

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Masalah

Subjective well being sangat berperan penting bagi setiap individu termasuk dan terutama pada karyawan yang telah pensiun. Trisusanti dan Satiningsih (2012) menyatakan bahwa kehidupan masa pensiun terkait dengan perasaan sejahtera (*well-being*) yang dialami individu. Bagi kebanyakan individu lanjut usia, pensiun dari pekerjaan merupakan sebuah kejadian yang penting yang menandai individu masuk ke dalam tahapan masa dewasa akhir. Masa pensiun dianggap sebagai tugas perkembangan lanjut usia dan sebagai tahap akhir dalam siklus pekerjaan individu. Produktivitas kerja individu yang berusia lanjut dianggap sudah menurun.

Namun, ketika individu menghadapi masa pensiun tidak sedikit yang merasa tidak nyaman dengan pergantian status tersebut. Fakta ini didukung oleh penelitian Safitri (2013) bahwa seringkali masa pensiun dianggap sebagai kenyataan yang tidak menyenangkan dikarenakan adanya perubahan dalam hal pendapatan, aktivitas sehari-hari dan lingkungan pergaulan. Trisusanti dan Satiningsih (2012) menambahkan bahwa individu yang menghadapi masa pensiun sangat rentan terhadap permasalahan psikologis, terutama jika individu tersebut tidak menemukan jalan keluar dari masalah yang timbul akibat dari proses transisi. Masa transisi tersebut mempengaruhi bagaimana individu mempersepsi dirinya sendiri, persepsi terhadap kemampuannya dan kualitas kehidupan kerjanya.

Individu yang mengalami masalah pada saat pensiun biasanya memiliki kondisi mental yang tidak stabil dan konsep diri yang negatif. Sethepen, Fouqereau, dan Fernandez (2008) mengungkapkan bagi sebagian individu, masa pensiun menjadi pengalaman hidup yang negatif, namun idealnya bagi beberapa individu lainnya menganggap bahwa masa pensiun menjadi pengalaman hidup yang positif dan berhubungan dengan kepuasan karena dipandang sebagai periode perkembangan yang berkaitan dengan kesempatan untuk menikmati keberhasilan.

Perasaan positif maupun perasaan negatif pada individu yang telah pensiun dijelaskan pada penelitian Indrayani (2013) bahwa perasaan positif yang dirasakan yaitu adanya dukungan penuh dari keluarga. Namun di sisi lain, perasaan negatif yang dimiliki oleh pensiunan yaitu merasa kaget dan khawatir dalam menghadapi masa pensiun yang menyebabkan stres. Hasil penelitian tersebut mendukung bahwa adanya perasaan positif dan negatif yang dirasakan oleh pensiunan merupakan bagian dari proses *subjective well-being*.

Subjective well being menurut Diener (1984) yaitu suatu bentuk evaluasi yang dapat dilakukan melalui dua cara yaitu penilaian secara kognitif seperti kepuasan hidup dan respon emosional terhadap sebuah kejadian seperti merasakan emosi yang positif. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Wydiyanti (2007) menjelaskan bahwa dengan adanya *subjective well being* yang baik, individu akan mampu untuk berfungsi positif baik secara psikologis maupun sosial serta memiliki keseimbangan emosi, kebahagiaan dan kepuasan hidup ke arah yang positif.

Hapsari dan Nawangsih (2016) menunjukkan bahwa dengan adanya *subjective well being* yang tinggi, individu tidak akan bertindak pasif dalam menerima keadaannya tetapi akan lebih banyak melakukan usaha-usaha lain untuk meningkatkan kesejahteraan hidupnya dibandingkan menyesali apa yang telah dialami. Diener, Suh, dan Oishi (1997) juga menambahkan bahwa jika individu memiliki *subjective well being* maka akan mendapatkan kepuasan dalam hidupnya, hampir selalu merasa bahagia, jarang mengalami emosi yang tidak menyenangkan seperti kemarahan dan kesedihan. Diperjelas dengan penelitian Allemand, Hill, Ghaemmaghmi, dan Martin (2010) bahwa dengan adanya *subjective well-being* seorang individu akan lebih mudah untuk optimis, terbuka dan mudah memaafkan.

Subjective well being juga berperan bagi individu agar lebih memiliki emosi positif. Hal tersebut didukung oleh Olivia (2010) bahwa individu yang memiliki *subjective well being* akan didominasi oleh perasaan bahagia dibandingkan emosi negatif yang akan memunculkan rasa sakit di dalam hidupnya. Akmalah juga (2014) menambahkan dalam penelitiannya bahwa jika individu memiliki *subjective well being* yang tinggi maka dirinya akan mampu memanfaatkan lingkungan sekitarnya dan juga aktif dalam mengikuti kegiatan yang ada, mampu mengarahkan hidupnya menjadi lebih baik serta memiliki semangat juang yang tinggi untuk kehidupan.

Penelitian Horbal (2012) mendukung bahwa tingginya *subjective well being* akan membantu individu agar dapat meningkatkan kehidupannya secara efektif untuk mencapai kesuksesan di masa tua nanti. Chang (2009) memaparkan bahwa jika individu memiliki *subjective well being* yang baik, individu tersebut

akan merasa puas dalam hidupnya seperti dalam hal melakukan hubungan interpersonal, kehidupan perkawinan serta kesehatannya.

Subjective well being pada diri individu akan menciptakan perasaan bangga dan sikap yang optimis. Hal tersebut didukung oleh penelitian Froh, Yurkewicz, dan Kashdan (2009) bahwa dengan adanya *subjective well being*, individu tersebut akan memiliki sikap yang optimis, memiliki rasa syukur dengan menunjukkan perasaan bangga, penuh harapan, memiliki inspirasi, mudah memaafkan dan bersemangat. Sebaliknya, Myers dan Diener (1995) mengungkapkan bahwa individu dengan *subjective well being* yang rendah akan menganggap peristiwa yang terjadi sebagai hal yang tidak menyenangkan dan oleh sebab itu menimbulkan emosi yang tidak menyenangkan seperti depresi, kecemasan dan kemarahan.

Realitanya permasalahan *subjective well-being* masih terjadi pada sebagian individu khususnya pada karyawan yang telah pensiun. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Isnawati dan Suhariadi (2013) menginformasikan bahwa individu pada awal masa pensiun lebih sering mengurung diri di dalam kamar, memilih untuk tidak berinteraksi dengan individu lain dan bersikap kurang peduli dengan orang-orang yang ada di sekitar. Masa pensiun merupakan tahap akhir dari perjalanan individu ketika berada di sebuah organisasi atau perusahaan. Adanya perubahan pola kehidupan setelah menghadapi masa pensiun membuat seorang individu menjadi ragu dan cemas untuk melanjutkan perjalanan hidupnya karena kehilangan rutinitas dan suatu

tugas yang biasanya dilakukan. Hal tersebut akan berdampak pada kondisi individu baik dari aspek psikologis, ekonomi maupun sosial.

Menurut Wegman dan Mcgee (2004) pada saat individu memasuki masa pensiun dirinya akan merasa tertekan karena kehilangan pendapatan yang biasanya didapatkan serta kehilangan aktivitas sosial di dunia kerja. Tidak adanya aktivitas yang menentu menjadikan individu merasa “kosong” dalam menjalani hari-harinya dan membuat individu memiliki perasaan tidak siap ketika harus memenuhi kebutuhan-kebutuhan di masa pensiun. Isnawati dan Suhariadi (2013) juga melengkapi bahwa akan ada tiga hal yang hilang ketika individu menghadapi masa pensiun, pertama yaitu kehilangan kegiatan rutin yang biasanya dilakukan, kedua yaitu mengalami pengurangan interaksi dan ketiga yaitu kehilangan pendapatan yang biasanya didapatkan secara rutin. Ketiga hal tersebut akan menjadi sebuah akar dari perasaan-perasaan negatif yang pada umumnya dirasakan oleh individu yang telah menghadapi masa pensiun.

Iswanti, Hiryanto dan, Fathiyah (2014) menyatakan bahwa perasaan tidak berdaya, kesepian, merasa tersisihkan, perasaan tidak berguna akan mendominasi pikiran dan perasaan lansia, apalagi pada lansia yang di masa mudanya bekerja dan memiliki aktivitas yang padat. Hal tersebut didukung dengan beberapa kasus yang terjadi pada individu yang menghadapi masa pensiun. Seperti halnya pada penelitian Agustianto (2011) menjelaskan bahwa setelah menghadapi masa pensiun individu menganggap dirinya telah menerima kenyataan yang tidak menyenangkan karena dihadapi oleh kekhawatiran untuk memenuhi kebutuhan hidup dan memikirkan hal-hal negatif, sehingga menyebabkan stres.

Berdasarkan beberapa pemaparan permasalahan yang dialami oleh pensiunan, terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* sesuai dengan penelitian Diponegoro dan Mulyono (2015) bahwa usia, rasa syukur, hubungan sosial, aktivitas fisik, kualitas hidup, kesehatan dan agama menjadi faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya *subjective well-being*.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Indriana, Destiningrum, dan Kristiana (2011) menjelaskan bahwa salah satu hasil penelitiannya menunjukkan 57% dari respondennya merasa agama lebih berarti bagi mereka setelah pensiun dibanding sebelumnya. Agama juga memberikan banyak manfaat bagi kehidupan sesuai dengan penelitian Juniarly dan Hadjam (2012) bahwa agama membantu meningkatkan integritas kepribadian, mendukung gaya hidup sehat, dan agama menyediakan strategi *coping* untuk memberikan perasaan bermakna dan mencapai tujuan hidup.

Phillips, Chamberlain, dan Goreczny (2014) mengatakan berdasarkan hasil penelitiannya bahwa *religious coping* memainkan peran yang sangat penting dalam kehidupan individu yang lebih tua dan memiliki dampak positif pada kesehatan mental. Radzi, Ramli, Ghazali, Sipon, dan Othman (2014) menambahkan pada hasil penelitiannya bahwa individu yang memiliki tingkat stres dan kecemasan yang rendah memiliki kepribadian agama yang tinggi dan *religious coping* yang baik. Carpenter, Laney, dan Mezulis (2011) menjelaskan bahwa *religious coping* secara signifikan mampu mengontrol stres dan gejala depresi yang dialami pada sampel komunitas tertentu. Penelitian tersebut

mendukung bahwa semakin tinggi tingkat *religious coping* maka gejala depresi yang diakibatkan oleh stress akan menurun.

Berdasarkan beberapa penelitian di atas menjelaskan bahwa *religious coping* memiliki peran yang signifikan terhadap penurunan tingkat depresi, ketakutan dan stres pada individu. Folkman dan Moskowitz (2000) menjelaskan bahwa stres berhubungan luas dengan hal negatif seperti depresi, kecemasan dan gejala fisik, dimana perasaan tersebut merupakan bagian dari afek negatif sesuai dengan penjelasan Diener, Suh, dan Oishi (1997) yang mengatakan bahwa afek negatif terdiri dari emosi-emosi spesifik seperti kecemasan, kesedihan, rasa bersalah dan emosi negatif lainnya.

Informasi di atas menunjukkan pentingnya peran *religious coping* terhadap *subjective well-being*. Pada penelitian ini, konsep *religious coping* lebih mengacu pada pola *positive religious coping* yang merujuk pada teori Pargament, Smith, Koenig dan Perez (1998) yang mengungkapkan bahwa *positive religious coping* merupakan hubungan spiritual dan dukungan spiritual yang menjadi salah satu strategi dalam pemecahan masalah. Pola *positive religious coping* dipilih menjadi variabel penelitian ini karena akan mengungkap keyakinan individu terhadap Allah dan hubungan Allah dengan makhluk-Nya dalam menghadapi segala keadaan termasuk untuk menjelaskan bagaimana hubungan Allah dengan individu yang telah pensiun guna meningkatkan *subjective well-being* yang perlu dimiliki oleh para pensiunan.

Berdasarkan pemaparan singkat tentang latar belakang permasalahan dan kajian pustaka di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk memahami secara empirik terkait hubungan antara *positive religious coping* dan *subjective well being* pada karyawan yang telah pensiun yang berada di kota Cirebon Jawa Barat. Adapun hipotesis dari penelitian ini yaitu akan ada hubungan antara *positive religious coping* dan *subjective well being* pada karyawan yang telah pensiun.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi hubungan antara *positive religious coping* dan *subjective well-being* pada karyawan yang telah pensiun di kota Cirebon.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah sebagai pengetahuan tambahan terkait mengembangkan ilmu pengetahuan *positive religious coping* dan *subjective well-being*. Manfaat lain dari penelitian ini yaitu penambahan pengetahuan mengenai bagaimana karyawan yang telah pensiun dapat memiliki strategi tertentu berdasarkan pandangan islam agar memiliki kebahagiaan hidup setelah masa pensiun.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dalam penelitian ini adalah untuk menambah pengetahuan setiap individu, terutama karyawan yang telah pensiun mengenai *positive religious coping*. Harapannya ketika individu tersebut mampu memahami *positive*

religious coping, maka karyawan yang telah pensiun mampu menciptakan penilaian kognitif dan emosi secara positif pada masa pensiun.

D. Keaslian Penelitian

Fokus penelitian ini ialah pada variabel *subjective well being*. Terdapat beberapa penelitian yang memiliki tema *subjective well being* seperti penelitian yang pernah dilakukan oleh Allemand, Hill, Ghaemmaghami dan Martin (2010) dengan judul *Forgivingness and subjective well-being in adulthood: the moderating role of future time perspective* yang menghubungkan dengan variabel pemaafan. Penelitian ini menggunakan teori *subjective well being* dari beberapa tokoh Diener, Emmons, Larsen dan Griffin (1985) yang mengadopsi pendekatan studi kuantitatif dengan mendistribusikan dua set kuisioner, kuisioner yang pertama yaitu *the Satisfaction with Life Scale* (SWLS) yang kedua yaitu *the Life Orientation Test* (LOT-R) yang diberikan pada 962 orang dewasa dengan rentang usia dari 19-84 tahun.

Chang (2009) melakukan penelitian dengan judul *Religious attendance and subjective well being in an Eastern-culture country : empirical evidence from Taiwan* menghubungkan dengan kehadiran akan agama. Penelitian ini menggunakan teori dari beberapa tokoh seperti Kahneman, Diener, dan Schwartz (1999) serta Frey dan Stutzer (2002) yang menggunakan teknik survey yaitu *Taiwan social change survey* (TSCS) yang akan menyediakan informasi tentang keseluruhan tingkat kebahagiaan seperti hubungan interpersonal, kesehatan, perkawinan dan status keuangan yang diberikan kepada 1925 orang dewasa dengan rentang usia dari 20-64 tahun.

Penelitian oleh Froh, Yurkewicz dan Kashdan (2009) dengan judul *Gratitude and subjective well being in early adolescence : examining gender differences* yang menghubungkan dengan kebersyukuran sebagai variabel independen. Penelitian ini menggunakan teori dari Diener, Suh, Lucas dan Smith (1999) dan Lyubomirsky, King dan Diener (2005) serta mendistribusikan satu alat ukur yaitu *the Brief Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale* (BMSLSS) yang akan menilai kepuasan terhadap kehidupan keluarga, persahabatan dan diri sendiri terhadap lingkungan yang diberikan kepada 154 mahasiswa.

Bestari (2016) melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara koping religius dan kesejahteraan subjektif pada lansia”. Penelitian ini menggunakan teori kesejahteraan subjektif dari Diener, Lucas dan Oishi (2005) dan teori koping religius dari Aflakseir dan Coleman (2011) serta menggunakan alat ukur PANAS dan PMIR yang diberikan pada lansia berusia di atas 60 tahun sebanyak 85 orang.

Keaslian penelitian ini dapat dilihat dengan membandingkan penelitian ini dengan penelitian di atas pada beberapa aspek berikut ini :

1. Keaslian topik

Penelitian ini sama dengan penelitian Allemand, Hill, Ghaemmaghami dan Martin (2010), Chang (2009), Froh, Yurkewicz dan Kashdan (2009) serta Bestari (2016) yang menggunakan *subjective well being* sebagai variabel tergantung yang diangkat pada penelitian ini.

2. Keaslian teori

Penelitian ini sama dengan penelitian Allemand, Hill, Ghaemmaghami dan Martin (2010), Chang (2009), Froh, Yurkewicz dan Kashdan (2009) serta Bestari (2016) yang menggunakan teori *subjective well being*, namun teori *subjective well being* yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada Diener, Suh, dan Oishi (1997).

3. Keaslian subjek

Subjek penelitian ini berbeda dengan penelitian Allemand, Hill, Ghaemmaghami dan Martin (2010), Chang (2009), Froh, Yurkewicz dan Kashdan (2009) serta Bestari (2016) karena subjek pada penelitian ini yaitu 200 orang yang sedang menjalani masa pensiun yang berada di kota Cirebon Jawa Barat dengan rentang usia 55 tahun – 75 tahun.

4. Keaslian alat ukur

Pada penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dengan mendistribusikan dua set kuisioner untuk mengukur *subjective well-being*. Alat ukur pertama yaitu *Satisfaction With Life Scale* (SWLS; Diener, Emmons, Larsen dan Griffin, 1985) sama dengan yang digunakan pada penelitian Allemand, Hill, Ghaemmaghami dan Martin (2010) yang mengadopsi pendekatan studi kuantitatif dengan mendistribusikan *the Satisfaction with Life Scale* (SWLS) dan kedua yaitu *Scale of Positive and Negative Experience* (SPANE; Diener, dkk, 2009) dan untuk mengukur *positive religious coping* menggunakan subskala *Islamic Religiousness Coping Short Form* (IRC-SF: Abu Raiya, 2008) serta

peneliti menambahkan alat ukur *Social Desirability Scale Short Form A* (Reynolds & Gebrasi, 1982) sebagai variabel kontrol pada penelitian ini.

