

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Manusia memiliki kebutuhan-kebutuhan yang harus dipenuhi sepanjang hidupnya. Kebutuhan manusia dapat dibagi menjadi kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan kasih sayang, kebutuhan harga diri, dan kebutuhan aktualisasi diri, hal ini telah diungkapkan oleh Maslow (Alwisol, 2014), untuk memenuhi kebutuhan itu setiap individu akan melakukan apapun, bekerja salah satunya. Bekerja biasanya hanya dimaknai sebagai kegiatan yang dilakukan individu untuk memenuhi kebutuhan finansial. Namun, bekerja tidak hanya untuk mendapatkan uang, membayar tagihan rumah, biaya pendidikan, asuransi dan lain sebagainya. Bekerja membuat seseorang mendapatkan identitas, status, ataupun fungsi sosialnya (Eliana, 2003).

Bekerja merupakan bagian penting dalam perjalanan hidup orang dewasa karena merupakan tugas perkembangan yang harus dilalui pada masa dewasa (Hurlock, 2009). Lingkungan kerja bisa menjadi pusat interaksi sosial, tempat bereksperimen, dan mendapat pengalaman-pengalaman baru dalam hidup orang dewasa (Kartono, 2000). Bekerja kemudian menjadi aspek penting dalam kehidupan seseorang, karena dengan bekerja ia dapat memenuhi kebutuhan hidupnya, membangun relasi dengan sesama, mendapatkan pengalaman-pengalaman yang berharga serta tidak kalah penting adalah mendapatkan identitas

sosialnya. Namun, masa bekerja akan diakhiri dan berganti menjadi masa purna tugas atau dalam konteks penelitian ini dapat disebut dengan pensiun.

Apsari (2012) menjelaskan bahwa pensiun merupakan pemutusan hubungan kerja sesuai dengan ketentuan dari perusahaan atau instansi. Sedangkan Aiken (1982) menjelaskan bahwa pensiun merupakan perubahan gaya hidup dan menurunnya aktivitas kerja sehingga, pensiun tidak hanya tentang berhentinya aktivitas tetapi juga berhubungan dengan perubahan pola hidup dan perilaku seseorang. Sina (2015) menjelaskan bahwa masa pensiun merupakan masa bebas menjadi tuan atas diri sendiri, mengisi hidup yang selama ini terlewatkan. Berdasarkan uraian tersebut maka, pensiun dapat diartikan sebagai tahapan kehidupan seseorang dari bekerja menjadi tidak bekerja yang tidak hanya merubah aktivitas tetapi juga merubah sikap, perilaku dan gaya hidupnya di masa yang datang.

Salah satu faktor yang membuat seseorang tidak bisa lagi bekerja atau pensiun adalah kondisi fisik. Semakin tua seseorang maka produktivitas kerjanya juga akan menurun. Usia 65 tahun mengindikasikan bahwa seseorang telah memasuki kategori dewasa akhir atau lansia (Hurlock, 2009). Eliana (2003) menjelaskan bahwa usia 65 tahun merupakan patokan negara-negara Barat untuk menyebut seseorang itu tidak lagi produktif. Berbeda kondisi dengan yang terjadi di Indonesia, Peraturan Pemerintah Nomor 45 Tahun 2015 Pasal 15 telah mengatur batas usia pensiun. Berdasarkan peraturan tersebut maka seseorang akan dipensiunkan ketika menginjak usia 57 tahun. Usia 57 tahun menurut tahap perkembangan manusia masih berada pada kategori dewasa madya. Hurlock

(2009) menjelaskan bahwa individu yang berada pada masa dewasa madya masih dianggap cukup produktif, mampu mencapai dan mempertahankan prestasi yang memuaskan dalam karir. Namun di Indonesia keadaan tersebut tidak dapat dinikmati dalam waktu yang lama karena sesuai peraturan yang berlaku seseorang yang menginjak usia 57 akan dipensiunkan dari pekerjaannya.

Masa pensiun akan dihadapi dan setiap individu tentu ingin mewujudkan masa pensiun yang sejahtera. Sina (2015) menjelaskan bahwa untuk mewujudkan pensiun yang sejahtera membutuhkan manajemen finansial yang tepat. Negara Indonesia sudah mengatur perihal aspek ekonomi untuk kehidupan pensiunan di masa yang akan datang ke dalam beberapa peraturan seperti: (1) Undang-undang No.13. Tahun 2003 tentang ketenagakerjaan, (2) Undang-undang No. 3 Tahun 1992 tentang jaminan sosial tenaga kerja, (3) Undang-undang No.11 Tahun 1969 tentang pensiun pegawai (Pegawai Negeri Sipil) dan pensiun janda atau duda pegawai, dan (4) Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 37 Tahun 2009 tentang dosen. Berdasarkan peraturan yang sudah dibuat oleh Negara Indonesia, tentu aspek ekonomi bukan masalah utama yang dihadapi para pensiunan di Indonesia.

Selain aspek ekonomi, terdapat beberapa masalah yang berpotensi untuk ditemui pada masa pensiun. Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2019 menunjukkan bahwa pola prevalensi depresi semakin meningkat seiring dengan peningkatan usia dimulai dengan usia remaja (15-24) kemudian semakin meningkat pada usia 55-64 tahun (6,5%), usia 65-74 tahun (8,0%) dan prevalensi depresi tertinggi di Indonesia berada pada rentang usia 75 tahun keatas

(8,9%) (Infodatin Kemenkes, 2019). Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2019 juga menyebutkan bahwa kehilangan pekerjaan dan pensiun sebagai salah satu jenis *stressor* psikososial penyebab gangguan jiwa psikofrenia (Infodatin Kemenkes, 2019). Berdasarkan data tersebut maka usia pensiun (57 tahun keatas) memiliki resiko depresi yang tinggi dan kondisi pensiun itu sendiri merupakan faktor yang memunculkan konsekuensi psikologis.

Survei kecemasan yang melibatkan 40 perusahaan, instansi pemerintahan, dan BUMN di seluruh Indonesia menemukan bahwa sebanyak 63% pegawai yang menjelang pensiun merasakan tingkat kecemasan sedang hingga panik, sedangkan 37% pegawai yang menjelang pensiun merasakan kecemasan ringan (ESQ-MPP, 2017). Sumber kecemasan pegawai yang menjelang pensiun berasal dari masalah emosional spiritual (51%), kehilangan sumber keuangan (29%) dan menurunnya tingkat kesehatan (20%) (ESQ-MPP, 2017). Data-data yang telah dijelaskan sebelumnya menunjukkan bahwa masalah yang terjadi pada masa pensiun berasal dari aspek psikologis. Konsekuensi psikologis yang muncul pada masa pensiun dapat menghambat pensiun untuk mewujudkan kehidupan yang sejahtera.

Eliana (2003) dan Hakim (2007) menjelaskan bahwa terdapat tahap *re-orientation* pada masa pensiun di mana pensiunan mulai mengadakan kajian ulang dan melakukan penyesuaian terhadap kehidupan yang baru. Pada tahap *re-orientation* ini pensiunan dapat berperan aktif dalam berbagai kegiatan, sehingga dapat saling membantu rekan pensiun lainnya baik secara formal maupun informal, misalnya dengan adanya organisasi sosial seperti relawan atau ikatan pensiunan dan lain sebagainya (Eliana, 2003 dan Hakim, 2007). Ikatan Pensiunan

Universitas Z merupakan organisasi yang didirikan dengan tujuan untuk mewadahi para pegawai Universitas Z yang sudah memasuki masa pensiun. Ikatan Pensiunan Universitas Z resmi didirikan pada tahun 2009 dengan jumlah anggota aktif hingga saat ini sebanyak 206 orang yang terdiri dari pensiunan dosen dan pegawai Universitas Z. Ikatan Pensiunan Universitas Z memiliki beberapa program yang berfokus pada pemberdayaan anggota pensiunan Universitas Z seperti: (1) seminar kesehatan, (2) *workshop* kewirausahaan, (3) aktivitas fisik seperti senam, tenis, jalan sehat, dan lain sebagainya, (4) kegiatan kerohanian, (5) studi banding, dan (6) kegiatan wisata. Hasil wawancara awal dan observasi yang dilakukan pada 2 Mei 2021 hingga 18 Mei 2021 menunjukkan bahwa Ikatan Pensiunan memberikan dampak positif pada anggotanya dalam menghadapi masa pensiun.

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa masalah yang terjadi pada masa pensiun berasal dari aspek psikologis. Konsekuensi psikologis yang muncul pada masa pensiun dapat menghambat pensiun untuk mewujudkan kehidupan yang sejahtera. Dalam ilmu psikologi, kesejahteraan dan juga kebahagiaan dikenal dengan istilah *well-being*. Aristoteles menyatakan bahwa, kebahagiaan merupakan tujuan utama dari eksistensi manusia dan kebahagiaan ini dapat dirasakan seseorang jika ia merasa sejahtera (Desi, dkk., 2017). Delle, Massimini, dan Bassi (2011) menjelaskan bahwa secara ilmiah terdapat dua perspektif dalam memandang kesejahteraan, yakni hedonia dan eudaimonia. Perspektif hedonia memandang kesejahteraan secara subjektif dan kesejahteraan hanya berfokus pada cara-cara untuk mendapatkan kesenangan dan kepuasan (Diener, 1984; Keyes &

Haidt, 2002; Carruthers & Hood, 2004). Berbeda dengan perspektif hedonia, perspektif eudaimonia memandang kesejahteraan berfokus pada aktualisasi, potensi diri, dan optimalisasi fungsi diri sebagai manusia (*positive psychological functioning*) (Ryff & Keyes, 1995; Keyes, et.al., 2002; Desi, dkk., 2017; Aryono, 2018).

Teori kesejahteraan yang dikembangkan melalui pendekatan hedonia adalah *subjective well-being*. Menurut Diener et.al. (2002), *subjective well-being* merupakan kepuasan hidup yaitu rasa ketercukupan serta keseimbangan antara afek positif dan afek negatif yang membentuk kebahagiaan. Hasil wawancara awal dengan anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z mengungkap bahwa beberapa dari mereka telah merasa cukup dengan kehidupannya saat ini dan telah memiliki perasaan yang positif dalam menjalani masa pensiun ini:

“...terus saya masa pensiun ini saya nggak kepingin yang muluk-muluk...”, (W1/R/020521/B.124-125).

“...cukup itu kan bagi seseorang itu relatif. Kalau saya itu cukup, ya. Sudah menikmati karunia dari Allah SWT...”, (W2/WSA/180521/B.55-56).

“...saya merasa *enjoy* mas, *enjoy*. Karena saya merasa ini bukan suatu beban. Ya kalau dibanding waktu jadi pejabat ya beda lah...”, (W2/WSA/180521/B.39-40).

“Apa Ibu cemas? Tidak, sama sekali tidak...”, (W3/I/120521/B.13).

Kondisi yang mereka ungkapkan pada wawancara awal mengindikasikan bahwa beberapa anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z telah mencapai *subjective well-being*.

Teori kesejahteraan yang menggunakan perspektif eudiamonia adalah *psychological well-being*. *Psychological well-being* adalah bagaimana individu dapat menyadari kemampuan yang ada dalam dirinya serta mampu mengaktualisasi dan mewujudkan hal-hal yang ingin dilakukan (Huppert, 2009). Hasil wawancara dengan anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z mengungkap bahwa beberapa dari mereka telah memiliki kesadaran akan batas kemampuan dirinya pada masa pensiun ini, memiliki kesadaran akan aktivitas yang akan dilakukan saat pensiun, dan memiliki pemaknaan yang berbeda tentang kebahagiaan tetapi memiliki kesamaan bahwa anak, keluarga dan Tuhan merupakan objek kebahagiaan mereka:

“...ada fase tertentu ada hal-hal yang perlu kita prioritaskan terutama, misalnya seperti keluarga, ada yang gini, ada yang sakit ada yang gini. Saya harus berpikir dua kali, mana yang saya tinggalkan.”, (W1/R/020521/B.68-70).

“...kesibukan ya tetap saja disesuaikan dengan kondisi, usia dan sebagainya...”, (W2/WSA/180521/B.5-7).

“...ya misalnya menyalurkan hobi kalau saya. Kalau saya kan hobinya kan bertanam, ya menyalurkan itu. Ya masih ada lah kalau saya masih dikasih tempat ngajar-ngajar ada...”, (W2/WSA/180521/B.12-13).

“...kemudian bisa mengikuti kegiatan rohani seperti mengaji, tahlil, khotmil qur’an...”, (W3/I/120521/B.4-11).

“...bahagianya itu kalau melihat anak-anak saya itu hidupnya baik...”, (W2/WSA/180521/B.58).

“...kepingin bahagia di akhirat. Kalau dunia itu sudah, dulu waktu dinas....”, (W3/I/120521/B.47).

Kondisi yang mereka ungkapkan pada wawancara awal mengindikasikan bahwa beberapa anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z telah mencapai *psychological well-being*.

Berdasarkan hasil wawancara awal, peneliti menduga bahwa beberapa anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z telah mencapai kondisi kesejahteraan berdasarkan konsep *subjective well-being* dan *psychological well-being*. Menurut perspektif hedonia kesejahteraan dapat diciptakan dengan cepat namun dapat sifatnya sementara sedangkan, pandangan eudaimonia dapat menciptakan kesejahteraan yang konsisten dan lebih bertahan lama (Steger et.al, 2008). Waterman (2008) mengungkapkan bahwa perspektif hedonia dan eudaimonia telah banyak diperdebatkan untuk menemukan konstruk kebahagiaan dan kesejahteraan yang tepat. Menurut Ryan dan Huta (2009) *subjective well-being* dapat menjadi indikator yang baik bagi kesejahteraan namun apabila menambahkan konteks fungsi, nilai-nilai dan perilaku yang menimbulkan kesejahteraan yang berasal dari pendekatan eudaimonia, maka kesejahteraan dapat dilihat dengan lebih terintegratif atau menyeluruh. Berawal dari *authentic happiness* (Henderson & Knight, 2012) muncul satu teori yang dalam perkembangannya dikorelasikan dengan *subjective well-being* melalui perspektif hedonia dan *psychological well-being* melalui perspektif eudaimonia, teori tersebut adalah *flourishing*.

Kata “*flourish*” berasal dari bahasa latin “*flor*” yang berarti *flower* (bunga) dan dari bahasa Indo-European “*Bhlo*” yang berarti *blooming* atau *to bloom* (berkembang). *Flourish* dapat diartikan seperti bunga yang berkembang. *Flourish*

dalam *Consize Oxford Dictionary* didefinisikan sebagai “tumbuh dengan penuh semangat, berkembang, makmur, berhasil, berada dalam kondisi prima.” Sementara dalam penggunaan istilah sehari-hari, *flourishing* berpusat pada gagasan untuk mewujudkan potensi seseorang (baik secara spiritual, perkembangan, ekonomi, dll), berhasil, pencapaian atau berkontribusi secara signifikan bagi masyarakat (Gokcen et al., 2012). Seligman (2013) memperkenalkan *flourishing* dengan gabungan beberapa aspek atau bisa disebut dengan PERMA (*positive emotion, engagement, relationship, meaningfulness* dan *accomplishment*). Pada koridor psikologi positif, tema kesejahteraan dikenal dengan *flourishing* (Effeny, 2016). Para ahli menyebut bahwa *flourishing* merupakan sinonim dari level kesejahteraan mental yang tinggi dan melambangkan kesehatan mental (Huppert, 2009; Keyes, 2002; Ryff & singer, 1998).

Konsep *flourishing* berbeda dengan konsep *subjective well-being* maupun *psychological well-being*. Effendy (2016) menjelaskan bahwa aspek *flourishing* tidak bisa dimasukkan secara penuh dalam hedonia maupun eudaimonia seperti aspek *positive emotion* dan *engagement* karena pada aspek *flourishing* terdapat unsur membangun resiliensi. Seligman dalam Effendy (2016) menjelaskan kesejahteraan dalam konsep Psikologi Positif adalah *flourishing* yang memiliki implikasi seluruhnya pada level individu, sosial dan institusional, selain itu *flourishing* memiliki keterkaitan dengan kesejahteraan objektif (finansial dan kesehatan) sehingga kurang tepat memasukkan konsep *flourishing* ke dalam hedonia maupun eudaimonia. Pada koridor Psikologi Positif hedonia dan

eudaimonia diletakkan sebagai *point of view* dalam memahami kesejahteraan (Effendy, 2016).

Perkembangan kajian dengan tema kesejahteraan terus berkembang. Penelitian yang dilakukan oleh Fadhillah (2016) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *psychological well-being* dengan *subjective well-being*. Semakin meningkatnya *psychological well-being* meningkat juga kondisi kebahagiaan (*subjective well-being*). Damayanti, Benu, dan Pello (2018) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *subjective well-being* dengan *psychological well-being* dengan semakin tinggi nilai *subjective well-being* maka semakin tinggi nilai *psychological well-being*. Penelitian Athamukhaliddinar (2019) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *subjective well-being* dan *psychological well-being* yang menggambarkan tentang kesehatan mental. Pada koridor psikologi positif, tema kesejahteraan dikenal dengan *flourishing* (Effendy, 2016). Para ahli menyebut bahwa *flourishing* merupakan sinonim dari level kesejahteraan mental yang tinggi dan melambangkan kesehatan mental (Huppert, 2009; Keyes, 2002; Ryff & Singer, 1998). Berdasarkan uraian tersebut maka pensiunan yang telah mencapai *subjective well-being* maupun *psychological well-being* akan mampu mencapai *flourishing*. *Flourishing* memiliki makna yang sama dengan kesejahteraan mental dan kesehatan mental maka *flourishing* merupakan variabel dependen pada penelitian ini dan *subjective well-being* serta *psychological well-being* merupakan variabel independen pada penelitian ini.

Telah dijelaskan sebelumnya bahwa hasil wawancara awal dan observasi terhadap anggota Ikatan pensiunan Universitas Z mengindikasikan bahwa beberapa dari anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z telah mencapai *subjective well-being* dan *psychological well-being*. *Subjective well-being* dan *psychological well-being* merupakan dua konsep yang menggambarkan kesehatan mental. Konsep *flourishing* pada Psikologi Positif tidak hanya mengacu pada kesejahteraan tetapi juga kesehatan mental itu sendiri. Penelitian ini kemudian berfokus pada kesejahteraan pensiunan dengan *flourishing* sebagai variabel dependen sedangkan *subjective well-being* dan *psychological well-being* sebagai variabel independen. Berdasarkan latar belakang diatas maka tema penelitian ini adalah: Hubungan *Subjective well-being* dan *Psychological Well-being* dengan *Flourishing* pada anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z di Kota Malang.

1.2. Identifikasi Masalah

Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2019 menyebutkan bahwa kehilangan pekerjaan dan pensiun sebagai salah satu jenis *stressor* psikososial penyebab gangguan jiwa psikofrenia (Infodatin Kemenkes, 2019). Beberapa konsekuensi psikologis yang umumnya muncul pada saat pensiun antara lain: perasaan khawatir atas kehidupan masa pensiunnya, rendahnya penerimaan diri (Humaira & Rachmatan, 2017; Wulandari & Lestari, 2018), ketidakmampuan dalam bersikap fleksibel, terbuka dan memaknai secara positif masa pensiun (Ahmad & Ratnaningsih, 2016; Sasongko & Nurtjahjanti, 2017) serta lambatnya penyesuaian diri (Isnawati & Suhariadi, 2012; Noviyanti, 2014).

Hasil wawancara awal terhadap beberapa anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z di Kota Malang mengungkapkan beberapa tema terkait pengalaman mereka pada masa pensiun saat ini. Beberapa anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z mengaku telah mengerti atas kondisi yang akan dihadapi setelah pensiun, mengetahui apa saja yang akan mereka hadapi pada masa pensiun. Tidak hanya memahami tentang tantangan yang akan mereka hadapi di masa pensiun, mereka telah mengetahui apa yang akan mereka lakukan untuk mengisi hari-hari di masa pensiun, seperti: mengajar, menyalurkan hobi, aktivitas fisik seperti tenis, terlibat dalam organisasi seperti ikatan pensiunan, mengikuti kegiatan rohani, melakukan aktivitas bersama keluarga, suami, dan cucu, serta bertamasya:

“...tapi terus terang masalah olahraga ini harus...”, (W1/R/020521/B.71).

“...ya misalnya menyalurkan hobi kalau saya. Kalau saya kan hobinya kan bertanam, ya menyalurkan itu. Ya masih ada lah kalau saya masih dikasih tempat ngajar-ngajar ada...”, (W2/WSA/180521/B.12-13).

“...kemudian bisa menjemput cucu sekolah, karena Bapak dan Ibunya bekerja, kita bisa membantu menjemput, kemudian di rumah juga begitu, suami dulu lebih dahulu pensiun sehingga selalu saya tinggal bekerja, sekarang bisa terus bersama-sama...”, (W3/I/120521/B.4-11).

Hasil wawancara awal dengan beberapa anggota Ikatan Pensiun Universitas Z mengungkap bahwa beberapa dari mereka telah mengerti jika banyak kegiatan yang berkurang di masa pensiun dan tidak bisa dikurangi sekaligus, prosesnya perlahan disesuaikan dengan kondisi fisik. Beberapa dari mereka telah menyadari keterbatasan-keterbatasan terhadap kondisi-kondisi dirinya dan harus mempersiapkan diri dengan baik:

“...ada fase tertentu ada hal-hal yang perlu kita prioritaskan terutama, misalnya seperti keluarga, ada yang gini, ada yang sakit ada yang gini. Saya harus berpikir dua kali, mana yang saya tinggalkan...”, (W1/R/020521/B.68-70).

“...kalau kita mau pensiun itu kan harus mempersiapkan diri, mempersiapkan diri itu tetap punya kesibukan. Kesibukan ya tetap saja disesuaikan dengan kondisi, usia dan sebagainya...”, (W2/WSA/180521/B.5-7).

“...iya, kalau masih dinas dulu kita masih sibuk sekali, kalau sudah pensiun kan sudah berkurang aktivitasnya, begitu Mas...”, (W3/I/120521/B.2).

Hasil wawancara awal dengan beberapa anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z mengungkap bahwa bergabung kedalam organisasi Ikatan Pensiunan memberikan banyak pengalaman positif terhadap diri mereka. Organisasi Ikatan Pensiunan Universitas Z dimaknai sebagai sarana hiburan dan sarana memperoleh kesenangan:

“...kepengurusan ini ikatan pensiunan ini saya menganggap adalah hiburan sekaligus untuk mengisi kekosongan pikiran ya jadi masih bisa berpikir...”, (W1/R/020521/B.73-74).

“...makanya kita bentuk suatu Ikatan Pensiun. jadi keaktifan dan lain sebagainya itu tidak lebih dari fun gitu yah..”, (W2/WSA/180521/B.47-48).

“...ada rasa senang begitu karean kegiatan yang dilakukan di Ikatan Pensiunan Pusat ada kegiatan jalan-jalan keluar atau berwisata...”, (W3/I/120521/B.25-26).

Hasil wawancara awal dengan beberapa anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z di Kota Malang mengungkap bahwa mereka mendapatkan support yang baik dari keluarga seperti suami dan anak dalam menghadapi pensiun, dengan tidak membatasi kegiatan yang dilakukan serta selalu berkomunikasi

dengan mereka, mereka merasa memiliki perasaan nyaman, menyenangkan, dan menikmati masa pensiun serta tidak memiliki perasaan cemas ataupun memandang masa pensiun sebagai suatu beban:

“...keluarga mendukung sekali, karena memang saya dari dulu sudah kegiatannya itu, begitu. Ketika pensiun malah tambah banyak waktu...”, (W3/I/120521/B.35-37).

“...Jadi selain support dari keluarga yang sudah tertanam ya...”, (W1/R/020521/B.112).

“...yang sebetulnya dari dukungan keluarga ada...”, (W2/WSA/180521/B.33).

“...malah pensiun ini adalah suatu fun gitu. Kita punya kegiatan lain yang baru...”, (W2/WSA/180521/B.11).

“Apa Ibu cemas? Tidak, sama sekali tidak...”, (W3/I/120521/B.13).

Tujuan-tujuan hidup yang ingin mereka capai pada masa pensiun ini antara lain: (1) meningkatkan hubungan pertemanan dengan orang banyak, (2) menata hidup lebih baik bersama keluarga, dan (3) mencapai kebahagiaan:

“...rasanya seperti ingin memperbanyak keluarga, rasanya ingin baik aja sama siapapun...”, (W1/R/020521/B.125).

“...sekarang yang ingin saya capai adalah ya bagaimana menata hidup dan mengharapkan anak-anak saya serta cucu-cucu saya itu menjadi orang yang sebenarnya. Orang yang baik, orang yang punya integritas, orang yang jujur, yang amanah...”, (W2/WSA/180521/B.50-52).

“...untuk saat ini yang ingin saya capai adalah kebahagiaan...”, (W3/I/120521/B.45).

Hasil wawancara awal dengan beberapa anggota Ikatan Pensiun Universitas Z mengungkapkan bahwa mereka telah merasa cukup dengan kehidupannya saat ini

dan lebih memfokuskan diri dengan hubungan antara diri mereka dengan Tuhan YME, mereka memiliki keyakinan bahwa setiap yang telah terjadi dalam kehidupannya merupakan kehendak Tuhan YME, selalu bersyukur, dan terus meningkatkan ibadah di masa pensiun, serta mereka menghubungkan kebahagiaan dengan keterlibatan subjek dengan Tuhan, keluarga, dan orang lain:

“...kalau tidak *diridloi* oleh Allah saya tidak bisa sampai pada titik yang lebih tinggi...”, (W1/R/020521/B.124).

“Saya bersyukur atas apa yang dikaruniakan Allah pada saya, sehat, masih bisa berkarya, masih bisa nunggu anak cucu.” , (W2/WSA/180521/B.55-56).

“...saya memperbanyak ibadah. Kita sudah tua mau kemana lagi. Jadi kita memperbanyak bekal untuk kesannya nanti...”, (W3/I/120521/B.39).

Kebahagiaan bisa mereka rasakan apabila mampu hidup dengan baik, bermanfaat terhadap orang lain, mampu bersyukur atas karunia Tuhan YME, berhubungan baik dengan keluarga, dan melihat anak dan cucu hidup dengan baik:

“...bahagiannya itu kalau melihat anak-anak saya itu hidupnya baik...”, (W2/WSA/180521/B.58).

“...kepingin bahagia di akhirat. Kalau dunia itu sudah, dulu waktu dinas...”, (W3/I/120521/B.47).

Berdasarkan hasil wawancara awal dengan beberapa anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z tidak nampak perasaan negatif maupun resiko psikologis akibat dari pensiun. Hasil wawancara awal mengungkapkan bahwa beberapa aspek dalam tema kesejahteraan telah mereka rasakan, seperti perasaan cukup,

perasaan positif yang lebih banyak daripada perasaan negatif, dukungan dari orang terdekat seperti keluarga, memiliki tujuan hidup, serta memiliki pemaknaan terhadap kebahagiaan meskipun dengan objek kebahagiaan yang berbeda. Perasaan cukup dan emosi positif yang dirasakan oleh beberapa anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z menggambarkan *subjective well-being*, sedangkan adanya dukungan dari orang terdekat seperti keluarga, memiliki tujuan hidup, serta memiliki pemaknaan terhadap kebahagiaan menggambarkan *psychological well-being*. Sedangkan pada koridor psikologi positif, tema kesejahteraan lebih dikenal dengan istilah *flourishing* (Effendy, 2016).

Konsep *flourishing* berbeda dengan konsep *subjective well-being* maupun *psychological well-being*. Effendy (2016) menjelaskan bahwa aspek *flourishing* tidak bisa dimasukkan secara penuh dalam hedonia maupun eudaimonia seperti aspek *positive emotion* dan *engagement* karena pada aspek *flourishing* terdapat unsur membangun resiliensi. Seligman dalam Effendy (2016) menjelaskan kesejahteraan dalam konsep Psikologi Positif adalah *flourishing* yang memiliki implikasi seluruhnya pada level individu, sosial dan institusional, selain itu *flourishing* memiliki keterkaitan dengan kesejahteraan objektif (finansial dan kesehatan) sehingga kurang tepat memasukkan konsep *flourishing* ke dalam hedonia maupun eudaimonia.

Penelitian Fadhillah (2016), Damayanti, Benu, dan Pello (2018) dan Athamukhaliddinar (2019) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan antara *subjective well-being* dengan *psychological well-being*. Menurut Ryan et.al. (2008) *flourishing* sering dikaitkan dengan variabel *well-being* yang erat

kaitannya dengan pendekatan hedonia yaitu *subjective well-being*. *Flourishing* juga sering dikaitkan dengan konsep *psychological well-being* dan *social well-being* karena ketiganya sesuai dengan pendekatan eudaimonia (Didino, et. al., 2019). Athamukhaliddinar (2019) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *subjective well-being* dan *psychological well-being* yang menggambarkan tentang kesehatan mental. Para ahli menyebut bahwa *flourishing* merupakan sinonim dari level kesejahteraan mental yang tinggi dan melambangkan kesehatan mental (Huppert, 2009; Keyes, 2002; Ryff & Singer, 1998). Berdasarkan uraian tersebut maka pensiunan yang telah mencapai *subjective well-being* maupun *psychological well-being* akan mampu mencapai kesejahteraan mental dan kesehatan mental atau dalam Psikologi Positif disebut dengan *flourishing*.

Kajian *well-being* dan *flourishing* sampai saat ini terus berkembang. Nelson & Padilla-Walker (2013) mengkaji *flourishing* pada individu yang mengalami masa transisi dari remaja menuju dewasa atau yang disebut *emerging adulthood*. Momtaz et. al. (2016) mengkaji *flourishing* terhadap individu usia dewasa akhir hingga lanjut usia di Malaysia. Witten et al., (2019) mengkaji bagaimana konsep *flourishing* pada remaja. Rothmann (2013) dan Effendy (2016) mengkaji *flourishing* pada konteks individu yang bekerja. Penelitian ini akan mengkaji *flourishing* serta hubungan variabel *well-being* lainnya terhadap *flourishing* pada pensiunan yang tergabung pada organisasi Ikatan Pensiunan Universitas Z di Kota Malang. Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan sebelumnya maka penelitian ini mengambil tema: Hubungan *Subjective Well-being* dan *Psychological Well-being*

dengan *Flourishing* pada Anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z di Kota Malang.

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah maka muncul beberapa pertanyaan penelitian sebagai rumusan masalah berikut ini:

- a. Apakah ada hubungan antara *subjective well-being* dan *psychological well-being* dengan *flourishing* pada anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z di Kota Malang?
- b. Apakah ada hubungan antara *subjective well-being* dengan *flourishing* pada anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z di Kota Malang?
- c. Apakah ada hubungan antara *psychological well-being* dengan *flourishing* pada anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z di Kota Malang?

1.4. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini sebagai berikut:

- a. Mengetahui ada tidaknya hubungan antara *subjective well-being* dan *psychological well-being* dengan *flourishing* pada anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z di Kota Malang .
- b. Mengetahui ada tidaknya hubungan antara *subjective well-being* dengan *flourishing* pada anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z di Kota Malang.

- c. Mengetahui ada tidaknya hubungan antara *psychological well-being* dengan *flourishing* pada anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z di Kota Malang.

1.5. Batasan Penelitian

Tulisan dalam penelitian ini akan diberikan batasan penelitian agar konteks atau bahasan dalam penelitian tidak melebar. Batasan dalam penelitian ini antara lain:

- a. Partisipan pada penelitian ini merupakan pensiunan yang terdaftar sebagai anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z di Kota Malang.
- b. Partisipan pada penelitian ini berusia ≥ 57 tahun.
- c. Instrumen penelitian hanya diberikan pada partisipan yang telah memasuki masa pensiun

1.6. Manfaat Penelitian

- a. Manfaat teoritis

Manfaat untuk penelitian ini diharapkan mampu menjawab hubungan antara *subjective well-being*, dan *psychological well-being* dengan *flourishing* pada anggota Ikatan Pensiunan Universitas Z di Kota Malang. Penelitian ini diharapkan mampu memperluas dan memvalidasi perkembangan ilmu pengetahuan terkait *subjective well-being*, *psychological well-being* dan *flourishing* dalam koridor psikologi positif.

b. Manfaat praktis

1) Pemerintah

Penelitian ini diharapkan mampu dijadikan sebagai kajian ilmu dalam menetapkan kebijakan atau peraturan pada pensiunan sehingga kebijakan yang ditetapkan dapat mengedepankan potensi pensiunan sebagai individu yang *flourish*, berdaya atau seorang yang berfungsi dengan optimal (*fully function person*).

2) Ikatan Pensiunan Universitas Z

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi sarana adukasi maupun bahan diskusi terkait pentingnya mencapai kondisi *subjective well-being* dan *psychological well-being* guna mencapai kondisi *flourish* pada kelompok pensiunan. Penelitian ini diharapkan mampu menjadi dasar keilmuan untuk pembuatan agenda kegiatan maupun program-program harian pada kelompok pensiunan yang berfokus kepada pemberdayaan para pensiunan.

3) Pensiunan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi maupun media edukasi terkait konsep kesejahteraan khususnya *subjective well-being*, *psychological well-being* dan *flourishing* pada masa pensiun.

4) Keluarga

Penelitian ini diharapkan dapat mengedukasi keluarga yang memiliki anggota pensiunan terkait pentingnya hidup sejahtera di masa pensiun terutama pengetahuan dalam mencapai kondisi *flourish* pada pensiunan.

5) Peneliti lain

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi untuk peneliti lain yang juga mengkaji konsep *subjective well-being*, *psychological well-being* dan *flourishing* pada konteks pensiunan.