

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Pertumbuhan dan perkembangan merupakan dua proses yang berjalan sejajar dan berdampingan. Jadi proses pertumbuhan dan perkembangan tidak dapat dipisahkan satu dengan yang lain. Setiap makhluk hidup mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan (Wasis, 2008). Perkembangan hidup manusia dibagi kedalam beberapa tahap atau periode perkembangan, dari masa bayi, anak-anak, periode akhir anak-anak, remaja, dewasa awal, dan sampai saatnya tiba seseorang mencapai usia matang atau sering disebut dengan usia madya. Seiring berkembangnya kehidupan, manusia selalu dihadapkan pada perubahan-perubahan, baik perubahan fisik maupun perubahan psikologis (Wicaksana, 2008).

Masa dewasa madya dimulai dari umur 40 tahun sampai dengan 60 tahun. Pada usia 40 tahun ke atas, individu biasanya telah mencapai kestabilan dalam karier, telah berhasil mengatasi dan menguasai kelemahan-kelemahan sebelumnya. Akan tetapi pada usia ini kemampuan fisik dan psikologis sudah mulai menurun (Wicaksana, 2008). Pada usia inilah, semua orang dewasa harus melakukan penyesuaian diri terhadap berbagai perubahan yang terjadi dalam kehidupannya, salah satunya penyesuaian dalam bidang pekerjaan.

Dalam menjalani proses kehidupannya, manusia harus memenuhi kebutuhan-kebutuhan untuk tetap dapat melangsungkan hidup. Salah satu cara dalam memenuhi kebutuhan adalah dengan bekerja. Akan tetapi dengan adanya proses pertumbuhan dan perkembangan maka manusia tidak dapat melakukan suatu pekerjaan terus menerus sampai akhir hayatnya. Terdapat masa dimana seseorang

harus melepaskan suatu pekerjaannya, yaitu disebut dengan masa pensiun. Pemahaman tersebut seharusnya dimaknai dengan benar dan positif, yakni pensiun hanya sebatas berhenti bekerja dari pekerjaan formal dan rutin pada suatu instansi atau perusahaan (J. Tito Sutarto, 2013)

Bekerja merupakan aktifitas fisik maupun aktivitas mental yang menjadi kegiatan utama manusia dalam kehidupan sehari-hari. seseorang dikatakan bekerja apabila seseorang melakukan aktivitas fisik maupun mental, untuk menghasilkan sesuatu yang bernilai dan bermanfaat, baik untuk dirinya sendiri maupun untuk orang lain. Bekerja merupakan salah satu kebutuhan manusia, sebagaimana diungkapkan oleh Soerjono Soekanto (2009) dalam bukunya Sosiologi suatu pengantar : “Dalam kehidupan masyarakat manusia dituntut untuk melakukan berbagai aktivitas sesuai dengan kemampuannya untuk mempertahankan hidup dan kehidupan demi kelangsungan hidup berkeluarga dan bermasyarakat”. Bekerja merupakan hal penting bukan hanya karena kecukupan materi yang ingin dicapai, tetapi dengan bekerja dapat memberi seseorang penghargaan diri dan pengakuan social, yaitu suatu perasaan diterima sebagai bagian dari masyarakat (Poespodiharjo, 2010).

Dalam Kehidupan manusia memiliki berbagai profesi, salah satunya adalah Polisi. Pada Undang Undang Nomor 2 Tahun 2002 menyebutkan bahwa Polisi adalah anggota badan pemerintahan yang bertugas memelihara keamanan dan ketertiban umum. Sebagai anggota badan pemerintahan mengartikan bahwa Polisi termasuk sebagai Pegawai Negeri Sipil (PNS). Pegawai negeri sipil (PNS) adalah warga Negara Indonesia yang memenuhi syarat tertentu, diangkat sebagai pegawai Aparatur Sipil Negara secara tetap oleh pejabat Pembina kepegawaian untuk menduduki jabatan pemerintahan.

Dalam Peraturan Pemerintah (PP) Nomor: 11 Tahun 2017 tentang Manajemen Pegawai Negeri Sipil (PNS), yang ditandatangani oleh Presiden Joko Widodo pada 30 Maret 2017, diatur mengenai beberapa skema pemberhentian Pegawai Negeri Sipil (PNS) dan penanganannya. Batas Usia Pensiun sebagaimana dimaksud yaitu: a. 58 (lima puluh delapan) tahun bagi pejabat administrasi, pejabat fungsional ahli muda, pejabat fungsional ahli pertama, dan pejabat fungsional keterampilan; b. 60 (enam puluh) tahun bagi pejabat pimpinan tinggi dan pejabat fungsional madya; dan c. 65 (enam puluh lima) tahun bagi PNS yang memangku pejabat fungsional ahli utama.

Semua orang akan tiba pada pensiun dari suatu pekerjaan. Tidak seorang pun akan terus dipekerjakan, dari presiden sampai tukang kebun, dari panglima sampai prajurit dua, dari manajer sampai *office boy*, semuanya akan pensiun. Masa-masa ketika keberhasilan, kesenangan dan fasilitas datang dengan mudah akan berubah setelah seseorang pensiun. Setelah pensiun seseorang harus mempersiapkan diri, baik secara mental maupun fisik. Perubahan dalam hidup pasti akan terjadi, tidak ada seorang pun yang dapat tetap pada status quo atau tetap mengendalikan keadaan. Hal yang seharusnya dilakukan adalah mengendalikan diri, pikiran dan perasaan agar memperoleh ketenangan pada masa tua (J. Tito Sutarto, 2013).

Semestinya pensiun adalah dambaan semua orang, karena semakin lama bekerja akan semakin lelah dan jenuh sehingga membutuhkan istirahat. Selain itu masa pensiun dapat meningkatkan kesehatan karena individu sudah mencapai puncak karier, berkurangnya beban tekanan hidup yang dihadapi serta akan ada banyak waktu dan kesempatan bersama keluarga atau pasangan. Pada kenyataannya, masih banyak Pegawai Negeri Sipil (PNS) yang merasa khawatir dan resah saat menghadapi pensiun (Thoha, 2015).

Pensiun seringkali dianggap oleh Pegawai Negeri Sipil (PNS) sebagai kenyataan yang tidak menyenangkan sehingga menjelang masanya tiba sebagian orang sudah merasa cemas karena tidak tahu kehidupan macam apa yang akan dihadapi kelak. Oleh karena itu sering terjadi orang yang pensiun bukannya dapat menikmati masa tua dengan santai, tetapi sebaliknya, ada yang mengalami masalah serius (kejiwaan maupun fisik). Kondisi psikologis yang terjadi pada Pegawai Negeri Sipil yang akan mengalami pensiun bisa saja berbeda. Perbedaan itu terletak pada kesiapan mental dan sikap individu menghadapi pensiun. Individu yang menghadapi masa pensiun biasanya akan bertindak seorang diri, merasa tidak ada lagi yang mempedulikan dirinya, tidak ada yang memberikan pujian atas pekerjaan yang diselesaikan dengan baik, tidak berguna dan tidak ada imbalan keuangan sebanyak ketika individu bekerja atau menduduki suatu jabatan tertentu (Poespodiharjo, 2010).

Menurut data dari Bagian Sumber Daya Polres Metro Jakarta Selatan, menyebutkan bahwa personel polri yang pensiun pada tahun 2018 sebanyak 69 personel Polri, pada tahun 2019 sebanyak 44 personel Polri, pada tahun 2020 sebanyak 67 personel Polri, pada tahun 2021 sebanyak 70 personel Polri, dan ada sebanyak 41 personel yang akan pensiun di tahun 2022.

Bagi anggota Polri tidak terdapat masa tenang sebelum pensiun, dalam arti anggota Polri akan tetap melaksanakan tugas dan kewajibannya sebagaimana mestinya walaupun masa dinas tersisa 1 bulan lagi atau bahkan 1 hari lagi. Hal ini dikarenakan tidak adanya peraturan tertulis khusus yang mengatur tentang masa tenang sebelum pensiun. Seorang anggota Polri harus tetap memberikan pengabdian 100% kepada negara walaupun di akhir masa dinas. Hal ini sesuai dengan hasil observasi yang dilakukan peneliti, yaitu anggota Polri di

Polres Metro Jakarta Selatan masih tetap bekerja bahkan satu hari sebelum resmi dinyatakan pensiun.

Dalam hal harus tetap memberikan pengabdian penuh walaupun di akhir masa dinas dapat menimbulkan kecemasan pada anggota Polri dalam menghadapi masa pensiun. Dengan tetap menjalankan tugasnya walau sehari sebelum pensiun, maka pada keesokan harinya akan timbul kegelisahan dan kecemasan. Anggota telah habis masa kerjanya dapat mengalami *mental shock*. Salah satu faktornya adalah berbagai tunjangan yang biasanya mereka dapatkan akan terhenti, mereka tampak tidak beraktivitas, dan kebanyakan dari mereka memiliki ketakutan mengenai apa yang harus dihadapi kelak karena terasa ada sesuatu yang hilang dari dirinya (Uki Herani, 2015). Dikarenakan sebelum pensiun ada suatu kegiatan atau pekerjaan yang dilakukan, berubah menjadi tidak melakukan apa-apa, yang sebelumnya bercengkrama dengan teman kerja, berubah menjadi suasana sepi yang dirasakan, kehilangan rekan-rekan kerja (dahulu bertemu setiap hari, sekarang menjadi sangat jarang bertemu).

Kecemasan diakui sebagai salah satu masalah kesehatan mental umum yang sering terjadi (Edwards, 2014). Akan tetapi kecemasan yang terjadi saat menghadapi masa pensiun merupakan permasalahan yang tidak main-main dan butuh penanganan yang cukup serius. Berdasarkan data yang didapatkan oleh peneliti dari Bagian Urusan Kesehatan Polres Metro Jakarta Selatan, bahwa sebagian besar personil Polri di Polres Metro Jakarta Selatan yang akan memasuki masa pensiun memiliki hasil tensi yang tinggi. Kemudian dari data Bagian Sumber Daya Polres Metro Jakarta Selatan terdapat 58 personil Polri pada masa menjelang pensiun yang mengalami sakit permanen dan tidak dapat melakukan pekerjaan secara rutin. Peneliti juga melakukan observasi dan dapat disimpulkan, bahwa sebagian besar anggota Polri yang memasuki masa pensiun mulai menurun kualitas dalam bekerja. Kecemasan yang

berlebihan pada seseorang dalam menghadapi masa pensiun dapat mengganggu keseimbangan hidup, individu tersebut akan menjadi mudah marah, produktivitas kerja menurun dan hal tersebut perlu adanya upaya dan antisipasi agar kecemasan yang mengarah pada penurunan kualitas hidup seseorang menjelang pensiun dapat dikurangi (Hermilawati, 2013).

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Santi Setyaningsih (2008), memiliki hasil dari analisis data adalah ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat kecemasan menghadapi masa pensiun, dengan rincian dari 133 responden menunjukkan 34,6% mendapat dukungan sosial sedang, 65,4% mendapat dukungan sosial tinggi, dan tidak ada yang mendapatkan dukungan sosial rendah. Kemudian 65,4% tidak mengalami kecemasan, 15,0% mengalami kecemasan ringan, 13,5% kecemasan sedang, 6,0% mengalami kecemasan berat dan tidak ada yang mengalami kecemasan sangat berat.

Masih terdapat banyak penelitian yang sudah dilakukan mengatakan bahwa salah satu faktor yang berhubungan dengan kecemasan adalah dukungan sosial (Sekarsari & Susilawati, 2015; Wulandari, 2016; Roohafza & Afshar, 2014). Peranan orang lain dalam kehidupan sangatlah penting karena manusia merupakan makhluk sosial yang membutuhkan orang lain dalam menjalani hidup. Dukungan sosial dapat membantu seseorang dalam menghadapi masa pensiun, karena dukungan sosial dapat memfasilitasi perilaku kesehatan yang lebih baik dan mengurangi jumlah stres. Dukungan sosial yang telah diberikan seharusnya ditingkatkan, tidak hanya bersumber dari dukungan informal tetapi juga dari dukungan formal yaitu pihak instansi agar kecemasan dalam menghadapi pensiun dapat dicegah atau dikurangi secara optimal. Penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Kuncoro (2009) yang berjudul “Kecemasan dalam Menghadapi Masa Pensiun Ditinjau dari



Dukungan Sosial pada PT Semen Gresik Tbk” dapat diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan dalam menghadapi masa pensiun.

Dukungan sosial yang diterima seseorang menjelang pensiun merupakan suatu keadaan yang bermanfaat bagi individu sehingga seseorang akan tahu bahwa ada orang lain yang memperhatikan, menghargai dan mencintainya. Dukungan sosial juga dapat langsung memotivasi individu untuk terlibat dalam perilaku yang lebih sehat. Memiliki dukungan sosial yang memadai membuat individu yang akan menghadapi masa pensiun mengetahui fakta bahwa individu tersebut dicintai sehingga dapat membuat dirinya merasa lebih baik (Desiningrum, 2010). Menurut King (2012) dukungan sosial adalah informasi atau umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan, dihargai, dan dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik. Pengertian tersebut mempunyai makna bahwa dengan adanya dukungan sosial, seseorang mempunyai rasa senang sehingga secara psikologi seseorang dapat berfikir secara jernih dan kecemasan dapat diminimalkan.

Memasuki masa transisi ini calon pensiunan sudah menyusun rencana-rencana yang harus dilakukan setelah tiba masa pensiun. Masa persiapan pensiun yang ada di Indonesia tidak dilakukan dengan baik oleh pegawai. Pandangan menarik dari pakar perencanaan keuangan (*financial planner*) menyebutkan bahwa 9 dari 10 karyawan di Indonesia ternyata tidak siap secara finansial untuk menghadapi masa pensiun (Kompas, 2011). Hal terpenting yang perlu dilakukan oleh pegawai yang memasuki masa transisi adalah melakukan persiapan-persiapan memasuki masa tersebut misalnya, persiapan psikologis, mental-spiritual, kesehatan dan tentu saja finansial.

Dukungan sosial yang diberikan akan lebih bermakna atau memiliki dampak yang lebih besar apabila dukungan tersebut didapatkan dari seseorang yang dekat dengan kita. Dalam kasus kecemasan dalam menghadapi masa pensiun, dukungan sosial yang paling dekat adalah dari keluarga yang khususnya adalah dari pasangan hidup. Keluarga merupakan sumber dukungan sosial karena dalam hubungan keluarga tercipta hubungan yang saling mempercayai. Individu sebagai anggota keluarga akan menjadikan keluarga sebagai kumpulan harapan, tempat bercerita, tempat bertanya, dan tempat mengeluarkan keluhan-keluhan bilamana individu sedang mengalami permasalahan (Wulandari, 2016).

Terlebih khusus dukungan sosial diberikan oleh pasangan hidup, karena hubungan perkawinan merupakan hubungan akrab yang diikuti oleh minat yang sama, kepentingan yang sama, saling membagi perasaan, saling mendukung, dan menyelesaikan permasalahan bersama. Hubungan dalam perkawinan akan menjadikan suatu keharmonisan keluarga, yaitu kebahagiaan dalam hidup karena cinta kasih suami istri yang didasari kerelaan dan keserasian hidup bersama Hurlock (dalam Lilik Fauziah, 2009).

Berdasarkan seluruh uraian yang terdapat di atas sesuai dengan apa yang telah penulis temukan di lapangan, tepatnya di tempat kerja penulis, yaitu Polres Metro Jakarta Selatan. Penulis mengamati bahwa terdapat beberapa anggota Polri yang sudah pensiun yang masih hadir atau datang ke tempat kerjanya sebelum pensiun di Polres Metro Jakarta Selatan. Mereka datang tidak untuk bekerja akan tetapi hanya hadir dan bersosialisasi dengan mantan rekan kerjanya. Hal tersebut dilakukan hampir setiap hari pada bulan – bulan awal masa pensiun. Hal ini menunjukkan adanya kecemasan dalam menghadapi pensiun.

Faktanya bahwa datang untuk bersosialisasi dengan mantan rekan kerjanya adalah hal yang merugikan, baik untuk dirinya sendiri



dan juga mantan rekan kerjanya. Bagi dirinya dikarenakan seharusnya waktu yang dimiliki bisa digunakan untuk beristirahat dan menikmati masa tua, dan bagi mantan rekan kerjanya yaitu akan mengganggu fokus dalam bekerja. Disinilah dukungan sosial sangat diperlukan untuk meredakan atau menghilangkan kecemasan dalam menghadapi pensiun.

Melihat fenomena di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan pada anggota Polri yang akan menghadapi pensiun di Polres Metropolitan Jakarta Selatan. Peneliti berasumsi bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah kecemasan pada anggota Polri yang akan menghadapi masa pensiun. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi kecemasan pada anggota Polri yang akan menghadapi masa pensiun.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian di atas, permasalahan dalam penelitian ini adalah : Apakah ada Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Pada Anggota Polri yang Akan Menghadapi Pensiun di Polres Metropolitan Jakarta Selatan?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Pada Anggota Polri yang Akan Menghadapi Pensiun di Polres Metropolitan Jakarta Selatan.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Dalam penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat bagi semua pihak, khususnya bagi peneliti dan bagi subjek penelitian serta khalayak

intelektual pada umumnya, bagi pengembangan keilmuan baik dari aspek teoritis maupun praktis, diantaranya :

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan informasi mengenai Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Pada Anggota Polri yang Akan Menghadapi Pensiun di Polres Metropolitan Jakarta Selatan. Penelitian ini juga bermanfaat dalam bidang ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Adapun manfaat praktis dari penelitian ini adalah dapat memberikan pengetahuan bahwa dukungan sosial memberikan pengaruh terhadap kecemasan dalam menghadapi pensiun.

### **1.5 Uraian Keaslian Penelitian**

Berdasarkan penelusuran ditemukan sedikitnya 3 (tiga) judul skripsi terkait tentang Hubungan Dukungan Sosial dengan Kecemasan. Pertama penelitian oleh Budhi Dharmawan Prasajo (2011) yang berjudul Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Pegawai Kementerian Agama yang Istrinya Bekerja dan Tidak Bekerja. Skripsi ini berbeda dengan skripsi tersebut di atas. Skripsi di atas fokus pada tingkat kecemasan antara pegawai yang Istrinya Bekerja dan Tidak Bekerja, sedangkan pada skripsi ini tidak meneliti berkaitan dengan pasangan hidup (istri) bekerja atau tidak bekerja.

Kedua penelitian dari Santi Setyaningsih (2008) yang berjudul Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Pensiun pada Pegawai Negeri Sipil di Pemerintahan

Kabupaten Rembang. Pada skripsi tersebut lebih detail dengan membagi kecemasan menjadi beberapa tingkatan, yaitu kecemasan ringan, kecemasan sedang, kecemasan berat, kecemasan sangat berat. Sedangkan pada skripsi ini tidak membagi tingkatan kecemasan akan tetapi meneliti tentang ada atau tidaknya kecemasan.

Ketiga penelitian dari Eva Diana Sari dan Joko Kuncoro (2009) yang berjudul Kecemasan dalam Menghadapi Masa Pensiun Ditinjau dari Dukungan Sosial pada PT Semen Gresik Tbk. Skripsi di atas memiliki perbedaan subjek penelitian dengan skripsi ini. Skripsi dari Eva Diana Sari dan Joko Kuncoro menggunakan subjek pegawai PT Semen Gresik Tbk, sedangkan skripsi ini subjek penelitiannya adalah pegawai Polri di Polres Metro Jakarta Selatan.

Dari keseluruhan penjabaran di atas, keaslian skripsi ini dapat dipertanggung jawabkan dan sesuai dengan asas-asas keilmuan yang harus dijunjung tinggi yaitu kejujuran, rasional, objektif serta terbuka. Hal ini merupakan implikasi etis dari proses menemukan kebenaran ilmiah sehingga dengan demikian penelitian ini dapat dipertanggung-jawabkan kebenarannya secara ilmiah, keilmuan dan terbuka untuk kritisi yang sifatnya konstruktif (membangun).