

**BAB I**

**PENDAHULUAN**

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **I.I. Latar Belakang Masalah**

Sadar atau tidak sadar, manusia pasti menghadapi berbagai masalah dalam hidupnya. Masalah tersebut datang silih berganti. Masalah timbul pada setiap orang tanpa mengenal waktu atau situasi, status ekonomi, jenis kelamin, serta usia, bahkan sejak dalam kandungan sampai meninggal, manusia selalu menghadapi masalah. Pada situasi tertentu, masalah yang dihadapi individu yang satu dengan individu yang lainnya bisa saja sama, misalnya saja ketika terjadi kecelakaan dan bencana alam. Namun bila ditinjau dari segi usia pada kenyataannya masalah yang dihadapi manusia berbeda-beda. Hurlock (1996: 8) mengemukakan bahwa, setiap tahap perkembangan manusia mempunyai resiko entah berasal dari kondisi fisik dan psikologis individu maupun masalah-masalah penyesuaian diri yang tak dapat dihindari. Masalah yang dihadapi individu pada setiap tahap perkembangan dapat mengganggu keseimbangan mentalnya. Sekalipun individu berhasil menguasai tugas pada suatu tahap secara baik, tetapi bisa saja pada tahap berikutnya akan mengalami ketegangan dan tekanan yang mengarah pada suatu krisis.

Hal yang sama juga terjadi pada individu yang telah berada pada tahap dewasa madya. Masalah umum yang mereka hadapi adalah penurunan daya tahan fisik dan hal yang lebih mendasar lagi adalah masalah penyesuaian diri dengan keluarga dan penyesuaian diri dengan pekerjaan. Masalah penyesuaian diri pada

pekerjaan lebih mengarah pada tugas atau pekerjaan yang dirasakan semakin berat oleh karena kondisi fisik yang tidak lagi sekuat masa perkembangan sebelumnya.

Permasalahan yang ada mendorong mereka yang berada pada masa perkembangan dewasa madya untuk mengambil suatu tindakan yakni menerima atau melarikan diri dari permasalahan tersebut. Bila permasalahan-permasalahan tersebut diabaikan maka dapat menimbulkan frustrasi pada diri yang bersangkutan. Simorangkir (1987: 32) mengatakan bahwa bila permasalahan tersebut tidak mendapat pemecahan yang memuaskan maka akan terjadi ketegangan ataupun suatu pertentangan dalam diri individu. Keadaan demikian akan mengganggu keseimbangan mental. Edstrom (1997: 111) menegaskan bahwa bila seseorang bisa menyesuaikan diri terhadap suatu masalah dalam pekerjaan dengan motivasi yang berasal dari dalam diri maka ia dapat mencapai apa yang diharapkannya.

Permasalahan yang sama sering terjadi juga pada kaum biarawati. Kelompok ini terdiri dari orang-orang yang terpanggil untuk melayani sesama manusia atas dasar cinta kasih. Sejalan dengan itu mereka didorong untuk mampu membaktikan diri dengan hati yang ikhlas, dan semangat pengorbanan. Pada dasarnya tugas yang mereka jalankan berorientasi pada pelayanan dan melihat kehidupan sebagai suatu misi, bukan sebagai karier (Covey 1997: 30). Menurut Ridick (1987: 198), sikap ini menuntut kaum biarawati untuk mengusahakan yang terbaik buat sesama dan baru kemudian untuk diri mereka sendiri. Di sinilah sering terjadi konflik antara mengutamakan kepentingan umum atau kepentingan pribadi, sebab bagaimanapun juga kaum biarawati adalah manusia biasa. Ada saat-saat di mana mereka dikuasai

oleh rasa ingin mengutamakan kepentingan pribadi atau mengejar tujuan pribadi yang sama pentingnya dengan pelayanan kepada sesama. Kadangkala keinginan untuk mencapai tujuan pribadi tersebut membentuk sikap menghindar dari tugas pelayanan dan memandang tugas tersebut sebagai beban. Pada hal prinsip pelayanan tersebut tidak akan berhasil atau mengalami kegagalan bila tidak ada kemauan untuk memikul beban (Covey 1997: 30). Untuk itu, seorang biarawati membutuhkan penyesuaian diri dengan tugas-tugas pelayanannya. Contoh: ketika seorang biarawati ingin istirahat karena merasa lelah dengan pekerjaan yang dilakukannya tetapi tiba-tiba ada seorang yang sangat membutuhkan bantuannya maka individu tersebut akan menunjukkan sikap antara mau membantu atau menolak orang yang datang itu dengan jawaban yang tidak menyenangkan. Jika seseorang merasakan stres terhadap pekerjaan yang dilakukan, ia cenderung menggunakan strategi mengatasi stres tersebut. Jika *coping* stres yang dilakukannya efektif atau dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi, maka stres individu akan berkurang, yang kemudian akan diikuti dengan meningkatnya kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan pekerjaan maupun aspek-aspek kehidupan lainnya.

Ada berbagai faktor yang menjadi kunci sukses seseorang untuk bisa menyesuaikan diri dengan pekerjaannya, diantaranya adalah *coping* terhadap stres. Menurut Cohen dan Lazarus (dalam Smet 1994: 143-144), ada dua jenis *coping* yang sering digunakan manusia dalam mengatasi masalah yang dihadapinya yaitu *emotional focused coping* dan *problem focused coping*. *Emotional focused coping* lebih mengarah pada penyelesaian masalah yang bersifat sementara.

Mekanisme penyesuaian diri merupakan salah satu cara penyelesaian masalah yang berfokus pada emosi, yang pada dasarnya mampu memberi keseimbangan mental pada individu yang menghadapi suatu masalah, namun hasilnya tidak memberikan kepuasan bagi individu dan menurut Abraham dan Shanley (1997: 221) metode ini tidak efektif untuk menghilangkan stres kerja. Menurut Cohen dan Lazarus (dalam Smet, 1994: 143-144), jenis *coping* yang paling cocok untuk orang dewasa adalah *coping* yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*), dimana dengan *coping* ini, individu didorong untuk menemukan keterampilan-keterampilan baru dalam menghadapi masalah. Disamping itu melalui metode ini, individu termotivasi untuk mengidentifikasi sumber penyebab masalah yang kemudian mencoba untuk mencari cara penyelesaiannya. Di sini individu dilatih untuk tidak bersikap pasif tetapi secara terus menerus mencari tahu penyebab serta cara pemecahan yang efisien terhadap masalah yang dihadapinya.

Masalah yang dialami oleh kaum Biarawati, seperti masalah penyesuaian diri terhadap pekerjaan atau tugas pelayanan bukanlah sesuatu yang harus dihindari tetapi dengan semaksimal mungkin berusaha ditemukan cara pemecahannya, melalui berbagai usaha terutama lewat program pembinaan yang diberikan sejak masa aspiran/ simpatisan sampai usia lanjut.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti apakah ada hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri terhadap pekerjaan dengan intensitas penggunaan *problem focused coping* pada kaum biarawati dewasa madya.

## 1.2. Batasan Masalah

Agar arah penelitian ini lebih jelas maka peneliti membatasi lingkup masalah sebagai berikut:

1. Banyak faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri terhadap pekerjaan tetapi yang diteliti hanya intensitas penggunaan *problem focused coping*.
2. Untuk mengetahui keterkaitan antara *problem focused coping* dengan penyesuaian diri terhadap pekerjaan, maka yang dilakukan dalam penelitian ini adalah penelitian korelasional.
3. Agar wilayah penelitian menjadi jelas maka subyek penelitian yang digunakan adalah para biarawati Kongregasi Suster Santo Yosef yang berusia dewasa madya (40-60 tahun).

## 1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah penelitian, maka masalahnya dapat dirumuskan sebagai berikut: Apakah ada hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri terhadap pekerjaan dengan intensitas penggunaan *problem focused coping* pada kaum biarawati Kongregasi Suster Santo Yosef yang berusia dewasa madya?

## 1.4. Tujuan

Dengan mengacu pada rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara penyesuaian diri terhadap

pekerjaan dengan intensitas penggunaan *problem focused coping* pada kaum biarawati dewasa madya.

### 1.5 Manfaat Penelitian

Dari penelitian ini, manfaat yang ingin diperoleh adalah:

#### 1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan dan penerapan disiplin ilmu psikologi perkembangan khususnya mengenai sejauh mana penyesuaian diri terhadap pekerjaan berkaitan dengan penggunaan *problem focused coping*.

Hasil penelitian ini kiranya dapat menjadi referensi serta acuan bagi peneliti selanjutnya terutama yang hendak meneliti masalah-masalah topik penelitian ini.

#### 2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi kaum biarawati dewasa madya sebagai masukan yang bermanfaat, sehingga mereka mampu menyesuaikan diri dengan pekerjaan melalui penggunaan *problem focused coping* yang intensif.

3. Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan kepada kongregasi, terutama sebagai informasi dalam membantu usaha penyesuaian diri terhadap pekerjaan bagi para biarawati yang berada pada tahap perkembangan dewasa madya khususnya di Kongregasi Suster Santo Yosef.