

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Manusia dalam menjalani kehidupannya selalu berhadapan dengan perubahan-perubahan yang terjadi baik secara spontan tanpa perencanaan maupun dengan perencanaan. Hal itu merupakan konsekuensi logis dari gerak dinamis manusia sebagai makhluk yang berakal. Perubahan yang terjadi selalu dipersepsikan sebagai ancaman, dalam konteks munculnya kebutuhan manusia untuk mempertahankan sesuatu yang telah diraih dan dinikmati. Namun, pada sisi lain perubahan merupakan suatu tantangan sebagai proses alami yang harus dijalani oleh setiap individu dalam perjalanan sejarah hidupnya.

Manusia selalu dituntut untuk selalu menyesuaikan dengan kondisi perubahan yang terjadi, baik dalam hal materi atau pun non-materi. Tingkat kebutuhan dapat dijadikan sebagai tolok ukur berkembangnya fase kehidupan manusia. Menurut Maslow (dalam Atkinson, 2000) kebutuhan manusia secara garis besar dapat dibagi atas: kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan ingin dimiliki, kebutuhan harga diri, dan kebutuhan aktualisasi diri. Kebutuhan masa anak-anak berbeda dengan tingkat kebutuhan pada manusia dewasa. Artinya, kebutuhan manusia menjadi kompleks ketika ia telah menjadi pengelola satuan kelompok terkecil dari struktur masyarakat yang lebih luas. Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat kebutuhan manusia berarti semakin tinggi pula fase kehidupan yang telah dijalankannya; dalam konteks manusia dewasa sebagai pengelola keluarga.

Keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari kepala keluarga dan beberapa orang yang berkumpul dan tinggal di suatu tempat di bawah satu atap dalam keadaan saling ketergantungan (Departemen Kesehatan RI 1988). Sedangkan menurut Bailon dan Maglay (1978) keluarga adalah dua atau lebih individu yang hidup dalam satu rumah tangga karena adanya hubungan darah, perkawinan, atau adopsi. Mereka saling berinteraksi satu dengan yang lain, mempunyai peran masing-masing dan menciptakan serta mempertahankan suatu budaya.

Setiap keluarga mempunyai tingkat kebutuhan yang berbeda-beda, tergantung pada tingkat kebutuhan individu yang ada di dalamnya. Semakin besar tingkat kebutuhan yang dimiliki tiap anggota keluarga, maka semakin besar pula beban pemenuhan kebutuhan yang ditanggung oleh satu keluarga. Sehingga upaya pemenuhan kebutuhan tersebut juga semakin berat.

Salah satu upaya untuk memenuhi kebutuhan tersebut adalah dengan bekerja, yang biasa dilakukan oleh pengelola keluarga. Hasil dari bekerja diharapkan mampu mengakomodasi seluruh beban kebutuhan yang ditanggung oleh pengelola keluarga tersebut. Apabila hasil dari bekerja melebihi beban kebutuhan, maka suatu keluarga dapat dikatakan sejahtera, dan begitu sebaliknya. Namun, jika hasil bekerja sepadan dengan beban kebutuhan yang ditanggung, maka suatu keluarga dapat dikatakan cukup sejahtera.

Di sisi lain, manusia bekerja tidak semata-mata untuk mendapatkan upah untuk memenuhi kebutuhan personal ataupun keluarga, tetapi dengan bekerja seseorang juga mendapatkan kepuasan; dalam konteks penghargaan dari orang-

orang dalam lingkungannya. Dengan kata lain, bekerja juga menjadi kegiatan sosial yang memberikan penghargaan, status sosial yang merupakan unsur terpenting bagi kesejahteraan lahir batin manusia dalam menegakkan martabat dirinya (Kartono, 2000). Meskipun demikian, alasan seseorang bekerja ialah agar dapat memenuhi kebutuhannya.

Manusia dalam bekerja mengikuti tahap perkembangan kariernya. Karier tersebut dimulai dari penentuan karier, pemantapan karier, perawatan karier, hingga pada tahap kemunduran. Tahap kemunduran merupakan tahap terakhir dalam berkarier, sehingga individu menghadapi masa akhir kerjanya. Artinya, kondisi fisik manusia untuk bekerja ada batasannya, semakin tua kondisi seseorang maka semakin menurun kondisi fisiknya, maka beriringan dengan hal itu produktivitas kerja pun akan menurun.

Seiring pada berjalanya waktu individu dihadapkan pada suatu kenyataan bahwa tidak selamanya manusia dapat bekerja, ada saatnya ketika sudah mencapai masa tua, seseorang akan berhenti dari pekerjaannya atau pensiun dan beristirahat untuk dapat menikmati hasil yang diperolehnya selama bekerja. Seseorang yang pensiun berarti mengalami perubahan pola hidup dari bekerja menjadi tidak bekerja. Manusia tidak selamanya dapat melakukan aktivitas secara formal, terutama bagi yang bekerja di kantor atau instansi tertentu, sehingga individu tersebut harus berusaha menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi. Perubahan tersebut mencakup perubahan peran, perubahan keinginan dan nilai, dan perubahan secara keseluruhan terhadap pola hidup setiap individu.

Pensiun merupakan suatu kondisi dimana individu tersebut telah berhenti bekerja pada suatu pekerjaan yang biasa dilakukan (Corsini, 1987). Dengan kata lain, pensiun merupakan pemisahan seorang individu dari pekerjaannya, dalam konteks menjalankan peran sebagai seorang yang digaji.

Hal tersebut menimbulkan gejala psikologis (kecemasan), mengingat ketika seseorang berusia 58 tahun ia harus memasuki masa pensiun. Usia pensiun bagi sebagian orang telah memasuki usia tua sehingga tinggal sisa umur dan tenaga, meskipun dalam usia tersebut seseorang masih dapat melakukan aktivitas produktif. Pandangan negatif tentang pensiun menyebabkan individu cenderung menolak datangnya masa pensiun. Hal tersebut memunculkan asumsi bahwa pensiun merupakan disfungsi peranan seseorang karena telah berhenti bekerja. Asumsi itu sebenarnya tidak perlu muncul, karena meskipun telah pensiun pada kondisi yang masih produktif, seseorang masih bisa beraktivitas maupun berperan. Apabila hal ini tidak segera disadari maka yang terjadi adalah munculnya kecemasan.

Kondisi keluarga dapat memicu seseorang menjadi cemas ketika ia akan menghadapi masa pensiun. Dengan kata lain, kondisi keluarga itu biasanya sering membuat seseorang itu mengalami kecemasan ketika akan menghadapi pensiun. Misalnya saja mudah marah, mengalami gangguan tidur dan timbulnya perasaan kecewa terhadap orang lain sehingga dapat mempengaruhi interaksinya dengan orang lain. Keadaan ini biasanya dipicu karena istrinya tidak bekerja sehingga akan kekurangan biaya hidup, anak lebih dari satu dan masih duduk di bangku sekolah ataupun perguruan tinggi sehingga masih membutuhkan biaya untuk

pendidikan anak, atau memiliki anggota keluarga lain yang ikut tinggal dengannya sehingga ia merasa harus mencari biaya hidup tambahan lagi. Dengan demikian, munculnya kecemasan yang semacam itu, akan berdampak buruk bagi lingkungan keluarga.

Cohen dan Willy (dalam Isnaini, 2009) menyebutkan bahwa seseorang yang tengah mengalami kesulitan membutuhkan orang lain untuk dapat menolongnya membangkitkan kembali semangat serta rasa percaya dirinya dalam menghadapi kesulitan yang sedang dihadapi. Seseorang yang tengah menghadapi masa pensiun membutuhkan orang lain yang dapat membuatnya merasa dicintai, diperhatikan, serta tidak merasa sendirian dalam menghadapi masa pensiun.

Menurut Winarini (2009), adanya dukungan dan pengertian dari orang-orang terdekat, khususnya keluarga akan sangat membantu pensiunan dalam menyesuaikan dirinya. Perilaku keluarga seperti menggerutu, menyindir, atau mengolok-olok akan mempersulit penyesuaian diri pada pensiunan. Oleh karena itu, keluarga sebaiknya memberikan pemahaman dan pengertian kepada pensiunan untuk mendongkrak kondisi psikologisnya. Keluarga dapat menyampaikan bahwa manusia tidak hanya berguna ketika ia memiliki jabatan tertentu. Sebab jabatan hanya bersifat sementara. Keluarga perlu menekankan kepada pensiunan bahwameskipun tidak lagi berkuasa, seseorang dapat tetap bermanfaat bagi keluarga maupun masyarakat. Nyoman (dalam Suliztiarto, 2008) mengemukakan bahwa peran istri sangat penting ketika suami memasuki masa pensiun.

Suliztiarto (2008) juga menyatakan bahwa saat suami memasuki masa pensiun, terkadang istri juga terkena imbasnya. Suami menjadi lebih mudah marah atau bertingkah emosional. Oleh karena itu, peran istri menjadi sangat penting untuk mencegah terjadinya permasalahan yang lebih besar. Saat muncul suatu masalah keluarga, diharapkan istri dapat menyelesaikan dengan cara mendiskusikannya secara baik-baik.

Menurut Edratna (2008), saat seseorang memasuki usia pensiun, keluarga perlu memikirkan kegiatan-kegiatan yang kira-kira dapat dilakukan oleh pensiunan untuk mengisi waktu kosongnya. Kegiatan-kegiatan tersebut dapat merupakan kegiatan yang memiliki nilai ekonomi ataupun sosial. Hal ini penting agar pensiunan senantiasa merasa dalam kondisi yang bahagia. Lebih lanjut Endratna mengemukakan bahwa sejumlah temannya yang sudah memasuki masa pensiun terlihat lebih riang dan bahagia saat mereka menemukan aktivitas pengganti.

Berdasar pada hasil wawancara dengan beberapa karyawan Bank BRI Cabang Ponorogo, kecemasan yang terjadi muncul karena adanya ketakutan akan ketidakcukupannya kebutuhan-kebutuhan keluarganya baik untuk kebutuhan sehari-hari ataupun kebutuhan mendadak atau tidak terduga seperti salah satu anggota keluarga sakit ataupun ketika akan menyelenggarakan resepsi pernikahan putra-putrinya. Pada umumnya mereka beranggapan bahwa apabila mereka masih aktif bekerja mereka akan mendapat fasilitas-fasilitas yang dapat meringankan kebutuhan sehari-hari maupun kebutuhan mendadak atau tidak terduga. Selain itu juga ada anggapan akan mendapat bantuan baik moril maupun materil dari rekan-

rekan sekantor. Saat masa pensiun mereka merasa cemas sekalipun mendapatkan uang pensiun karena masih ada anggapan bahwa jumlah uang yang diterima kurang memenuhi kebutuhan-kebutuhannya.

Fakta tersebut terjadi pada mereka yang tengah menjalani masa pensiun. Beberapa diantaranya mengalami masa pensiun dini. Berikut beberapa contoh yang menunjukkan bahwa kecemasan muncul pada saat menjalani masa pensiun, yang disebabkan oleh kondisi keluarga.

AGS dan BMB sama-sama bekerja pada salah satu institusi perbankan nasional, yang selama ini dikenal sebagai institusi eksklusif. Artinya, salah satu lembaga yang menduduki strata tertinggi dalam kehidupan masyarakat Indonesia. Pegawai yang bekerja pada lembaga ini dapat dinyatakan memiliki tingkat kesejahteraan yang tinggi; dalam konteks penghasilan mampu melebihi pemenuhan beban kebutuhan personal dan keluarga. Selain itu, mereka masih mendapatkan berbagai fasilitas untuk menunjang pekerjaan. Keadaan itu memunculkan suatu asumsi bahwa, setiap pegawai bank masa depannya akan terjamin.

Meskipun demikian, dalam beberapa kasus keadaan itu sepenuhnya tidak benar. Kecemasan muncul pada diri AGS dan BMB ketika menghadapi masa pensiun. Hal itu disebabkan oleh kondisi keluarga mereka yang tidak menguntungkan.

AGS adalah pegawai Bank BRI dan terakhir menjabat sebagai *Manager Accounting*. Saat ini beliau berusia 57 tahun, beliau memiliki seorang istri yang menjadi ibu rumah tangga dan tiga orang anak yang masih duduk di bangku

sekolah. Anak pertama duduk di kelas III SMEA dan kedua adiknya masih di kelas III SMP. Ketika akan memasuki masa pensiunnya selama satu tahun kedepan, beliau mengaku merasakan bahwa sering mengalami gangguan tidur di malam hari, sering terbangun dan gelisah, dan bahkan sulit untuk tidur kembali. Bahkan beliau juga sering merasa cepat lelah dan terkadang sering marah-marah tanpa sebab. Padahal menurut keluarganya beliau adalah orang yang sabar. Dalam keadaan seperti ini dapat di artikan bahwa AGS mengalami suatu kecemasan akibat masa pensiun yang akan menimpa dirinya. Ia merasa cemas karena anak-anaknya masih membutuhkan biaya pendidikan serta biaya hidup keluarga yang semakin meningkat. Dengan kondisi demikian apabila berlangsung dengan waktu yang lama akan berdampak buruk bagi kehidupan rumah tangganya.

Contoh lain dapat dilihat pada BMB. Ia menjabat sebagai manager di bagian *head office branch* di Bank BRI dengan masa kerja 31 tahun dan saat ini telah memasuki masa persiapan pensiun. Ia berasumsi bahwa dengan kehilangan pekerjaan akan kehilangan fasilitas yang selama ini diperoleh. Di sisi lain ia masih menanggung beban rumah tangga yaitu, anak pertama yang masih duduk di bangku kuliah dan seorang lagi akan memasuki perguruan tinggi. Selain itu, di rumahnya tinggal mertuanya yang sakit-sakitan. Ia juga harus membiayai adiknya yang juga masih duduk di perguruan tinggi. Istri BMB tidak bekerja, sehingga semua beban kebutuhan keluarga ditanggung oleh BMB.

Datangnya masa persiapan pensiun tersebut menyebabkan munculnya kecemasan pada BMB. Ia sering mengalami gangguan tidur, bahkan menurut istrinya beliau semakin mudah terkejut, menjadi seorang yang pelupa dan sering

kehilangan konsentrasi. Kecemasan yang muncul dari BMB ini disebabkan oleh pikiran bahwa masa pensiun merupakan masa yang tidak menyenangkan, suram, tidak dihormati lagi, dan kehilangan semua fasilitas jabatan yang selama ini dinikmati. Sedangkan beliau masih mempunyai tanggungjawab untuk membiayai pendidikan anak-anak dan adiknya, biaya hidup keluarganya dan perawatan sakit ibunya mertuanya.

Contoh tersebut merupakan realitas yang terjadi dalam kehidupan. Hal itu menyatakan bahwa kondisi keluarga dengan tingkat beban kebutuhan yang tinggi, dapat menyebabkan munculnya kecemasan pada seseorang yang berpenghasilan tinggi pula, saat menghadapi masa pensiun. Fakta tersebut selama ini hanya dianggap sebagai gejala yang belum pernah mendapat perhatian khusus, sehingga gejala itu dianggap sebagai hal yang biasa.

Berdasar pada uraian tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengambil judul Pengaruh Kondisi Keluarga terhadap Gejala Kecemasan Masa Pensiun. Peneliti mencoba menganalisis hubungan antara dua variabel, yaitu kondisi keluarga dan gejala kecemasan masa pensiun.

## **B. Perumusan Masalah**

Bertitik tolak pada uraian diatas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Adakah pengaruh usia istri tidak bekerja terhadap gejala kecemasan masa pensiun?

2. Adakah pengaruh anak masih sekolah terhadap gejala kecemasan masa pensiun?
3. Adakah pengaruh usia istri tidak bekerja dan anak masih sekolah terhadap gejala kecemasan masa pensiun?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasar pada rumusan masalah tersebut maka tujuan pokok penelitian adalah menemukan, mengembangkan, dan mengkaji kebenaran suatu pengetahuan secara empiris, berdasar pada fakta dan data (Semi, 1993:7). Isi serta rumusan tujuan penelitian mengacu pada isi dan rumusan masalah penelitian. Selain itu, urutan rumusan tujuan penelitian merupakan korelasi dari rumusan masalah (Apollo, 2006:17). Dengan demikian, tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Menganalisis pengaruh kondisi keluarga dengan latar belakang usia istri tidak bekerja terhadap gejala kecemasan masa pensiun.
2. Menganalisis pengaruh kondisi keluarga dengan latar belakang usia istri tidak bekerja terhadap gejala kecemasan masa pensiun.
3. Menganalisis pengaruh kondisi keluarga dengan latar belakang anak masih sekolah terhadap gejala kecemasan masa pensiun.

### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ilmiah memiliki dua manfaat, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis. Adapun manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil pelaksanaan penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan ilmiah bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya masalah yang terkait dengan kondisi keluarga dan kecemasan dalam menghadapi masa pensiun.

### **2. Manfaat Praktis**

Manfaat praktis pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. dapat digunakan sebagai kajian pendukung bagi peneliti yang berminat dengan masalah pengaruh kondisi keluarga terhadap kecemasan dalam masa persiapan pensiun;
- b. dapat memberikan informasi untuk mengenali dan memahami pengaruh kondisi keluarga terhadap kecemasan pada masa persiapan pensiun.