

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Perkembangan pada era globalisasi saat ini berjalan sangat cepat. Pekerjaan merupakan salah satu faktor terpenting yang dapat mendatangkan kepuasan bagi masing-masing individu. Pekerjaan tidak hanya semata-mata menghasilkan uang dan fasilitas. Pekerjaan juga memberikan nilai dan kebanggaan terhadap diri sendiri yang diperoleh dari prestasi kerja maupun ketika dapat memberikan kontribusi yang optimal ketika bekerja. Kartono (2000: 231) menjelaskan bahwa kerja memberikan makna dan semangat hidup kepada manusia dewasa. Bekerja menjadi sebuah kegiatan organisasi dan sosial yang dapat memberikan penghargaan, struktur, status dan penghargaan sosial dalam organisasi bagi manusia dewasa. Hal-hal tersebut dapat menjadi unsur penting bagi kesejahteraan lahir batin manusia dalam menegakkan martabat dirinya.

Pada orang-orang yang sudah pensiun sering terdapat perasaan bahwa dirinya tidak lagi berguna dan tidak dibutuhkan lagi karena usia yang tua serta produktivitas makin menurun sehingga tidak dapat memberikan keuntungan bagi perusahaan tempat mereka bekerja. Pensiun juga mengakibatkan berkurangnya penghasilan, fasilitas, jabatan, penghargaan maupun pujian dari orang disekitar. Semua hal yang biasa diterima seseorang sewaktu dia masih berkerja tersebut dirasakan sebagai beban

mental yang berat dan tidak mampu lagi ditahan oleh fisik dan psikisnya (Kartono, 2000: 232-233).

Schwartz (dalam Hurlock, 1991: 417) mengatakan bahwa masa pensiun dapat dirasakan sebagai masa transisi ke pola hidup yang baru. Pensiun selalu menyangkut tentang perubahan peran, perubahan keinginan dan nilai, perubahan secara keseluruhan terhadap pola hidup setiap individu. Gordon (dalam Hurlock, 1980: 417) juga mendefinisikan pensiun sebagai permulaan karir kedua, meninggalkan kegiatan-kegiatan yang dilakukan saat masih bekerja (seperti: tidak bangun pagi, tidak memakai seragam) dan melakukan kegiatan-kegiatan yang tidak bisa dilakukan saat masih bekerja (seperti: berlibur, mengunjungi kolega atau saudara, mengikuti klub olahraga sesuai hobi yang dimiliki).

Masa pensiun dapat dilihat sebagai masa yang mengembirakan atau sebaliknya. Sebenarnya masa pensiun merupakan perubahan secara menyeluruh dalam pola hidup, dimana individu terbebas dari jadwal kerja yang panjang dan dapat lebih banyak meluangkan waktu untuk keluarga. Masa pensiun tersebut dimaknai secara berbeda oleh setiap individu, seperti yang dikemukakan oleh Hornstein dan Wapner (dalam Hoyer, 1995: 503-504) yang menyatakan bahwa terdapat empat jenis cara pandang terhadap masa pensiun, yaitu: *transition to old age* (pensiun berarti bebas dari jadwal kerja yang panjang dan merupakan masa beristirahat yang tenang dan menyenangkan); *the new beginning* (pensiun merupakan kesempatan baru. Mereka bisa hidup sesuai gaya yang diinginkan, lebih mempunyai waktu dan tenaga untuk diri sendiri. Merupakan suatu hidup baru yang penuh semangat); *continuation* (pensiun tidak banyak membawa perubahan, hanya berganti posisi atau karir, memanfaatkan waktu untuk mengembangkan

ketrampilan atau melakukan hobi-hobi tertentu. Pensiun bagi orang-orang dengan gaya ini dianggap sebagai suatu peristiwa yang menandai suatu akhir atau permulaan); *imposed disruption* (pensiun sama halnya dengan hilangnya peran, terutama dalam konteks negatif (karir yang hilang, tidak mampu berprestasi).

Myers (dalam Hoyer, 1995: 502) menyatakan bahwa banyak pensiunan yang mengalami kehilangan peran tidak seperti ketika individu tersebut masih bekerja. Individu yang mengalami hal tersebut, beranggapan bahwa bekerja adalah identitas diri, maka tanpa bekerja suatu bagian penting dari identitas menjadi hilang. Hal tersebut dapat menghambat pemenuhan tugas perkembangan seorang lansia secara optimal. Tugas perkembangan pada masa dewasa akhir ini menurut Havighurst (dalam Hurlock, 1980: 10) antara lain menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan, menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya penghasilan keluarga, membentuk hubungan dengan orang-orang seusia, membentuk pengaturan penghidupan fisik yang memuaskan, menyesuaikan diri dengan pengaturan sosial secara luwes.

Kartono (2000: 232) menyatakan apabila seseorang tidak bisa mengadakan penyesuaian diri yang baik, maka individu tersebut akan menganggap masa pensiun menjadi beban mental yang berat dan tidak tertahan oleh daya tahan psikisnya, khususnya bagi orang-orang yang bermental lemah dan belum siap secara jiwani menghadapi masa pensiun. Peristiwa tanpa kerja dan menghadapi berbagai perubahan-perubahan yang terjadi dirasakan sebagai pukulan batin, lalu muncul perasaan-perasaan sedih, takut, cemas, rendah diri, tidak berguna, putus asa, bingung, yang semuanya jelas mengganggu fungsi-fungsi kejiwaan dan organiknya. Orang

yang bersangkutan menjadi sakit secara berkepanjangan dengan macam-macam komplikasi, yaitu menderita sindrom purna-kuasa dimana akan mengarah pada pembentukan krisis, akibat dari ketegangan dan tekanan kondisi seperti perasaan kehilangan *prestige* dan kepuasan pribadi yang berhubungan dengan pekerjaan yang terdahulu.

Hurlock (1991: 420) mengatakan bahwa secara umum, dalam menjalani masa pensiun, penyesuaian diri wanita lebih baik daripada pria. Hal ini disebabkan karena beberapa alasan, yaitu: perubahan peran pada wanita tidak radikal karena sebelumnya wanita hanya memainkan peran domestik, pekerjaan menghasilkan sedikit manfaat psikologis dan dukungan sosial bagi wanita, dan karena wanita lebih sedikit memegang peranan eksekutif dibanding pria. Sadli (1991: 41) juga menjelaskan bahwa laki-laki pada tahap *praesenium*, merasakan kehilangan pekerjaan, status sosial, fasilitas, materi, anak-anak yang sudah besar dan meninggalkannya, serta teman dan relasi yang tidak mengunjunginya lagi. Hal tersebut menimbulkan rasa kesepian dan kemudian menyebabkan kesehatannya menurun. Tahap ini bisa menyebabkan depresi (tekanan jiwa) dan apatis (lebih senang diam dan melamun).

Masa pensiun bagi orang-orang tertentu mungkin tidak begitu banyak mengganggu kehidupan psikologisnya, tetapi bagi orang-orang yang pernah memiliki jabatan dan pangkat, masa pensiun merupakan masa yang membutuhkan persiapan untuk dapat dijalani dengan baik. Menurut Hurlock (1980: 323-419) *stressor* bagi seorang yang menjalani masa pensiun antara lain: masih memiliki tanggungan keluarga, datangnya masa tua, hilangnya status pekerjaan dan status sosial, hilangnya fasilitas-fasilitas yang diperoleh selama masa aktif bekerja, serta hilangnya penghargaan yang

diperoleh dari rekan kerja. Pria lebih rentan terhadap *post-power syndrome* daripada wanita. Hal ini dikarenakan pada umumnya wanita lebih menghargai relasi daripada prestise, prestise dan kekuasaan itu lebih dihargai oleh pria.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Anggi (2006) didapatkan hasil nilai $r_{xy} = -0,776$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,01$) dimana terdapat hubungan penyesuaian diri terhadap masa pensiun dengan sindrom purna-kuasa. Karena koefisien korelasi bernilai negatif, maka dapat diinterpretasikan bahwa semakin baik penyesuaian diri terhadap masa pensiun, semakin rendah sindrom purna-kuasa yang dialami subjek. Sedangkan semakin buruk penyesuaian diri terhadap masa pensiun, semakin tinggi sindrom purna-kuasa yang dialami oleh subjek. Selain itu, dari hasil penelitian dapat diketahui pula bahwa ada indikasi semakin lama masa pensiun subjek maka terdapat kecenderungan yang besar untuk subjek mengalami sindrom purna kuasa, dimana masa pensiun yang dijadikan perbandingan adalah 5 tahun, 6 tahun, 7 tahun, 8 tahun, dan 9 tahun (Anggi, 2006: 58). Hal ini sama dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Robins, dkk (2002: 431) tentang *global self-esteem across the life span* yang menyatakan bahwa semakin tua usia individu, maka *self-esteem* yang dimiliki semakin menurun. Dengan keadaan *self-esteem* yang rendah maka para pensiunan memiliki kecenderungan untuk mengalami sindrom purna-kuasa.

Kartono (2000: 233), menjelaskan bahwa *post-power syndrome* merupakan reaksi somatisasi dalam bentuk sekumpulan simptom penyakit, dari kerusakan fungsi-fungsi jasmani dan mental progresif, karena orang yang bersangkutan sudah pensiun, tidak menjabat atau merasa tidak berwibawa lagi. Hal ini umumnya terjadi pada orang-orang yang tadinya

mempunyai kekuasaan atau menjabat satu jabatan, namun ketika sudah tidak menjabat lagi, seketika itu terlihat gejala-gejala kejiwaan atau emosi yang kurang stabil.

Usia pensiun seharusnya dianggap sebagai sesuatu hal yang menyenangkan karena individu menjadi memiliki waktu lebih banyak untuk berkumpul dengan keluarga dan menikmati masa tua tanpa adanya beban pekerjaan yang harus dilakukan. Namun kenyataan yang terjadi pada saat ini bahwa orang yang mengalami masa pensiun bukannya bisa menikmati masa tuanya dengan hidup santai, tetapi malah mengalami problem yang serius berkaitan dengan kondisi kejiwaan maupun fisiknya. Namun ada dari mereka yang baru menjalani masa awal pensiun mengalami *post-power syndrome*. Hal ini terlihat pada hasil wawancara yang dilakukan pada DI (29 tahun). DI adalah anak dari seorang pensiunan yang mengalami *post-power syndrome*.

“... papa itu mulai berubah sikapnya pas masuk bulan kedua awal kalo nggak salah. Papa itu orangnya sabar dan paling suka bercanda sama aku ma mas. Tapi habis dipensiun itu papa jadi lebih sering marah-marah. Ada masalah sedikit langsung marah, masalah kecil jadi ribut besar. Banyaklah situasi di rumah yang akhirnya ngebuat aku sama papa jadi nggak sedeket dulu. Kalo pas kondisi papa lagi agak enakan, aku ajak omong ya bilanganya nggak kenapa-kenapa...”

Ciri-ciri orang yang rentan menderita *post-power syndrome* adalah: orang-orang yang senangnya dihargai dan dihormati orang lain, yang permintaannya selalu dituruti, yang suka dilayani orang lain; orang-orang yang membutuhkan pengakuan dari orang lain karena kurangnya harga diri, jadi kalau ada jabatan dia merasa lebih diakui oleh orang lain; orang-orang

yang menaruh arti hidupnya pada prestise jabatan dan pada kemampuan untuk mengatur hidup orang lain, untuk berkuasa terhadap orang lain. Istilahnya orang yang menganggap kekuasaan itu segala-galanya atau merupakan hal yang sangat berarti dalam hidupnya.

Individu yang mengalami post-power syndrome adalah individu yang semasa produktifnya cenderung akan jadi *overachiever* semata-mata untuk membuktikan dirinya sehingga mereka habis-habisan dalam bekerja dan pada saat pensiun, mereka merasa kehilangan harga diri dan ditambah kesepian karena tidak punya teman-teman.

Setiap individu yang menjalani masa pensiun pasti akan mengalami penyesuaian diri. Dimana yang tadinya individu tersebut bekerja dan setelah dipensiun, individu tidak memiliki aktivitas formal rutin seperti sebelumnya. Apabila individu dapat melakukan penyesuaian diri dengan baik maka individu tidak akan mengalami *post-power syndrome*, namun apabila yang terjadi sebaliknya, maka individu akan rentan sekali mengalami *post-power syndrome*. Hal ini tampak dari hasil wawancara yang dilakukan pada BR (73 tahun), seorang purnawirawan TNI-AL yang sebelum dipensiun menjabat sebagai Kepala Bagian Keuangan.

“... ya kalo dibilang tidak siap ya mau tidak mau harus siap pada saat dipensiun. Istilahnya pinter-pinternya kita untuk mengatur. Berusaha cari kegiatan dan kesibukan lah pokoknya. Kalo kita setiap hari cuman diem terus merenungi nasib ya bisa stress sendiri...”

Dalam mengatasi hal tersebut, individu memerlukan strategi *coping* terhadap *stressor* yang mereka rasakan. Kartono dan Gulo (2000: 97) strategi *coping* adalah perilaku yang digunakan untuk mengurangi kegugupan akibat kekecewaan terhadap konflik-konflik motivasional.

Lefton (2000: 350) berpendapat bahwa *coping skill* merupakan teknik yang digunakan individu untuk mencapai kesepakatan dengan dirinya dengan cara mengubah situasi dan stress.

Dengan adanya fenomena tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai strategi *coping* terhadap *post-power syndrome* pensiunan pria dalam menjalani masa pensiunnya. Apa saja permasalahan yang dihadapi, bagaimana cara yang dilakukan individu tersebut dalam mengatasi permasalahannya itu serta bagaimana dampak yang muncul dari strategi *coping* yang dia lakukan tersebut terhadap dirinya sendiri maupun orang-orang disekitarnya.

1.2. Fokus Penelitian

1.2.1 Batasan fenomena penelitian

Penelitian ini dilakukan pada pensiunan pria yang mengalami *post-power syndrome*. Informan dari penelitian ini merupakan mantan pegawai dari level manajerial keatas dan menunjukkan ciri-ciri antara lain: mengalami depresif; tidak pernah merasa puas; putus asa; cepat tersinggung; agresif secara verbal maupun non-verbal; mudah meledak-ledak emosinya; gelisah; kehilangan semangat; mengkritik diri sendiri; pesimis; dan keluhan somatik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui permasalahan apa saja yang dihadapi seorang yang baru pensiun dan mengalami *post-power syndrome* serta bagaimana strategi *coping* yang dilakukan individu tersebut dalam mengatasi permasalahannya tersebut.

Penelitian ini ditinjau dari sudut pandang psikologi industri dan organisasi. Oleh sebab itu, kajian tentang strategi *coping* yang dilakukan berbeda dari penelitian yang menggunakan sudut pandang klinis maupun

perkembangan. Perbedaan tersebut adalah pada penelitian ini lebih menitikberatkan pada proses pengalaman individu yang berkaitan dengan manajemen sumber daya manusia dan bukan penguraian mengenai apa yang dialami individu secara biologis atau psikologi kesehatan dan juga mengenai tugas perkembangannya.

Penelitian ini lebih melihat bagaimana dinamika strategi *coping* yang dilakukan oleh seorang pensiunan yang mengalami *post-power syndrome* dalam menjalani masa pensiunnya. Dinamika yang dimaksud peneliti adalah bagaimana proses yang dijalani seorang pensiunan yang mengalami *post-power syndrome* selama menjalani masa pensiunnya; apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi individu dalam melakukan strategi *coping*; bagaimana strategi *coping* yang dilakukan dalam mengatasi permasalahannya tersebut; dampak yang muncul dari strategi *coping* yang telah dilakukan individu tersebut baik bagi dirinya sendiri maupun bagi orang-orang yang ada disekitarnya.

1.2.2 Pertanyaan penelitian

Bagaimana dinamika strategi *coping* terhadap *post-power syndrome* dalam menjalani masa pensiun?

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana dinamika strategi *coping* yang dilakukan oleh seorang pensiunan yang mengalami *post-power syndrome* dalam menjalani masa pensiunnya.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini memberikan masukan bagi ilmu Psikologi khususnya Psikologi Industri dan Organisasi mengenai manajemen sumber daya manusia sehubungan dengan dinamika strategi *coping* yang dilakukan oleh pensiunan pria yang mengalami *post-power syndrome*. Selain itu, diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat dan dapat digunakan sebagai sumber acuan bagi penelitian-penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktis bagi peneliti, bagi informan yang diteliti, bagi masyarakat, dan bagi penelitian selanjutnya.

1. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini akan menambah pengetahuan peneliti dalam bidang Psikologi Industri dan Organisasi serta menambah pengetahuan peneliti mengenai dinamika strategi *coping* yang dilakukan oleh pensiunan pria yang mengalami *post-power syndrome*.

2. Bagi organisasi atau perusahaan

Memberikan wacana bagi organisasi maupun perusahaan terhadap permasalahan yang dialami oleh sumber daya manusia yang dipensiun, sehingga dari sini diharapkan dapat melakukan tindakan preventif terhadap sumber daya manusia yang lain sebelum mereka pensiun. Dari tindakan preventif yang bisa dilakukan oleh pihak perusahaan diharapkan dapat membuat pegawai mereka memiliki kemampuan yang cukup dan mental yang siap ketika menghadapi masa pensiun. Dari hal ini diharapkan bisa meminimalisasi terjadinya *post-power syndrome*.

3. Bagi subjek penelitian

Diharapkan individu mampu mengevaluasi kondisi dirinya saat ini dan dapat mengembalikan lagi motivasi dan menyadari hal-hal yang masih bisa dimaksimalkan dari dalam dirinya untuk dapat mengatasi permasalahannya dalam menjalani masa pensiun.

4. Bagi masyarakat

Memberikan informasi bagi seluruh masyarakat luas tentang pemasalahan yang dihadapi oleh para pensiunan yang mengalami *post-power syndrome*, sehingga hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberi gambaran mengenai beberapa *coping* strategi yang dapat dilakukan seorang *post-power syndrome* dalam menanggulangi permasalahan yang muncul ketika menjalani masa pensiunnya tersebut.

5. Bagi penelitian selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat juga dijadikan bahan referensi atau bahan komparasi bagi penelitian berikutnya yang mengangkat topik penelitian yang hampir sama, yaitu mengenai strategi *coping* yang dilakukan oleh pensiunan pria yang mengalami *post-power syndrome*.