

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pensiun merupakan akhir dari seseorang melakukan pekerjaannya. Pensiun seharusnya membuat orang senang karena bisa menikmati hari tuanya. Kenyataannya banyak orang bingung bahkan mengalami kecemasan ketika akan menghadapi pensiun. Pada masa pensiun ada suatu perubahan yang penting dalam perkembangan hidup individu yang ditandai dengan terjadinya perubahan sosial. Di masa pensiun biasanya terjadi penurunan kekuatan fisik dan kesehatan, menyesuaikan terhadap penurunan pendapatan dan pensiun, menyiapkan kematian pasangan, membangun relasi yang nature terhadap salah satu kelompok manula, mengadopsi dan mengadaptasi peranan sosial dalam cara-cara yang fleksibel, serta membangun kepuasan fisik terhadap hidupnya (Havighurst, 2008).

Pada saat masa pensiun seseorang akan kehilangan pekerjaannya, status sosialnya, fasilitas, materi, anak-anak yang sudah dewasa dan pergi dari rumah. Teman-teman dan relasi-relasi tidak lagi mengunjunginya. Individu menjadi kesepian dan kesehatannya makin menurun. Berkaitan dengan keadaan tersebut Kroeger (2002) mengatakan bahwa pensiun adalah salah satu titik balik yang signifikan dalam karir seseorang selama hidupnya atau setidaknya – tidaknya untuk mayoritas orang dewasa yang telah menghabiskan seluruh atau sebagian besar hidup mereka dalam bekerja.

Beverly (Hurlock, 1994) berpendapat bahwa pensiun seringkali dianggap sebagai kenyataan yang tidak menyenangkan sehingga menjelang masanya tiba sebagian orang sudah merasa cemas karena tidak tahu kehidupan seperti apa yang akan dihadapi kelak. Dalam era modern seperti sekarang ini, pekerjaan merupakan salah satu faktor terpenting yang bisa

mendatangkan kepuasan (karena uang, jabatan dan memperkuat harga diri). Oleh karenanya, sering terjadi orang yang pensiun bukannya bisa menikmati masa tua dengan hidup santai, sebaliknya, ada yang mengalami masalah serius (kejiwaan maupun fisik).

Individu bekerja tidak hanya untuk mendapatkan upah, tetapi juga untuk mendapatkan kesenangan karena dihargai oleh orang-orang dalam lingkungannya. Kenyataannya kesenangan ini menjadi berkurang ketika orang tersebut memasuki masa pensiun. Kecemasan pada orang yang akan menghadapi masa pensiun disebabkan karena tidak tahu kehidupan seperti apa yang akan dihadapi kelak. Kecemasan menghadapi masa pensiun ini penting untuk diteliti karena seseorang yang memasuki masa pensiun mengalami kondisi “kekosongan”, merasa tanpa arti dan tanpa guna sehingga menjelang masa pensiun orang tersebut mengalami kecemasan akan bayangan-bayangan yang dihayalkannya sendiri. (Hadiwaluyo, 2009)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sherlyna Prihandhani tentang “Hubungan Lama Pensiun Pegawai Negeri terhadap Tingkat Kecemasan pada Lansia di Lingkungan Candi Baru Gianyar” menyatakan bahwa ada kecemasan menghadapi masa pensiun pada PNS. Berikut data statistik dari hasil penelitian tersebut:

Tabel 1.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis kelamin, Lama Pensiun Dan Tingkat Kecemasan Di Lingkungan Candi Baru Gianyar Tahun 2015.

Karakteristik Responden

Tabel 1

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Lingkungan Candi Baru Gianyar Tahun 2015

Usia	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
60-69	25	46.3
70-79	24	44.4
80-89	5	9.3
Total	54	100

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa dari total 54 responden yang diteliti, diperoleh hasil mayoritas responden berumur 60-69 (46,3 %) tahun.

Tabel 2

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Lingkungan Candi Baru Gianyar Tahun 2015

Jenis kelamin	Frekuensi	Prosentase (%)
Laki-laki	38	70.4
Perempuan	16	29.6
Total	54	100%

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa responden berjenis kelamin laki- laki sebanyak 38 (70,4%) orang dan yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 16 (29,6%)orang.

Deskripsi Variabel

Tabel 3

Karakteristik Variabel Lama Pensiun di Lingkungan Candi Baru Gianyar Tahun 2015

Lama Pensiun	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
≤ 5 tahun	7	13
≥ 5 tahun	47	13
Total	54	100

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat, terdapat 7 (13%) responden pensiun ≤ 5 tahun dan 47 (87%) responden pensiun > 5 tahun.

Tabel 4
Karakteristik Variabel Lama Pensiun di
Lingkungan Candi Baru Gianyar Tahun 2015

Tingkat Kecemasan	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Tidak ada	9	16.7
Ringan	10	18.5
Sedang berat	24	44.4
	11	20.4
Total	54	100

Dari tabel di atas dapat dilihat, terdapat 9 (16,7%) responden tidak mengalami kecemasan, 10 (18,5%) responden mengalami kecemasan ringan, 24 (44,4%) responden

mengalami kecemasan sedang dan 11 (20,4%) responden mengalami kecemasan berat.

Dari uraian di atas dapat diketahui bahwa orang cenderung merasa cemas ketika akan menghadapi masa pensiun karena pada masa ini adalah masa transisi dari bekerja ke tidak bekerja. Berdasarkan hasil pre-eliminatory di PT. Bina San Prima Surabaya menyatakan bahwa karyawan merasa cemas menghadapi masa pensiun karena ketakutan akan ketidakcukupinya kebutuhan sehari-hari. Ketika akan memasuki masa pensiunnya mulai merasakan kecemasan yang membuatnya merasa terganggu (hasil wawancara dengan TA pada tanggal 10 Februari 2018). Hal ini dikarenakan pola pikir yang mendefinisikan masa pensiun adalah masa yang sangat tidak menyenangkan, suram, tidak akan dihormati lagi, dan kehilangan semua fasilitas jabatan yang selama ini dinikmati (Soegino, 2000).

Dampak dari kecemasan menghadapi masa pensiun adalah individu menjadi kesepian, kesehatan biasanya menurun, dan setiap apa yang mereka kerjakan tidak bisa maksimal. Hal ini didukung oleh Kartono (1981) yang menyatakan bahwa seseorang yang memasuki masa pensiun sering kali merasa malu karena menganggap dirinya sebagai “pengangguran” sehingga menimbulkan perasaan-perasaan minder, rasa tidak berguna, dilupakan, tersisihkan, mudah tersinggung, tanpa tempat berpijak dan seperti “tanpa rumah”.

Hal ini berbeda dengan ketika orang tersebut masih bekerja, dirinya merasa terhormat dan merasa berguna. Selain itu pada waktu masih bekerja seseorang mendapatkan bermacam-macam fasilitas. Oleh karena itulah seseorang yang memasuki masa pensiun mengalami kondisi “kekosongan” dan cenderung merasa kesepian. Padahal sebenarnya, yang menjadi fokus pada masa pensiun itu bukan kondisi dan situasi pada saat masa pensiun, akan tetapi bagaimana caranya seseorang menyadari dan merefleksikan keadaannya yang baru itu. Kondisi mental dan tipe kepribadian seseorang sangat menentukan mekanisme reaktif seseorang menanggapi masa pensiunnya.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat diketahui bahwa sumber kecemasan seseorang yang memasuki masa pensiun berbeda-beda, ada yang cemas karena kehilangan jabatan dan fasilitas bagi mereka yang sudah memegang jabatan, ada yang cemas akan kehilangan sumber pencaharian setelah memasuki masa pensiun, dan karena bayangan tidak akan dihargai setelah memasuki masa pensiun, dan lain-lain.

Menurut Back (Hurlock, 2004) hal yang dapat mempengaruhi seseorang dalam menerima masa pensiun sebenarnya adalah kondisi emosional para pekerja terhadap pensiun itu sendiri. Kecerdasan emosi

berkaitan dengan munculnya kecemasan karena apabila pensiun semakin dianggap sebagai perubahan ke status baru, maka pensiun akan semakin tidak dianggap sebagai membuang status yang berharga dengan demikian akan terjadi transisi yang lebih baik. Memasuki masa transisi ini seseorang yang akan menghadapi masa pensiun sebaiknya sudah menyusun rencana–rencana yang harus dilakukan setelah tiba masa pensiun.

Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bahwa kondisi emosional yang menganggap bahwa masa pensiun hanya merupakan masa transisi dari sebuah kehidupan kerja menjadi kehidupan tanpa bekerja, akan membuat seorang karyawan/ pegawai yang memasuki masa pensiun menjadi tidak terlalu terbebani dengan keadaan tersebut. Hal terpenting yang perlu dilakukan oleh orang yang memasuki masa transisi adalah melakukan persiapan-persiapan memasuki masa tersebut.

Dalam hal ini, menurut Mayer dan Salovey (2007) mengungkapkan aspek-aspek kecerdasan emosi mencakup persepsi yaitu kemampuan untuk memahami emosi diri sendiri dan dapat mengekspresikan kebutuhan emosional, asimiliasi yaitu suatu kemampuan untuk membedakan antara emosi-emosi yang berbeda dan memilih mana diantara emosi-emosi tersebut yang dapat mempengaruhi proses berpikir, pemahaman yaitu kemampuan individu untuk memahami emosi-emosi yang kompleks, dan pengelolaan yaitu kemampuan individu untuk menghubungkan atau tidak menghubungkan emosi-emosi, tergantung kegunaannya pada situasi yang dihadapi. Orang-orang yang dikuasai dorongan hati yang kurang memiliki kendali diri, mengalami kekurangmampuan dalam pengendalian moral (Hurlock, 1994).

Terkadang suatu masalah yang menyangkut pengambilan keputusan dan tindakan, aspek perasaan menjadi penting dan sering kali lebih penting

daripada nalar. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosi yang baik akan bisa mengontrol kecemasan menghadapi masa pensiun dengan tepat. Orang akan cenderung menekankan pentingnya IQ dalam kehidupan manusia. Padahal kecerdasan tidaklah berarti apa-apa bila emosi yang berkuasa.

Kecerdasan emosi menambahkan lebih banyak sifat-sifat yang membuat manusia menjadi lebih manusiawi (Mayer dan Salovey, 2007). Banyak bukti memperlihatkan bahwa orang yang memiliki kecerdasan emosional akan mengetahui dan menangani perasaan mereka sendiri dengan baik, dan yang mampu membaca dan menghadapi perasaan orang lain dengan efektif memiliki keuntungan dalam setiap bidang kehidupan. Hal itu berdampak dalam hubungan asmara dan persahabatan, hubungan kerja, ataupun ketika akan memasuki masa berhenti dari bekerja. Orang dengan keterampilan emosi yang berkembang baik berarti kemungkinan besar individu tersebut akan bahagia dan berhasil dalam kehidupan, membuat kebiasaan positif yang mendorong produktivitas mereka. Orang yang tidak dapat mengendalikan emosinya dengan tepat akan mengalami permasalahan batin yang merampas kemampuan mereka untuk berkonsentrasi pada karir/pekerjaan ataupun untuk memiliki pikiran yang jernih. Individu dalam organisasi yang akan menghadapi masa pensiun sebaiknya menyusun suatu perencanaan.

Dalam penyusunan perencanaan ini diperlukan kecerdasan emosi untuk mengatur perencanaan. Orang dengan kecerdasan emosi yang baik akan mampu mengatasi kecemasan yang ada dalam dirinya (Mayer dan Salovey, 2007). Setiap individu tidak akan membiarkan ketakutan – ketakutan tumbuh dan berkembang dalam dirinya.

Menjelang masa pensiun individu sebaiknya sudah menyusun apa yang akan dilakukan setelah pensiun. Seseorang yang akan menghadapi

masa pensiun akan mengalami beberapa perubahan yang terjadi dalam dirinya yang merupakan suatu proses kehidupan. Bekal-bekal yang ada dalam diri individu yang didapatkan selama bekerja dijadikan modal untuk tetap berkarir. Seseorang yang akan menghadapi masa pensiun jauh lebih baik jika sudah mengantisipasi perubahan-perubahan lain seperti penyesuaian terhadap lingkungan keluarga maupun masyarakat. Orang dengan kecerdasan emosi yang baik akan berpikir bagaimana membuat pensiun yang bermakna.

Hal tersebut didukung oleh penelitian Ohman & Soares (1998) yang menghasilkan kesimpulan bahwa sistem emosi mempercepat sistem kognitif untuk mengantisipasi hal buruk yang mungkin akan terjadi. Stimuli yang relevan dengan rasa takut menimbulkan reaksi bahwa hal buruk akan terjadi. Hal itu terlihat bahwa rasa takut mempersiapkan individu untukantisipasi datangnya hal tidak menyenangkan yang mungkin akan terjadi. Secara otomatis individu akan bersiap menghadapi hal-hal buruk yang mungkin terjadi bila muncul rasa takut. Namun, masih belum banyak penelitian yang membahas seputar hubungan kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai swasta.

Hal ini dikarenakan fenomena yang peneliti dapatkan ketika melakukan *pre eliminary* adalah karyawan pada pegawai swasta memasuki masa pensiunnya mulai merasakan kecemasan yang membuatnya merasa terganggu karena pada pegawai swasta jaminan pensiun hanya ada dua program jaminan pensiun BPJS ketenagakerjaan dan tabungan pensiun. Untuk tabungan pensiun bersifat suka rela dari pegawai, bahkan itupun tidak semua pegawai swasta mendapatkan jaminan pensiun berbeda dengan pegawai negeri sipil yang sudah ada jaminan pensiun secara pasti yang

sudah diatur oleh APBN dan APBD. Hal tersebut bisa jadi mempengaruhi kecemasan individu dalam organisasi yang akan menghadapi masa pensiun.

Pada penelitian (Nuraini, 2013) menyatakan kecerdasan emosional sangat berperan penting dalam mengatasi atau bahkan menghindari kecemasan dalam menghadapi masa pensiun. Informan yang memiliki kecerdasan emosi yang baik akan mampu menghindari atau mengatasi kecemasan, sedangkan informan yang memiliki kecerdasan emosional yang kurang baik maka akan mengalami kecemasan bahkan terkadang tidak mampu untuk mengatasinya. Informan dari penelitian ini adalah pegawai swasta yang berusia 50 sampai 65 tahun karena pada usia tersebut mengalami penurunan fisik dan kondisi emosional yang tidak stabil menjelang masa pensiun (Havighurst, 2008). Hal ini membuat peneliti ingin meneliti hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai swasta.

1.2 Batasan Masalah

Penelitian ini difokuskan pada kecemasan yang dialami oleh pegawai swasta yang akan menghadapi masa pensiun. Kecerdasan emosi dalam konteks ini dipahami sebagai kondisi menyusun suatu perencanaan untuk menghadapi masa pensiun. Subjek pada penelitian ini adalah pegawai swasta yang akan menghadapi masa pensiun. Dalam penelitian ini informan berusia 50-65 tahun karena pada usia tersebut akan mengalami masa pensiun di suatu instansi atau perusahaan swasta.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah ada hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai swasta ?”

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai swasta.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Manfaat yang didapat dari penelitian ini adalah untuk memperkaya teori *emotional intelligence* terutama teori kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai swasta.

1.5.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan pandangan untuk menyusun suatu perencanaan dalam menghadapi masa pensiun. Hal ini dilakukan supaya memberikan inspirasi untuk mengisi aktivitas dan menghindari kecemasan.

b. Bagi Peneliti

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang hubungan kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai swasta. Dari penelitian ini peneliti diharapkan lebih mampu untuk memahami sikap orangtua dan memberikan solusi ketika menghadapi masa pensiun.

c. Bagi Keluarga Subjek

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman akan pentingnya kecerdasan emosi dalam menyusun perencanaan menghadapi masa pensiun. Keluarga bisa memberikan semangat pada subjek supaya bisa merencanakan segala sesuatu yang ingin dikerjakan dengan baik.

d. Bagi Instansi Pendidikan dan Perusahaan Swasta

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada karyawan-karyawan yang akan menghadapi masa pensiun supaya bisa mempersiapkan untuk menyusun perencanaan menghadapi masa pensiun.

e. Bagi Peneliti Berikutnya

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman tentang hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai swasta untuk penelitian berikutnya.