

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Masa pensiun adalah suatu keharusan tidak bisa dihindari oleh pegawai swasta maupun pegawai negeri sipil (PNS). Masa pensiun adalah masa yang normal dimana dilalui oleh siapa saja yang bekerja di bawah instansi pemerintahan. Sudirman menyatakan pensiun adalah kondisi yang muncul disaat seseorang yang menggeluti suatu karir atau pekerjaan tertentu wajib menghentikan karirnya karena dipengaruhi oleh batas usia tertentu. Hal inilah yang disebut dengan istilah *puinatugas*. Dari pekerjaannya dengan kriteria usia yang ditetapkan dalam peraturan pensiun yaitu 58 tahun.

Pensiun yakni masa dimana pegawai yang sudah memasuki usia lanjut tidak lagi bekerja disebabkan usia yang tidak produktif sebagai tenaga kerja sudah memenuhi kriteria untuk dapat direkomendasikan untuk pensiun, karena peraturan pemerintah juga menetapkan usia pensiun yang sudah bisa mengurus administrasi pensiunan sebelum usia 58 tahun rentang waktu menjelang usia 58, misal setahun menjelang pensiun, yakni pensiun berdasarkan tahun kelahiran. Di masa pensiun, dengan cara apapun juga siap tidak siap tentu akan dihadapi oleh semua para pekerja, mereka yang sudah memasuki batasan usia, dimana para pekerja tersebut harus meninggalkan pekerjaannya yang selama ini. Pensiun merupakan kehidupan baru yang harus dijalani dan memindahkan seseorang pada posisi baru di dalam masyarakat atau tahapan yang baru dalam hidupnya.¹

¹ Hanum Nindialoka, Skripsi : “Dinamika Psikologis Proses Pencapaian *Successful Aging* pada Lansia Pensiunan”(Malang: UINMMI, 2017), Hal 4.

Pensiun juga disebut masa dan keadaan yang memprihatinkan yang harus dihadapi oleh orang yang sudah tidak bekerja lagi. Karena mereka biasanya setiap hari bekerja dan menumbuhkan rasa semangat baru yang biasanya mereka bersama teman-temannya, dan bisa menghilangkan rasa bosan kemudian juga mencari hiburan. Setiap hari mereka sibuk bekerja ada kegiatan dan sesudah pensiun mereka menjadi berubah tidak ada kesibukan lagi.

Masa pensiun ini salah satu jenjang yang harus dilalui oleh individu itu sendiri yang terjadi pada dewasa madya. Schwartz dalam Hurlock menerangkan bahwa, Pensiun ini adalah perubahan dari awalnya bekerja, menjadi tidak bekerja lagi karena adanya pola transisi masih bekerja dengan usia yang dahulu masih produktif dan sekarang sudah memasuki usia pensiun yang secara peraturan perundang-undangan harus dipatuhi. Perubahan ini tentu menimbulkan efek berbeda yang dialami setiap pegawai, baik efek pergantian peran, kemudian keinginan, nilai, dan perubahan yang secara total didalam kehidupan setiap pegawai”.²

Pensiun ini sama dengan tanda yang menunjukkan seseorang itu akan memasuki masa tua/lansia. Beberapa orang mengira pensiun dipandang sebuah hal yang negatif karena kalau seseorang sudah memasuki masa pensiun, seseorang yang berkaitan ini sudah tidak dibutuhkan lagi dan tidak berguna di dalam tempat pekerjaannya. Semakin tua seseorang semakin turun tingkat produktivitasnya dan tidak dianggap menguntungkan lagi bagi instansi di tempat mereka bekerja. Di masa pensiun ini sering dianggap hal yang tidak

² Candra Dewi Kusumarini, Skripsi: “Pengaruh Sikap Menghadapi Pensiun terhadap Penyesuaian Diri menjelang Masa Pensiun”(Semarang: UNES, 2006), Hal 2

begitu menyenangkan dan ada juga yang menganggap hal yang menyenangkan tergantung masing- masing orang.

Dengan adanya pensiun mereka harus bisa menyesuaikan diri di lingkungannya yang baru. Sebagian yang sering terjadi seseorang yang menjalani masa pensiun dengan bersenang senang, santai dan menikmati masa tua, atau malah sebaliknya. Padahal setelah pensiun itu banyak hal hal yang positif yang dapat ditemukan. Dan banyak sekali kegiatan setelah masa pensiun diantaranya saat seseorang sudah memasuki usia tua mereka mereka untuk lebih bisa meingkatkan kondisi fisik dan kesehatannya di karenakan banyak waktu-waktu luang yang bisa dimanfaatkan oleh seseorang tersebut dengan melaksanakan olahraga, kemudian beristirahat dengan cukup, menikmati masa tua bersama anak cucu cucunya kemudian ditambah dengan kegiatan yang positif. Diantaranya masih banyak hal - hal yang bisa dilakukan dengan suatu kegiatan yang menyenangkan pada masa pensiun contohnya seperti menumbuhkan hobi mereka.

Seringkali beberapa orang di masa pensiun ini membuat mereka menjadi jenuh di rumah karena bosan karena sudah tidak ada kegiatan. Tapi hal itu bisa diatasi dengan mencari kesibukan dan tergantung masing masing orang menyikapinya. Dan setelah memasuki masa pensiun hal inilah menjadi hal yang lazim di setiap pekerja yang ada di indonesia, tetapi tidak semua individu itu bisa menerima dalam menghadapi masa pensiun tersebut. pensiun juga termasuk sebuah babak baru dan kehidupan baru yang dijalani oleh seseorang terutama sudah dibatas usia perlu persiapan yang matang. Karena setelah pensiun itu

sesorang benar benar secara otomatis seseorang harus melepas segala statusnya, kedudukannya dan kekuasaanya di dalam pekerjaan mereka.

Dan mereka sebagai makhluk sosial pasti akan membutuhkan kehadiran dari orang lain, dibutuhkan dengan adanya kecocokan diantara individu itu sendiri dan melakukan penyesuaian diri. Menurut Sunarto dan Agung Hartono penyesuaian diri merupakan “Upaya individu dalam mencapai keharmonisan pada dirinya sendiri dan di sekitar lingkungannya.” Penyesuaian diri salah satu syarat penting untuk terciptanya kesehatan jiwa dan mental individu tersebut. Individu dengan penyesuaian dirinya yang berhasil, kemudian bisa dan mampu untuk mencapai taraf keakraban yang pas di dalam hubungan sosialnya.³ Tidak semua individu itu dapat berhasil dalam melakukan penyesuaian diri tersebut. maka dari itu hal tersebut disebabkan oleh adanya tantangan dan hambatan tertentu halinilah yang menyebabkan mereka tidak bisa atau tidak mampu dalam melakukan penyesuaian diri secara maksimal. Tantangan- tantangan tersebut berasal dari dalam dirinya sendiri lingkungan keluarga maupun lingkungan yang baru dapat menjadi sebuah stimulus/penyebab terjadinya kesulitan dalam menyesuaikan diri.

Menurut Erickson, kesiapan lansia usia lanjut individu tetap akan melakukan kegiatan-kegiatan yang biasa individu lakukan dalam kehidupan sehari- hari pada tahap perkembangan sebelumnya antara lain melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga, menumbuhkan hobinya contohnya misal dengan bercocok tanam dan lain sebagainya. Kemudian untuk bisa beradaptasi atau menyesuaikan diri dalam tugas perkembangan usia lanjut itu dipengaruhi

³ Lilis Ratna Purnamasari, “Kontribusi *Self- Efficacy* terhadap Kemampuan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Unnes Berkewarganegaraan Turki Tahun 2010”. Indonesian journal of Guidance and Conseling: Theory and application. Vol 1, No 1, Hal 58

dalam proses tumbuh kembang pada tahap-tahap yang sebelumnya. Dan semisal seseorang sudah memasuki masa pensiun dan semisal seseorang sudah memasuki masa pensiun dalam tahap tumbuh kembang mereka sebelumnya dengan melakukan aktivitas atau kegiatan sehari-hari dengan cara yang teratur, baik untuk membina hubungan yang harmonis dengan orang-orang di sekitar lingkungannya, jadi penyesuaian diri pada lanjut usia yaitu kesanggupan individu yang berusia lanjut dalam mengalami tekanan dan konflik akibat dari perubahan-perubahan fisik, maupun sosial psikologis yang dialami dan kesanggupan untuk mencapai kecocokan diantara tuntutan dari dalam diri dengan tuntutan dari lingkungan, dan disertai oleh kemampuan mengembangkan metode psikologis yang cocok sehingga bisa dapat mencukupi kebutuhan-kebutuhan yang ada dalam dirinya tanpa mengakibatkan masalah baru.

Penyesuaian diri dijelaskan seperti hubungan yang berkelanjutan dengan diri kita sendiri, apa yang telah ada pada diri kita sendiri, seperti tubuh, perilaku, pemikiran kemudian perasaan diri kita, kepada orang lain serta dengan lingkungannya. Menurut Hurlock pertolongan dari lingkungan sekitar memiliki peranan yang penting bagi individu yang mengalami masa perubahan di dalam kehidupannya seperti ketika sudah memasuki masa pensiun ini. Cohen dan Hoberman menurutnya *support* dari lingkungan sekitar dengan arti lain yang bisa disebut juga sebagai dukungan sosial yang mengacu dari beraneka macam sumber daya yang di sediakan oleh interaksi antar pribadi dari seseorang.⁴

Penyesuaian diri dalam menjalani masa pensiun memiliki arti yang penting baik untuk fisik maupun mental. Dan persiapan masa pensiun juga

⁴ Dewa Ayu Dyah Puteri Pratiwi dan Made Diah Lestari, "Gambaran Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri pada Perempuan Pegawai Negeri Sipil Pra Pensiun di Provinsi Bali". Jurnal Psikologi Udayana. Vol. 6 No. 2, Hal 328-336.

penting karena bertemu masa-masa baru yang dimana seseorang tersebut akan terlepas dari kewajiban tanggung jawabnya yang biasa dikerjakan dan kini menjadi hilang tidak punya kesibukan. Maka dari itu penting bisa menyesuaikan diri dalam menjalani masa pensiun itu sangat perlu supaya tidak terlalu cemas, stress dan depresi. Kemudian penyesuaian diri juga harus dilakukan karena seseorang memasuki kehidupan baru masa pensiun.

Penelitian tentang penyesuaian diri ini ditujukan kepada pensiunan guru Sekolah Dasar di Kecamatan Mojojoto Kota Kediri. Peneliti ingin menggali informasi lebih dalam tentang penyesuaian diri yang terbentuk saat menjalani masa pensiun. Karena masing-masing pensiunan di Sekolah Dasar mempunyai masalah yang berbeda-beda, ada yang bisa menyesuaikan diri atau malah sebaliknya mengalami sebuah problem, baik problem kejiwaan maupun fisik. Contohnya mengalami kecemasan dan stress.

Peneliti memilih pensiunan guru Sekolah Dasar karena pada saat mereka masih bekerja mereka merasa terhibur bertemu teman-teman guru terutama bertemu dan mengajar murid-muridnya yang masih SD, dalam perspektif psikologi yang usianya sekitar 6-11 tahun tersebut adalah dalam masa kanak-kanak tengah. Yang artinya dalam masa tersebut masih senang diajak bermain dan meningkatkan kreativitas anak, jadi para pensiunan guru Sekolah Dasar merasa terhibur akan hal itu, dibandingkan mengajar murid yang masih SMP dan SMA mereka cenderung bosan. Kemudian setelah pensiun ini mereka sekarang lebih banyak di rumah, yang biasanya ada hiburannya saat mereka bekerja. Dan pada saat mereka banyak menghabiskan waktu dirumah seringkali ditemui banyak persoalan ataupun problem yang terjadi pada faktor internal

maupun eksternal. Internalnya dalam problem kejiwaan maupun fisik, sedangkan faktor eksternal terjadi di sekitar lingkungan pensiunan tersebut. Kemudian peneliti ingin mengetahui bahwa materi tentang penyesuaian diri ini masih bisa untuk diteliti dan dijelajahi secara lebih mendalam.

B. Fokus Penelitian

1. Bagaimana macam-macam penyesuaian diri pensiunan guru Sekolah Dasar di Kecamatan Mojoroto Kota Kediri ?
2. Apa faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri pensiunan guru Sekolah Dasar di Kecamatan Mojoroto Kota Kediri?

C. Tujuan Penelitian

1. Mendeskripsikan tentang macam-macam penyesuaian diri pensiunan guru Sekolah Dasar di Kecamatan Mojoroto Kota Kediri.
2. Mendeskripsikan faktor-faktor penyesuaian diri pensiunan guru Sekolah Dasar di Kecamatan Mojoroto Kota Kediri.

D. Kegunaan Penelitian

1. Secara teoritis, penelitian ini dapat memberi manfaat untuk memperluas kajian/materi ilmu psikologi dengan tema yaitu “Penyesuaian Diri Pensiunan Guru Sekolah Dasar di Kecamatan Mojoroto Kota Kediri”. Kemudian untuk memberikan referensi yang lebih khusus untuk penelitian psikologi selanjutnya.
2. Secara praktis, penelitian ini diharapkan mampu untuk memberikan manfaat bagi seluruh perguruan tinggi atau universitas lainnya sebagai pengetahuan dan motivasi dalam menghadapi kehidupan setelah masa pensiun yang pasti akan dijalani. Kemudian penelitian ini juga

diharapkan memberi motivasi untuk berbagai kalangan lanjut usia pada masa pensiun untuk menjalani kehidupan agar bisa lebih baik lagi.

E. Penelitian Terdahulu

Di dalam penelitian pastinya memiliki beberapa pandangan di penelitian-penelitian sebelumnya, sebagai bahan evaluasi ke dalam topik keaslian yang dapat memberikan perbedaan yang berpedoman dari beberapa penelitian-penelitian terdahulu. Kemurnian penelitian dalam penelitian ini akan diungkap yang berdasarkan dari pengkajian beberapa penelitian terdahulu, kemudian dapat dibedakan oleh peneliti dalam melakukan penelitian dengan penelitian sebelumnya. Di bawah ini beberapa penelitian-penelitian sebelumnya yang akan dilakukan oleh peneliti terkait penelitian yang dilakukannya seperti :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Dimas Prakasa Putra Adi Sudjono dari jurnal yang berjudul “Penyesuaian Diri Masa Transisi: Studi Kasus pada Pensiunan Perwira TNI di Kodim 0812 Lamongan”, 2021. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana cara adaptasi yang dilakukan oleh pensiunan TNI di lingkungan sosialnya pasca pensiun.⁵ Persamaan dari penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah variabel, dan jenis penelitian yang digunakan. Variabel yang digunakan dalam kedua penelitian ini adalah penyesuaian diri, dan kedua penelitian menggunakan jenis penelitian kualitatif. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah pada rumusan masalah yang diteliti, pendekatan, subyek, serta lokasi penelitian. Rumusan masalah

⁵ Dimas Prakasa Putra Adi Sudjono, “Penyesuaian Diri Masa Transisi: Studi Kasus pada Pensiunan Perwira TNI di Kodim 0812 Lamongan”. Jurnal Penelitian Psikologi. Vol. 8 No. 7 (2021).

yang diteliti sebelumnya adalah bagaimana cara adaptasi yang dilakukan oleh pensiunan TNI di lingkungan sosialnya pasca kasus, sedangkan dalam penelitian ini adalah bagaimana macam-macam penyesuaian diri dan bagaimana faktor-faktor penyesuaian diri pensiunan guru Sekolah Dasar di Kecamatan Mojojoto Kota Kediri. Pendekatan dalam penelitian sebelumnya adalah studi kasus, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan fenomenologi. Subyek yang diteliti di penelitian sebelumnya adalah lima subyek pensiunan TNI, sedangkan penelitian ini adalah lima subyek pensiunan guru Sekolah Dasar. Lokasi di penelitian ini di Kecamatan Mojojoto Kota Kediri, sedangkan penelitian sebelumnya di Lamongan.

2. Selanjutnya jurnal penelitian yang dilakukan oleh Sri Wianti dan U. Olis Muchlisin yang berjudul “Studi Fenomenologi: Pengalaman Adaptasi Diri pada Lansia di Masa Pensiun”, 2020. Tujuan dari penelitian ini untuk mengeksplor lebih dalam tentang pengalaman lansia dalam beradaptasi pada masa pensiun.⁶ Persamaan dari penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah jenis penelitian yang digunakan. Jenis Penelitian yang digunakan dalam kedua penelitian ini adalah kualitatif menggunakan pendekatan fenomenologi. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah pada variabel yang diteliti, rumusan masalah, subyek, serta lokasi penelitian. Variabel yang digunakan di penelitian sebelumnya adalah adaptasi diri. Rumusan masalah yang diteliti sebelumnya adalah mengeksplor lebih dalam tentang pengalaman

⁶ Sri Wianti dan U. Olis Muchlisin, “Studi Fenomenologi: Pengalaman Adaptasi Diri pada Lansia di Masa Pensiun”. *Healthcare Nursing Journal*. Vol. 2 No. 2 (2020).

lansia dalam beradaptasi pada masa pensiun, sedangkan dalam penelitian ini adalah bagaimana macam-macam penyesuaian diri dan bagaimana faktor-faktor penyesuaian diri pensiunan guru Sekolah Dasar di Kecamatan Mojojoto Kota Kediri. Subyek yang diteliti di penelitian sebelumnya adalah lansia pensiun dengan kriteria pegawai baik PNS maupun Non PNS, sedangkan penelitian ini adalah lima subyek pensiunan guru Sekolah Dasar. Lokasi di penelitian ini di Kecamatan Mojojoto Kota Kediri, sedangkan penelitian sebelumnya di Kota Banjar.

3. Jurnal penelitian oleh Dewa Ayu Dyah Puteri Pratiwi dan Made Diah Lestari yang berjudul “Gambaran Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri pada Perempuan Pegawai Negeri Sipil Pra Pensiun di Provinsi Bali”, 2019. Tujuan dari jurnal penelitian ini untuk melihat dari gambaran dukungan sosial dan penyesuaian diri oleh para perempuan menjelang pensiun Pegawai Negeri Sipil di Provinsi Bali.⁷ Persamaan dari penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah jenis penelitian. Jenis Penelitian yang digunakan dalam kedua penelitian ini adalah kualitatif menggunakan pendekatan fenomenologi. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah pada variabel yang diteliti, rumusan masalah, subyek, serta lokasi penelitian. Variable yang digunakan dalam penelitian ini ada dua, dukungan sosial dan penyesuaian diri. Rumusan masalah yang diteliti sebelumnya adalah bagaimana pengalaman subjektif perempuan PNS terkait dengan dukungan sosial dan penyesuaian diri pada masa pra pensiun, sedangkan

⁷ Dewa Ayu Dyah Puteri Pratiwi dan Made Diah Lestari, “Gambaran Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri pada Perempuan Pegawai Negeri Sipil Pra Pensiun di Provinsi Bali”. Jurnal Psikologi Udayana. Vol. 6 No. 2 (2019)

dalam penelitian ini adalah bagaimana macam-macam penyesuaian diri dan bagaimana faktor-faktor penyesuaian diri pensiunan guru Sekolah Dasar di Kecamatan Mojojoto Kota Kediri. Subyek yang diteliti di penelitian sebelumnya adalah tiga perempuan PNS dengan rentang usia 55-57 tahun, sedangkan penelitian ini adalah lima subyek pensiunan guru Sekolah Dasar. Lokasi di penelitian ini di Kecamatan Mojojoto Kota Kediri, sedangkan penelitian sebelumnya di Provinsi Bali.

4. Jurnal penelitian oleh Afrizal yang berjudul “Permasalahan yang dialami Lansia dalam Menyesuaikan Diri terhadap Penguasaan Tugas-Tugas Perkembangannya”, 2018. Tujuan dari penelitian ini untuk menjelaskan dan menerangkan permasalahan yang dialami lansia terhadap penguasaan tugas-tugas perkembangannya.⁸ Persamaan dari penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah jenis penelitian dan variabel. Jenis Penelitian dan variabel yang digunakan dalam kedua penelitian ini adalah kualitatif menggunakan pendekatan fenomenologi dan penyesuaian diri. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah pada rumusan masalah, subyek, serta lokasi penelitian. Rumusan masalah yang diteliti sebelumnya adalah gambaran permasalahan yang dialami lansia dalam penguasaan tugas-tugas perkembangannya, sedangkan dalam penelitian ini adalah bagaimana macam-macam penyesuaian diri dan bagaimana faktor-faktor penyesuaian diri pensiunan guru Sekolah Dasar di Kecamatan Mojojoto Kota Kediri. Subyek yang diteliti di penelitian sebelumnya adalah beberapa lansia di Kelurahan Pasar Tengah

⁸ Afrizal, “Permasalahan yang dialami Lansia dalam Menyesuaikan Diri terhadap Penguasaan Tugas-Tugas Perkembangannya”. Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam. Vol.2 No.2 (2018).

Curup, sedangkan penelitian ini adalah lima subyek pensiunan guru Sekolah Dasar. Lokasi di penelitian ini di Kecamatan Mojojoto Kota Kediri, sedangkan penelitian sebelumnya di Kelurahan Pasar Tengah Curup.

5. Jurnal penelitian oleh Mardhiah Rubani yang berjudul “Kondisi Psikologis Personil TNI-AD Menghadapi Pensiun”, 2018. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui kondisi psikis personil TNI-AD Makorem 031/Wirabima Pekanbaru.⁹ Persamaan dari penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah jenis penelitian dan variabel. Jenis Penelitian yang digunakan dalam kedua penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah pada variabel, rumusan masalah, subyek, serta lokasi penelitian. Variabel dalam penelitian sebelumnya kondisi psikologis. Rumusan masalah yang diteliti sebelumnya adalah bagaimana kondisi psikis personil TNI-AD Makorem 031/Wirabima Pekanbaru. Subyek yang diteliti di penelitian sebelumnya adalah personil TNI-AD Makorem 031/Wirabima Pekanbaru , sedangkan penelitian ini adalah lima subyek pensiunan guru Sekolah Dasar. Lokasi di penelitian ini di Kecamatan Mojojoto Kota Kediri, sedangkan penelitian sebelumnya di Makorem 031/Wirabima Pekanbaru.

⁹ Mardhiah Rubani, “Kondisi Psikologis Personil TNI-AD Menghadapi Pensiun”. Jurnal Bimbingan Konseling Islam. Vol. 1 No. 2 (2018)