oleh Starrin & Larsson (1998, dalam Hultman, Hemlin, dan Hörnquist, 2006) yang melakukan penelitian di Amerika menemukan bahwa kondisi kesehatan dari beberapa individu yang tidak bekerja justru meningkat karena mereka dapat terlepas dari pekerjaan yang tidak memuaskan. Selain itu, beberapa individu juga dapat memperoleh aspek positif dari kondisi tidak bekerjanya, seperti kemandirian, perilaku pro aktif, dan semangat untuk mencapai tujuan yang sesuai dengan nilai yang dianutnya (Hultman, Hemlin, dan Hörnquist, 2006).



Berkaitan dengan juga salah satu budaya di Indonesia, yang dikemukakan oleh Nofitri (2009) dalam penelitiannya bahwa warga Jakarta yang tidak bekerja dapat tetap memiliki kualitas hidup yang baik. Hal ini diakibatkan karena Indonesia merupakan negara berkembang dengan pendapatan per kapita yang termasuk rendah bila dibandingkan negara-negara maju. Menurut Dowling (2005) kondisi tidak bekerja memiliki dampak yang lebih buruk terhadap kesejahteraan warga negara dengan pendapatan per kapita tinggi dibandingkan dengan negara yang pendapatannya rendah. Bahwa negara Indonesia sebagai negara berkembang tidak menganggap kesuksesan material sebagai hal yang utama, sehingga individu yang tidak memiliki pekerjaan dapat tetap memiliki kualitas hidup yang baik (Nofitri, 2009).

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dijelaskan di atas tentang pengaruh pekerjaan terhadap kualitas hidup individu, dapat disimpulkan bahwa kondisi individu yang bekerja dan yang tidak bekerja dapat memberikan dampak positif dan negatif bagi tiap-tiap individu yang menjalaninya. Disini peneliti tertarik untuk melihat perbedaan kualitas hidup yang terkait dengan status pekerjaannya (bekerja dan tidak bekerja).

### **1.3. Batasan Masalah**

Penelitian perbedaan kualitas hidup pada dewasa awal yang bekerja dan tidak bekerja, dibatasi permasalahannya dengan menjelaskan mengenai:

1. Individu dewasa awal dalam rentang usia 20 hingga 40 tahun yang terdiri dari dua kelompok yaitu individu dewasa awal yang bekerja dan individu dewasa awal yang tidak bekerja.
2. Kualitas hidup yang dimaksud dalam penelitian ini adalah persepsi individu tentang posisinya di masyarakat dalam konteks nilai dan budaya yang terkait dengan tujuan, harapan dan perhatian yang kemudian dikelompokkan menjadi empat aspek, yaitu: kesehatan fisik, psikologis, relasi sosial, dan lingkungan.
3. Bekerja adalah melakukan pekerjaan dengan maksud memperoleh atau membantu memperoleh pendapatan atau keuntungan dan lamanya bekerja paling sedikit 1 jam secara terus menerus dalam seminggu yang lalu (termasuk pekerja keluarga tanpa upah yang membantu dalam suatu usaha/kegiatan ekonomi). Tidak bekerja adalah termasuk kelompok penduduk usia kerja yang tidak bekerja dan sedang mencari pekerjaan.

#### **1.4. Rumusan Masalah**

Perumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

“Apakah ada perbedaan kualitas hidup pada individu dewasa awal yang bekerja dan individu dewasa awal yang tidak bekerja?”

### **1.5. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris adanya perbedaan kualitas hidup pada dewasa awal yang bekerja dan yang tidak bekerja.

### **1.6. Manfaat Penelitian**

Manfaat secara teoritis:

1. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi khususnya pada kajian mengenai kualitas hidup yang merupakan salah satu kajian dari psikologi positif dalam kaitannya dengan status pekerjaan.
2. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi penelitian yang menggunakan pendekatan melalui psikologi positif.

Manfaat secara praktis:

1. Adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai besarnya pengaruh dari kondisi bekerja dan tidak bekerja terhadap kualitas hidup.
2. Sebagai masukan untuk meningkatkan kualitas hidup seseorang pada masa dewasa awal.
3. Sebagai acuan bagi pihak-pihak yang berkepentingan agar dapat mengoptimalkan kualitas hidupnya.