

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Manusia dewasa memiliki siklus kehidupan normal, ada masa mulai berkarya dengan bekerja, berkarir, bahkan beberapa orang mampu mencapai puncak karirnya. Seiring perjalanan kehidupan yang terus berkembang dan berkesinambungan, seseorang yang bekerja di organisasi, perusahaan atau institusi akan mengalami masa pensiun. Baik pensiun secara normal karena masa tugas yang telah habis ataupun pensiun karena sesuatu hal walaupun masa tugasnya belum berakhir.

Papalia, Olds, dan Feldman (2009) menyatakan bahwa masa pensiun adalah masa dewasa akhir dimana identik dengan *senescence* atau perubahan dalam rentang kehidupan yang ditandai dengan salah satunya perubahan fungsi fisik seperti mudah sakit, penurunan pendengaran, penglihatan. Selain adanya perubahan fisik, pensiunan juga mengalami perubahan emosional seperti adanya tingkat kesabaran yang lebih baik dalam menghadapi berbagai kesulitan hidup, atau sebaliknya menjadi lebih sensitif dalam berbagai kegiatan sehari-hari, dimana yang bersangkutan lebih cepat tersinggung pada banyak hal. Perubahan lainnya adalah terjadinya perubahan sosial seperti dimana dan dengan siapa dia tinggal, tipe tempat tinggal seperti apa yang tersedia, serta ada tidaknya pelayanan sosial.

Masa pensiun menurut Erickson (dalam Monks, Knoers dan Haditono, 2006) termasuk dalam fase integritas diri atau keputusasaan. Pensiunan yang termasuk dalam fase integritas diri adalah pensiunan yang mampu memiliki kebermaknaan hidup. Pensiunan yang termasuk dalam fase ini memiliki sifat bijaksana, dan mampu menyelesaikan permasalahannya dengan baik, sehingga ia mampu memiliki kesejahteraan dan kebermaknaan hidup. Namun sebaliknya, bagi pensiunan yang termasuk dalam fase keputusasaan memandang hidupnya memiliki banyak permasalahan yang sulit diselesaikan, sehingga pensiunan yang berada pada fase ini kurang memiliki kesejahteraan dalam hidupnya.

Para pensiunan yang kurang memiliki kesejahteraan dalam hidupnya, memandang masa pensiun merupakan salah satu masa yang menyakitkan bahkan sebagai suatu masalah atau musibah, karena menurut Eyde (dalam Eliana, 2003) saat masa pensiun, seseorang akan kehilangan peran dalam sosial masyarakat, prestis, kekuasaan, kontak sosial, ekonomi, bahkan harga diri. Kondisi tersebut dapat memicu stres atau bahkan depresi yang berujung dengan keterpurukan. Oleh karena itu, untuk memperdalam fenomena yang terjadi peneliti melakukan studi awal (wawancara) pada April 2014 dengan 4 partisipan pensiunan.

Hasil wawancara menunjukkan konsep diri pensiunan negatif. Asumsi tersebut disimpulkan dari hasil wawancara, bahwa seluruh partisipan menarik diri untuk tidak bergaul dengan mantan rekan kerja ataupun lingkungan tempat tinggalnya, karena mereka juga merasa bahwa mereka tidak lagi dihargai oleh mantan rekan kerjanya. Kehidupan yang mapan selagi mereka aktif bekerja, tidak

ada lagi saat ini, karena segala sesuatunya saat ini penuh keterbatasan, baik ekonomi, sosial, peran, dan fisik.

Hasil wawancara juga menunjukkan resiliensi pensiunan yang hasilnya para pensiunan kurang resilien. Asumsi tersebut disimpulkan dari hasil wawancara yang menunjukkan seluruh partisipan juga menganggap dirinya sudah tidak produktif seperti dulu, sehingga mereka tidak berkeinginan untuk bekerja kembali dalam bidang apapun. Bahkan saat ini, seluruh partisipan juga memiliki penyakit yang tidak ringan seperti sakit jantung, diabetes, hipertensi, dan saraf terjepit, yang semuanya membutuhkan biaya yang tidak sedikit secara berkepanjangan. Keadaan ini menambah pemikiran yang seolah tidak ada jalan keluarnya, sehingga mereka mengalami stres dan menyebabkan keterpurukan.

Adapun penelitian bahwa masa pensiun memiliki dampak buruk sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Rahe (dalam Eliana, 2003), bahwa pensiun menempati ranking 10 besar untuk posisi stres seseorang. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Vahtera (dalam Republika, 2009) yang dilakukan di Perancis menyebutkan 15.000 pekerja di Paris mengalami susah tidur setelah 7 tahun memasuki masa pensiun. Gangguan tidur tersebut meningkat 26% dari sebelum para pekerja tersebut pensiun.

Kondisi yang sudah dipaparkan di atas, menunjukkan bahwa individu yang pensiun memiliki masa aktif dalam menyesuaikan diri dengan masa pensiunnya sehingga kemampuan untuk mengatasi stres dan permasalahan yang dialami (resiliensi) dibutuhkan pada masa ini. (Janas dalam Dewi, Djoenaina, dan Malisa, 2004).

Resiliensi merupakan hal penting pada saat seseorang ingin bangkit kembali dari permasalahan. Menurut Wagnild dan Young (1993) resiliensi ialah kemampuan seseorang untuk beradaptasi dalam menghadapi kesulitan hidup. Jadi dapat disimpulkan bahwa seseorang yang memiliki resilien, maka ia dapat bangkit dari keterpurukannya atau kesulitan dalam hidupnya.

Resiliensi dapat terbentuk karena dipengaruhi oleh berbagai faktor. Coatsworth (dalam Setyowati, Hartati dan Sawitri, 2010) berpendapat bahwa resiliensi dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu faktor masyarakat sekitar, faktor keluarga dan faktor dari individu. Faktor tersebut berperan penting dalam pembentukan resiliensi seseorang.

Faktor pertama yang dapat mempengaruhi resiliensi seseorang yaitu faktor masyarakat sekitar atau faktor yang berasal dari masyarakat sekitar individu misalnya teman dekat, mantan rekan kerja, dan juga tetangga di tempat tinggal. Dalam masa pensiun, contoh dari faktor ini seperti tetangga tempat tinggal memberikan perhatian pada individu dengan mengajak untuk aktif dalam organisasi kemasyarakatan di lingkungan tempat tinggal. Contoh lain seperti teman dekat mengajak untuk wirausaha bersama. Hubungan baik yang terus terjalin antara seseorang dengan mantan rekan kerja atau dengan orang lain dapat meningkatkan resiliensi.

Faktor kedua yang mempengaruhi resiliensi seseorang yaitu faktor keluarga atau faktor yang berasal dari keluarga pensiunan tersebut, seperti istri/suami, anak, ibu, ayah dan juga adik atau kakak. Contoh dari faktor keluarga

dapat berupa hubungan yang dekat dengan pasangan yang memiliki kepedulian dan perhatian yang penuh.

Faktor yang terakhir adalah faktor individu dimana faktor yang berasal dari dalam diri individu. Contoh dari faktor individu seperti intelektual, harga diri, konsep diri, kemampuan untuk bersosialisasi dengan lingkungan, dan kepercayaan diri individu. Asumsi ini didukung oleh pendapat Fitt (dalam Agustiani, 2006) yaitu ketika seseorang mempersepsikan dirinya inferior maka tingkah laku yang ditampilkan akan selalu merasa kekurangan dalam persepsinya. Saat merasa kekurangan, maka kemampuan atau keyakinan diri seseorang untuk menghadapi situasi sulit, akan menurun.

Seseorang mempunyai konsep diri yang stabil mengenai dirinya jika perkembangan identitas dirinya baik. Sulit bagi seseorang untuk menilai keadaan dirinya jika konsep dirinya belum stabil. Menurut Kozier dan Erb (dalam Eliana, 2003) ada faktor yang menyebabkan tidak stabilnya konsep diri khususnya bagi para pensiunan yaitu perubahan-perubahan yang dialami para pensiunan seperti yang terjadi pada para partisipan yang telah diwawancarai.

Pensiun bisa membawa dampak pada konsep diri seseorang, menjadi cenderung negatif seperti memandang dirinya buruk serta tidak mampu untuk menghargai dirinya sendiri (Hurlock dalam Eliana, 2003). Longhurst (dalam Eliana, 2003) mengatakan bahwa harga diri yang rendah terjadi karena orang pensiun kehilangan beberapa aspek penting dalam kehidupannya. Konsep diri yang negatif juga akan dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang. Efek

dari konsep diri yang negatif ini akan mempengaruhi baik itu hubungan interpersonal maupun fungsi mental lainnya (Benner dalam Eliana, 2003).

Mengingat pentingnya konsep diri bagi pensiunan, maka peneliti tertarik untuk meneliti hal tersebut. Peneliti tertarik untuk mengetahui sejauh mana konsep diri ini berperan terhadap resiliensi seseorang terutama pada masa pensiun.

Bekerja dalam ajaran Islam merupakan kewajiban bagi setiap muslim. Dalam berbagai lapangan pekerjaan dari hamparan bumi, laut dan udara yang dapat diolah manusia sebagai lapangan pekerjaan (Zulmaizarna, 2009). Sebagaimana firman Allah SWT dalam At-Taubah (9); 105: *“Dan Katakanlah: “Bekerjalah kamu, maka Allah dan Rasul-Nya serta orang-orang mukmin akan melihat pekerjaanmu itu,”*

Bekerja dalam suatu instansi atau lembaga, pemerintah dan swasta, pada umumnya mengalami masa pensiun. Masa pensiun merupakan masa peralihan dan sebagai ujian bagi setiap manusia yang mengalaminya. Menurut Islam setiap manusia akan diuji dalam kehidupannya. Ujian (Al Khudasy, 2009) adalah sebuah kewajiban dalam kehidupan, jangankan sebagai orang mukmin, orang kafirpun mendapatkan musibah dan kesulitan juga. Oleh sebab itu setiap muslim hendaklah bersabar dalam menghadapi ujian, karena Allah SWT akan memberikan ujian sesuai kesanggupan manusia itu sendiri. Sebagai firman Allah SWT dalam Q.S. Al Baqarah (2); 286: *“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”*

Ujian yang datang dari Allah SWT pada hakikatnya manusia tidak menginginkan datangnya baik berupa harta, kecelakaan ataupun kematian,

termasuk ujian dalam menghadapi pensiun dari suatu pekerjaan. Sebagai muslim beriman meyakini bahwa kehilangan sesuatu merupakan ujian keimanan sebagaimana firman Allah SWT dalam Q.S. Al Baqarah (2); 155-157: *“Dan kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan sampaikanlah berita gembira pada orang-orang sabar. Yaitu orang-orang yang apabila ditimpa musibah mereka mengucapkan Inna lillahi wa inna ilaihi raji’un (Sesungguhnya kami ini adalah milik Allah dan hanya kepada-Nya kami kembali). Mereka itulah orang-orang yang memperoleh ampunan dan rahmat dari Rabb-nya. Dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk. “*

Sebagai seorang muslim yang beriman hendaklah menyadari bahwa ujian yang datang berupa masa pensiun yang dihadapi adalah termasuk salah satu di antara ujian keimanan. Menurut Fatah (2009) ujian iman merupakan peristiwa yang pasti terjadi dalam kehidupan muslim. Berbagai macam ujian yang dihadapi oleh muslim memiliki banyak hikmah, manfaat yang besar dan tujuan yang mulia. Namun hal tersebut hanya dapat di rasakan oleh manusia yang dapat bersabar dan teguh dalam memegang ajaran Islam. Demikian juga bahwasanya manusia yang dapat mengambil manfaat dari ujian iman ini hanyalah manusia yang berserah diri dan kembali kepada Allah SWT ketika menghadapi macam-macam ujian. Berdasarkan uraian-uraian tersebut, peneliti membuat judul penelitian “Peran konsep diri terhadap resiliensi pada pensiunan serta tinjauannya dalam sudut pandang Islam”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang sebagaimana telah diuraikan, maka rumusan masalah yang diangkat oleh peneliti adalah sebagai berikut:

1. Apakah konsep diri berperan terhadap resiliensi pada pensiunan?
2. Bagaimana tinjauan Islam mengenai peran konsep diri terhadap resiliensi pada pensiunan?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui adakah peran konsep diri terhadap resiliensi pada pensiunan serta tinjauannya dalam sudut pandang Islam.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Manfaat dalam penelitian ini dibagi menjadi dua yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat:

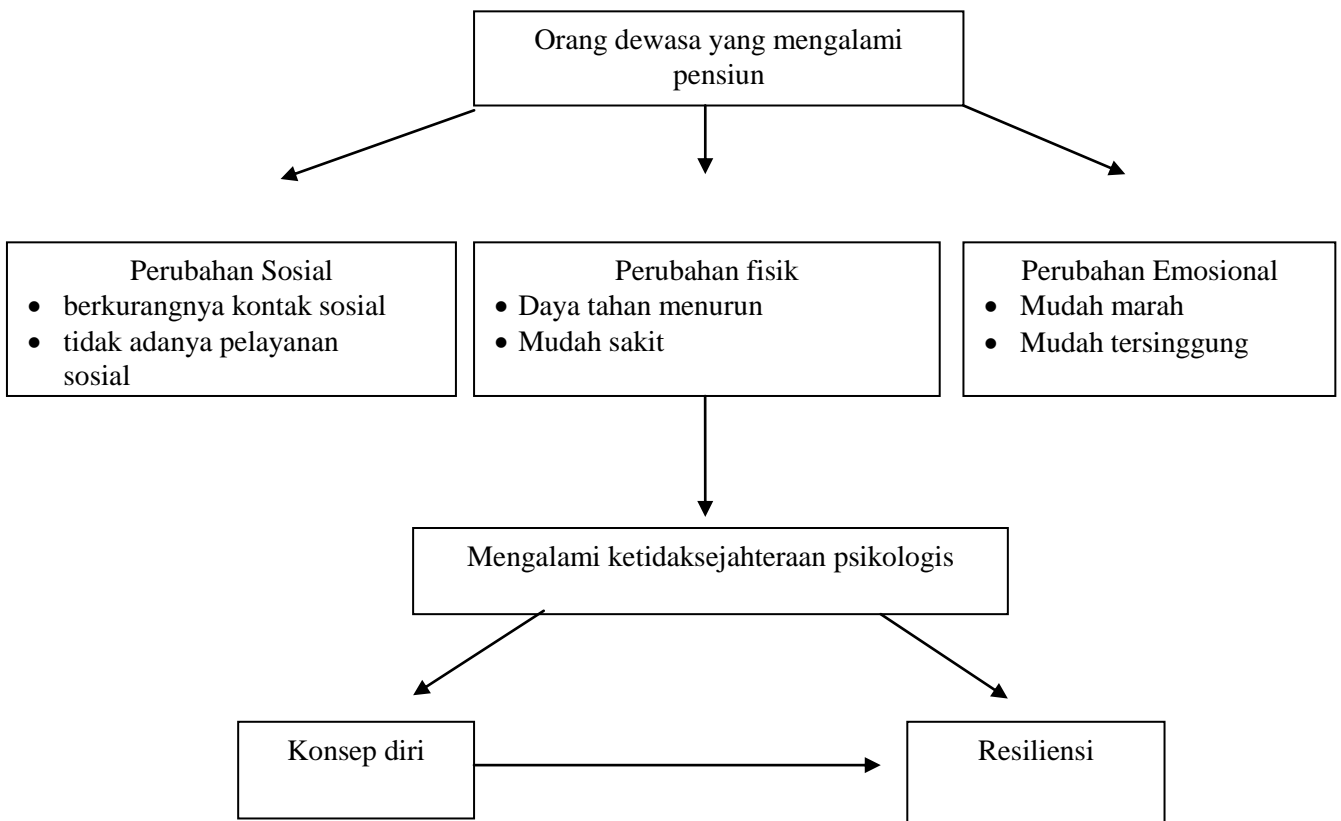
1. Menambah pengetahuan dan bahan dalam penerapan ilmu psikologi.
2. Menambah referensi yang terkait dengan resiliensi pada pensiunan.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

Dari hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan dan untuk memberikan intervensi dalam konteks konseling dan pelatihan menjelang seseorang akan mengalami pensiun.

### 1.5 Kerangka Berpikir

Gnmbar 1.1 Kerangka Berpikir



Corsini (dalam Eliana, 2003) mengatakan bahwa pensiun adalah proses pemisahan seorang individu dari pekerjaannya. Dengan kata lain, masa pensiun mempengaruhi aktivitas seseorang, dari situasi kerja ke situasi di luar pekerjaan. Berdasarkan pandangan psikologi perkembangan, pensiun dapat dijelaskan sebagai suatu masa transisi ke pola hidup baru, ataupun merupakan akhir pola hidup dengan rentang periode dewasa tengah sampai dewasa lanjut usia (Kurniya, 2007). Transisi ini adalah masa yang mengalami perubahan-perubahan meliputi perubahan peran dalam lingkungan sosial, perubahan minat, nilai dan perubahan dalam segenap aspek kehidupan seseorang yang dapat menimbulkan ketidaksejahteraan psikologis jika tidak mampu melewatinya dengan baik (Monks, Knoers dan Haditono, 2006). Dengan keadaan ini dapat menimbulkan ketidakstabilan konsep diri seseorang.

Hurlock (dalam Eliana, 2003) berpendapat bahwa pensiun bisa membawa dampak pada konsep diri seseorang menjadi cenderung negatif seperti memandang dirinya buruk serta tidak mampu untuk menghargai dirinya sendiri. Fitt (dalam Agustiani, 2006) mengatakan bahwa harga diri mempengaruhi gambaran akan dirinya sendiri. Ketika harga diri seseorang positif maka konsep dirinyapun juga positif. Konsep diri yang positif menurut Calhoun dan Acocella (dalam Rola, 2006) dimiliki oleh seseorang yang mampu mengenal dirinya serta memiliki tujuan-tujuan yang dianggap bisa untuk dicapai serta bersifat teratur dan stabil.

Fitt (dalam Agustiani, 2006) mengatakan bahwa konsep diri mempengaruhi tingkah laku seseorang. Ketika seseorang mempersepsikan dirinya

inferior maka tingkah laku yang ditampilkan akan selalu merasa kekurangan dalam persepsinya. Oleh karena itu, kita dapat mengukur tingkah laku seseorang berdasarkan dari konsep dirinya.

Konsep diri atau gambaran diri seseorang mengenai dirinya sendiri merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi seseorang. Hal ini berdasarkan pendapat Evirall, et. all (dalam Kurniya, 2007) yang mengatakan bahwa terdapat tiga faktor yang mempengaruhi yaitu faktor individual atau faktor yang berasal dari dalam diri seseorang seperti konsep diri, faktor keluarga atau faktor yang tumbuh dari keluarga seperti dukungan dari orang tua, dan faktor komunitas atau faktor yang berasal dari masyarakat sekitar seperti tetangga dan teman. Selanjutnya, resiliensi itu diukur dengan berdasarkan dimensinya seperti yang telah dikonseptualkan oleh Wagnild dan Young (1993) dimana dimensi resiliensi ini terdiri dari dua, yaitu: 1. Kompetensi personal yang meliputi *self reliant* yaitu keyakinan pada diri sendiri akan kemampuan dan keterbatasan dirinya, dan *perseverance* atau tindakan ketekunan seseorang meskipun mengalami keputusasaan.; 2. Penerimaan terhadap diri dan kehidupan yang meliputi *meaningfulness* atau seseorang yang menganggap bahwa hidup bermakna, *equanimity* atau pandangan seimbang yang dimiliki seseorang mengenai kehidupan, dan terakhir *existential aloneness* atau kesadaran yang dimiliki seseorang bahwa setiap orang unik.