

LANSIA PENSIUNAN DALAM MENGHADAPI MASALAH

POST-POWER SYNDROME

(Kasus Lansia Pensiunan di kota Surabaya)

Oleh : Renno Krisna S

NIM: 071211432019

Program Sarjana Sosiologi

Departemen Sosiologi

Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik

Universitas Airlangga

Semester Genap/Tahun 2016/2017

Topik permasalahan yang diangkat oleh peneliti dilatarbelakangi karena adanya urgensi terhadap ancaman gejala Post-Power Syndrome yang kini banyak dialami oleh Lansia Pensiunan.

Studi ini mengkaji mengenai Pemahaman Lansia Pensiunan tentang arti kehidupannya, serta upaya Lansia Pensiunan dalam menghadapi Post-Power Syndrome, dengan menggunakan teori Konstruksi Sosial Peter L Berger serta Teori Aktifitas/Activity Theory Cumming & Henry. Studi ini menggunakan pendekatan kualitatif lokasi yang digunakan pada studi ini adalah Surabaya. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara dan observasi secara langsung.

Hasil studi ini menunjukkan bahwa ada sebuah persamaan pemahaman yang cukup mendasar dari para lansia tentang kehidupannya dulu. Sebagian besar lansia

kerap kali mengulang ulang cerita kesuksesan masa lalunya. Sedangkan faktor jenis kelamin tidak berpengaruh terhadap sebuah pemahaman lansia mengenai kehidupannya, sedangkan jenis pekerjaan berpengaruh terhadap munculnya variasi pemahaman pada lansia mengenai kehidupannya.

Keyword : Lansia, Pensiun, Post-Power Syndrome

PENDAHULUAN

Menurut UU no. 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan sosial lansia menyatakan bahwa yang dimaksud Lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia diatas 60 tahun. Penduduk lansia (usia 60 tahun ke atas) tumbuh dengan sangat cepat bahkan tercepat dibanding kelompok usia lainnya. Tahun 2025 diperkirakan akan terdapat 1,2 milyar lansia dan ditahun 2050 akan menjadi 2 milyar (21% total penduduk). Sekitar 80% lansia hidup di negara berkembang dan wilayah Asia-Pasifik merupakan bagian dunia yang tercepat pertumbuhan lansianya. Indonesia merupakan salah satu negara Asia yang tergolong cepat pertumbuhan penduduk lansianya. Dari tahun ke tahun jumlahnya cenderung meningkat (diakses melalui www.depkes.go.id).

Menurut data *World Health Organisation* (WHO), sejak tahun 2000 penduduk Indonesia sudah tergolong berstruktur tua, dimana jumlah lansia lebih dari 7% jumlah total penduduk. Data Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2000 menunjukkan penduduk lansia sudah berjumlah 14,4 juta (7,18%) dan pada tahun 2020 diperkirakan akan menjadi dua kali lipat.

Bekerja merupakan suatu aktivitas yang dilakukan Individu untuk mencapai tujuan tertentu. Dari kegiatan bekerja inilah Individu akan mendapatkan ganjaran materil yaitu berupa Uang, Fasilitas, Gaji dan materi lain. Disamping itu bekerja juga tidak melulu soal pemenuhan materi semata namun juga menyangkut pemenuhan kebutuhan non materil seperti halnya penghargaan, status social, dan prestise

yang sangat berarti bagi harkat diri individu sebagai manusia.

Akan tetapi ada satu kala ketika individu dianggap sudah tidak lagi produktif maka sudah saatnya individu tersebut melepas menanggalkan semua kegiatan yang berhubungan dengan pekerjaannya, ataupun meninggalkan seluruh jabatannya yang selama ini disandangnya. Pensiun adalah peran baru dalam hidup seseorang yang berhenti dari pekerjaan formal dan tidak bekerja lagi serta mengalami perubahan ekonomi berupa pendapatan yang jauh berkurang dari sebelumnya.

Pensiun seringkali dianggap sebagai titik awal kemunduran individu dalam kehidupannya. Individu akan merasa cemas karena tidak mengetahui kehidupan seperti apa yang akan dialami pasca pensiun. Individu yang memasuki masa pensiun

sering dianggap sebagai individu yang tuna karya (tidak dibutuhkan lagi tenaga dan pikirannya). Ketakutan menghadapi masa transisi pasca pensiun, membuat banyak orang mengalami problem serius baik dari sisi kejiwaan maupun fisik, terlebih individu yang memiliki ambisi yang besar serta sangat menginginkan posisi yang tinggi dalam pekerjaannya. Hal ini akan sangat rentan bagi individu untuk mengalami goncangan ketika pensiun yang biasa kita kenal sebagai *post power syndrome*.

Oleh karena itu untuk melihat lebih jauh mengenai *syndrome* yang menjangkiti para pensiunan ini perlu dilakukan pengkajian secara lebih mendalam dengan melakukan penelitian. Dalam hal ini peneliti merasa terpanggil untuk melihat seperti apa maupun sampai seberapa

jauh *post-power syndrome* ini dialami oleh para pensiunan khususnya di kota Surabaya. Berdasarkan asumsi inilah peneliti merasa tertarik untuk mengkaji lebih jauh lagi serta untuk mengetahui masalah masalah apa saja yang muncul akibat *post-power syndrome* pada para pensiunan serta bagaimana para pensiunan tersebut menyikapinya.

Berdasarkan latar belakang masalah maka fokus permasalahan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- (1) Bagaimana lansia pensiunan dalam memaknai kehidupannya sebelum pensiun dulu?
- (2) Apakah ada perbedaan pemaknaan post power syndrome antara Lansia pensiunan laki-laki dengan perempuan serta berdasarkan dari pekerjaan yang berbeda ?

- (3) Bagaimana upaya lansia pensiunan dalam menghadapi Post-Power Syndrom (Sindrome pasca berkuasa) ?

Kajian Teori

Teori Konstruksi Sosial

Konstruksi sosial merupakan suatu proses pemaknaan yang dilakukan oleh individu terhadap lingkungan dan aspek diluar dirinya yang terjadi melalui tahapan proses dialektis yaitu eksternalisasi, objektivasi, dan internalisasi

Dengan menggunakan teori konstruksi sosial Peter L. Berger, penelitian ini berusaha menelaah seperti apa makna yang dibangun oleh para lansia pensiunan terhadap realitas hidupnya serta mengkaji bagaimana proses dialektis antara eksternalisasi, objektivasi dan internalisasi itu terjadi pada Lansia pensiunan, hal tersebut dikarenakan individu-individu dalam

masyarakat akan membangun konstruksi berdasarkan tempat dan situasi dimana mereka berada. Yang artinya individu-individu akan membentuk dunia sosial melalui pemaknaannya terhadap realitas di masyarakat. Dalam mode yang dialektis, dimana terdapat tesis, anti tesis dan sintesis, Berger melihat masyarakat sebagai produk manusia dan manusia sebagai produk masyarakat (Poloma, 1994:305).

Teori Aktifitas (Activity Theory)

Ketentuan akan meningkatnya pada penurunan jumlah kegiatan secara langsung. Teori ini menyatakan bahwa pada lanjut usia yang sukses adalah mereka yang aktif dan ikut banyak dalam kegiatan sosial.

Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk meneliti

tentang bagaimana lansia pensiunan dalam menghadapi masalah Post-Power Syndrome. Penelitian ini bersifat deskriptif dan cenderung menggunakan analisis induktif. Lokasi penelitian ini berada di wilayah kota Surabaya.

Penentuan informan menggunakan teknik purposive sampling. Informan yang di ambil adalah seorang yang dianggap relevan untuk menjawab topik permasalahan yang di angkat.

PEMBAHASAN

Pemahaman Lansia Pensiunan tentang arti kehidupannya

Pada bagian ini akan diulas tentang bagaimana Lansia Pensiunan memahami tentang arti kehidupannya , baik pada saat sebelum pensiun hingga masa tuanya kini yang mana akan

dijelaskan secara konstruktif dengan menggunakan teori konstruksi sosial Peter L. Berger untuk melihat bagaimana Lansia Pensiunan dalam memahami tentang arti kehidupannya. Hal ini dapat menunjukkan pemahaman lansia berdasarkan nilai-nilai yang telah dipahami sebelumnya serta penyesuaian diri yang dilakukan terhadap sosiokultural masyarakat.

Melalui teorinya Berger & Luckman mencoba untuk melihat proses konstruksi melalui proses konstruksinya, jika dilihat dari perspektif Berger dan Luckman berlangsung melalui proses interaksi sosial yang dialektis dari tiga bentuk realitas yang menjadi *entry concept*, yakni *Subjective Reality*, *Symbolic Reality* dan *Objective Reality*.

Kemudian Berger mencoba untuk menghubungkan subjektif dan

objektif tersebut melalui konsep dialektika yang dimiliki oleh Hegel , dengan memunculkan konsep eksternalisasi, objektivasi, dan internalisasi.

Ketiga konsep ini , merupakan proses yang terjadi ketika seseorang mengkonstruksi sebuah realitas yang subjektif . Dalam konteks penelitian ini konstruksi lansia terhadap kehidupannya, berawal dari nilai-nilai ataupun lewat pengalaman-pengalaman yang didapat dari masa lalunya. Atau dalam kaitannya dengan penelitian ini ialah pengalaman yang didapat sewaktu masih bekerja dulu. Setelah menjalani proses tersebut, kemudian nilai-nilai tadi diinternalisasi ke dalam diri lansia tersebut, sehingga menjadi pedoman dalam melakukan tindakan sehari-hari.

Konsep yang dikemukakan Berger ini, oleh peneliti diwujudkan dalam pertanyaan-pertanyaan yang memiliki keterkaitan dengan masing-masing proses tersebut. Banyak sekali nilai-nilai tentang kehidupan yang diperoleh oleh Lansia ketika masih muda. Dalam prosesnya, nilai ini pun terserap melalui pengalaman sehari-hari yang dialami Lansia Pensiunan selama masih aktif bekerja dulu. Pemahaman terhadap kehidupannya, dipahami oleh lansia selama proses perjalanan karirnya dulu.

Proses inilah yang dinamakan **Internalisasi**, dimana pengalaman hidup/kesuksesan karir terdahulu juga turut serta berperan terhadap seseorang dalam memahami tentang kehidupannya kelak.

Pemahaman yang telah didapat oleh lansia melalui pengalamannya

selama bekerja/masa muda membawa lansia mulai memahami mengenai arti kehidupan baginya. Setelah mampu untuk memahami konsep-konsep ini, lansia kemudian membawa pemahaman ini ke dalam sebuah bentuk tindakan. Hal inilah yang dinamakan sebuah proses **Eksternalisasi**, dimana pemahaman yang lansia miliki disesuaikan dengan dunia sosiokultural kehidupannya saat ini. Lansia mewujudkan pemahamannya tersebut dalam bentuk tindakan yang dilakukannya, salah satunya ialah dengan memanggakan tentang pencapaian yang didapatnya semasa dulu ataupun sering sekali merasa masih punya kekuasaan dengan suka mengatur orang lain. Seperti yang kerap kali dilakukan oleh keempat Informan yaitu HE, SU, LW serta TU.

Tindakan Informan yang kerap kali memanggakan banggakan maupun suka sekali mengatur, membawa realitas yang bersifat subjektif ini menjadi sebuah realitas objektif yang berada dalam kehidupan lansia tersebut. Proses tersebut membuat pemahaman tersebut harus menyesuaikan diri dengan kehidupannya saat ini, yang dirasa memiliki perbedaan pandangan dengan pemahaman tersebut.

Proses inilah yang dinamakan Berger sebagai **Objektivasi**. Lansia yang telah memahami tentang pentingnya kehidupannya dulu, membawanya menjadi sebuah realitas objektif ke tengah tengah kehidupannya kini, sehingga pemahaman yang dipahami oleh lansia ini pun dapat dipahami oleh orang lain .

Perlu dipahami , bahwa proses eksternalisasi dan obyektivasi ini berlangsung secara terus menerus. Hal ini menyebabkan munculnya kebiasaan baru. Pemahaman yang telah menjadi kebiasaan tersebut, kemudian di Internalisasi oleh lansia, sebagai sebuah pemahaman yang sifatnya subjektif, dan menjadi pedoman sifatnya subjektif, dan menjadi pedoman hidup bagi lansia tersebut. Proses **Internalisasi** ini membuat pemahaman tersebut telah menjadi bagian dalam diri lansia kembali, dan merupakan konstruksi yang terjadi pada lansia. Lansia kemudian memiliki pemahaman tentang kehidupannya berdasarkan oleh capaian masa lalunya.

Setelah memahami tentang kehidupannya lansia pun menunjukkannya dalam tindakan

sehari hari. Tindakan ini dilakukan atas dasar makna tentang kehidupannya yang telah dipahami melalui proses sebelumnya. Hal inilah yang dinamakan proses **Eksternalisasi**, dimana lansia melakukan tindakan sesuai dengan pemahamannya mengenai kehidupannya. Informan dalam penelitian ini pun mewujudkan tindakannya melalui berbagai bentuk seperti kerap kali bercerita kepada orang lain tentang masa lalunya, serta sering kali bersikap layaknya seperti masih berkuasa dll.

Proses eksternalisasi inilah yang menjadi tahapan akhir dalam proses konstruksi sosial seorang individu. Setelah realitas yang bersifat subjektif diangkat menjadi realist yang seakan akan objektif, kemudian lansia menarik kembali realitas tersebut

kedalam diri mereka masing-masing, sehingga hal ini kembali menjadi realitas subjektif yang dilakukan oleh tiap individu lansia. Pemahaman lansia mengenai kehidupannya, dimunculkan dalam tindakannya yang kerap kali bercerita kepada orang lain tentang masa lalunya, serta sering kali bersikap layaknya seperti masih berkuasa serta tindakan lainnya. Inilah sebuah bentuk proses dialektis yang dilihat oleh Berger, dimana ketiga proses ini saling berpengaruh untuk membentuk sebuah pemaknaan subjektif dari lansia.

Upaya Lansia Pensiunan dalam menghadapi Post-Power Syndrome

Dengan menggunakan asumsi dari teori aktivitas penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan seperti apa upaya yang dilakukan

Lansia Pensiunan dalam menghadapi masalah Post-Power Syndrome.

Dimana jika mengacu pada Teori Aktifitas/Activity Theory (Cumming & Henry,196) dapat ditarik kesimpulan bahwa pada Teori ini menyatakan bahwa pada lanjut usia yang sukses adalah mereka yang aktif dan ikut banyak dalam kegiatan sosial., Ukuran optimum (pola hidup) dilanjutkan pada cara hidup pada lanjut usia serta Mempertahankan antara sistem sosial dan individu agar tetap stabil dari usia pertengahan ke lanjut usia.

Dalam hal ini dijelaskan bahwa seorang Lanjut Usia dapat dikatakan sukses apabila , mereka aktif dalam kegiatan kegiatan sosial,, serta tetap menjalin sosialisasi dengan baik dengan sekitarnya. Yang mana hal ini diperkuat dengan adanya realitas yang

ditemukan Peneliti di lapangan. Sebagian besar dari lansia mengungkapkan cara yang dilakukan untuk beradaptasi dengan masa tuanya yakni dengan cara berkegiatan secara rutin. Misalnya dengan mengisi kekosongan waktunya dengan kegiatan keagamaan bisa juga diisi dengan kegiatan kegiatan kemasyarakatan ataupun kegiatan dengan nuansa hiburan seperti menonton tv, mendengarkan radio ataupun membaca Koran. Dengan begitu dapat mempertahankan antara sistem sosial dan individu agar tetap stabil dari usia pertengahan ke lanjut usia.

Jadi menurut Teori Aktifitas (Activity Theory) menjelaskan akan pentingnya dalam konteks ini adalah Lansia Pensiunan untuk melanjutkan peran-peran masa dewasa tengahnya di sepanjang masa

tuanya. Jika peran-peran itu terhenti maka penting bagi mereka untuk menemukan peran-peran pengganti yang akan memelihara keaktifan dan keterlibatan mereka di dalam aktifitas kemasyarakatan.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis teori yang telah dilakukan maka memunculkan beberapa kesimpulan terkait dengan topik permasalahan yang diangkat pada penelitian ini yakni mengenai Lansia Pensiunan dalam menghadapi masalah Post-Power Syndrome sebagai berikut :

Pemahaman lansia mengenai kehidupan ini terbentuk melalui proses internalisasi, obyektivasi, dan eksternalisasi yang berjalan secara simultan. Proses Internalisasi merupakan jalan awal terbentuknya pemahaman lansia berdasarkan

pengalaman yang didapat selama masih aktif bekerja. Dalam proses selanjutnya lansia membawa pemahaman yang bersifat subjektif ini menjadi sebuah realitas objektif, yang diwujudkan dalam bentuk interaksi dengan orang lain. Proses ini membuat pemahaman tadi menjadi sebuah hal yang dipahami oleh banyak orang, sehingga menjadi sebuah kebiasaan. Dalam tahapan akhir lansia yang telah membawa pemahaman ini kedalam kehidupannya. Hal ini membuat pemahaman tersebut lantas menjadi pedoman hidup yang membentuk tindakan lansia. Tindakan yang dilakukan lansia ini pun terjadi dalam wujud yang berbeda-beda. Perbedaan ini dihasilkan oleh proses eksternalisasi serta proses Internalisasi yang berbeda-beda.

Faktor Jenis kelamin tidak berpengaruh terhadap sebuah

pemahaman lansia mengenai masa tuanya, sedangkan jenis pekerjaan berpengaruh terhadap munculnya variasi pemahaman pada lansia mengenai kehidupannya

Dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang bermuatan positif senantiasa dapat menghindarkan mereka dari perasaan kesepian, merasa disfungsi sosial yang mana pada akhirnya akan membawanya kepada gejala Post-Power Syndrome

Peneliti juga melihat bahwa faktor lamanya adaptasi terhadap fase kehidupan masa tua juga menentukan bagaimana pemahaman lansia dalam memaknai masa tuanya artinya lansia yang berada pada tahap awal tentu memiliki pemahaman yang berbeda dengan lansia pada tahap akhir.

Faktor kekosongan aktivitas yang menyebabkan lansia pensiunan

tidak bisa 'move on' dari masa lalunya atau dengan kata lain selalu teringat ingat dengan kesuksesannya dahulu.

SARAN

Setelah memperoleh hasil penelitian, maka ada beberapa saran atau masukan yang di berikan peneliti untuk berbagai pihak yakni:

Bagi Dinas sosial/Pemerintah serta Lansia Pensiunan :

1. Dalam hasil yang dapat disimpulkan dari penelitian ini diharapkan untuk semua pihak khususnya Pemerintah dalam hal ini bisa memuat forum yang intens bagi para Lansia pensiunan hal ini untuk menghindari terhadap gejala Post-Power Syndrome yang terjadi pada seorang pensiunan
2. Untuk Lansia Pensiunan agar senantiasa selalu berpikir

positif terhadap masa pensiun yang dihadapi.

3. Untuk Lansia Pensiunan agar selalu melakukan kegiatan-kegiatan yang bermuatan positif agar terhindar dari yang namanya gejala Post-Power Syndrome (Syndrome pasca berkuasa)

Bagi Penelitian Selanjutnya:

1. Penelitian selanjutnya diharapkan bisa mengkaji lebih dalam tentang Lansia Pensiunan dalam memahami arti kehidupannya
2. Bagi penelitian selanjutnya diharapkan untuk memfokuskan studi terutama melihat bagaimana Upaya Lansia Pensiunan dalam

menghadapi Post-Power Syndrome

3. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan agar lebih intens dalam mengambil data yang ada. Diharapkan bisa lebih baik dari penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Berger, Peter L. dan Thomas Luckman. 2012. *Tafsir Sosial Atas Kenyataan: Risalah Tentang Sosiologi Pengetahuan*. (Diterjemahkan Oleh Hasan Basari). Jakarta: LP3ES.
- Hurlock, Elizabeth. 1996. *“Psikologi Perkembangan”*. Jakarta : Erlangga
- Poloma, Margaret. 1984. *“Sosiologi Kontemporer”*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.

- Ritzer, George. 2003. “*Sosiologi Ilmu Pengetahuan Berparadigma Ganda*”. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiyono. 2014. “*Metode Penelitian Kualitatif dan Kualitatif R & D*”. Bandung: Alfabeta
- Suyanto, Bagong dan Sutinah. 2005. “*Metode Penelitian Sosial: Berbagai Alternatif Pendekatan*”. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group
- Wirawan, I.B. 2012. “*Teori-Teori Sosial Dalam Tiga Paradigma: Fakta Sosial, Definisi Sosial, Perilaku Sosial*”. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group
- Afifani Nia. 2009. Skripsi : “*Faktor yang Berhubungan dengan Insomnia Pada Lansia di rumah Usiawan Panti Surya Jemur Handayani Surabaya,* Universitas Airlangga Surabaya
- Indiraputra, Bayu. 2012. Skripsi : “*Konstruksi Sosial Kehidupan Hari Tua di Kalangan Lansia Perempuan*”. Universitas Airlangga Surabaya
- Murti Ariyani Annisya. 2014. Jurnal: “*Lansia di Panti Werdha : Studi Deskriptif Mengenai Proses Adaptasi Lansia di Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya.* Universitas Airlangga Surabaya.