

PENELITIAN

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP KECEMASAN
MENGHADAPI PENSIUN PADA PEGAWAI NEGERI SIPIL
UNIVERSITAS ANDALAS PADANG TAHUN 2012**



Oleh

NICKE ASVIRANDA RISBI

0810322013

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG

2012

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Bekerja merupakan salah satu kebutuhan manusia. Sebab, dengan bekerja manusia akan dapat memenuhi kebutuhannya, yaitu (1) kebutuhan fisik dan rasa aman yang diartikan sebagai pemuasan terhadap rasa lapar, haus, tempat tinggal, dan perasaan aman dalam menikmati semua hal tersebut, (2) kebutuhan sosial, yang menunjukkan ketergantungan satu sama lain sehingga beberapa kebutuhan dapat terpuaskan karena ditolong orang lain, dan (3) kebutuhan ego yang berhubungan dengan keinginan untuk bebas mengerjakan sesuatu sendiri dan merasa puas bila berhasil menyelesaikannya (Strauss dan Seyle, dalam Isnaini, 2009). Melepaskan pekerjaan yang telah dilakukan sehari-hari akan menumbuhkan kecemasan, terutama pada calon pensiun.

Berdasarkan data dari Badan Kepegawaian Daerah (2008), batas usia pensiun (BUP) bagi Pegawai Negeri Sipil adalah 56 tahun, BUP ini dapat saja diperpanjang menjadi 58 tahun, 60 tahun, 63 tahun, 65 tahun, atupun 70 tahun. Perpanjangan usia pensiun dari normalnya 56 tahun dapat terjadi karena berbagai alasan, seperti karena memangku suatu jabatan tertentu. Berdasarkan undang-undang No. 11/1992, pensiun adalah hak seseorang

untuk memperoleh penghasilan setelah bekerja sekian tahun dan sudah memasuki usia pensiun atau sebab-sebab lain sesuai dengan perjanjian yang telah ditetapkan. Beverly (dalam Hurlock, 1994) mengungkapkan bahwa pensiun seringkali dianggap 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 problem serius (kejiwaan maupun fisik).

Solinge (2007) dalam penelitiannya menambahkan bahwa ketika individu mengalami pensiun, kesehatan cenderung menurun akibat dari pensiun. Tanpa adanya stimulus kondisi pensiun, seseorang dalam menghadapi pensiun telah mengalami kecemasan akan tugas perkembangannya. Dalam menghadapi masa pensiun, individu umumnya mengeluarkan berbagai macam reaksi. Hal ini tergantung dari kesiapan dalam menghadapinya. Secara garis besar ada tiga sikap ataupun reaksi yang umumnya dikeluarkan seseorang, yaitu (1) menerima, (2) terpaksa menerima, dan (3) menolak.

Sikap penolakan terhadap masa pensiun umumnya terjadi dikarenakan yang bersangkutan tidak mau mengakui bahwa dirinya sudah harus pensiun (Isnaini, 2009). Penolakan terhadap masa pensiun umumnya terjadi karena seseorang takut tidak dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan tertentu. Saat memasuki masa pensiun, seseorang akan kehilangan peran

sosialnya di masyarakat, prestis, kekuasaan, kontak sosial, bahkan harga diri juga akan berubah karena hilangnya peran (Eyde dalam Eliana, 2003). Penolakan terhadap masa pensiun seringkali memicu masalah-masalah tertentu. Hamidah (2004) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa dari 30 pensiunan yang diteliti, terdapat 46,6% peserta yang mengalami cemas dengan kategori tinggi. Kondisi seperti ini muncul ketika seseorang tidak mampu menerima kondisi pensiun dengan baik, sehingga muncullah gangguan psikologis dan ketidaksehatan mental seperti cemas, stres, dan bahkan depresi.

Atkinson (1996) mengemukakan bahwa individu yang mengalami kecemasan akan terus-menerus mengkhawatirkan segala macam masalah yang mungkin terjadi dan sulit berkonsentrasi untuk mengambil keputusan. Ditambahkan oleh Rumke (dalam Hurlock, 1996) kecemasan sering muncul pada saat individu akan menghadapi masa pensiun, hal ini disebabkan dalam menghadapi pensiun, dalam diri individu terjadi guncangan perasaan yang begitu hebat karena individu harus meninggalkan pekerjaannya, teman-temannya dan segala aktivitas lain yang mereka peroleh selama masih bekerja. Berdasarkan Penelitian Gantina Komalasari, Kecemasan menghadapi pensiun: studi mengenai hubungan antara makna hidup, dukungan sosial, dan sikap dengan kecemasan menghadapi pensiun pada Pegawai Negeri Sipil di DKI Jakarta (<http://lontar.ui.ac.id>). Berdasarkan hasil analisis deskriptif, menunjukkan PNS yang MPP pada umumnya memiliki Makna Hidup yang

tinggi, Dukungan Sosial yang tinggi, Sikap yang positif terhadap pensiun dan Kecemasan yang rendah dalam menghadapi pensiun.

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. Penelitian yang dilakukan oleh Setyaningsih (2008) yang berjudul "Hubungan antara dukungan social dengan Tingkat kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai Negeri Sipil di Pemerintahan Kabupaten Rembang" diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan social dengan tingkat kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai negeri sipil di Pemerintahan Kabupaten Rembang.

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.

Salah satunya Persiapan psikologis (kesiapan kecerdasan emosional) karena kondisi emosional tersebut dapat membuat pegawai yang akan menghadapi masa pensiun melakukan masa transisi dari sebuah kehidupan kerja menjadi kehidupan tanpa bekerja menjadi tidak terlalu terbebani dengan keadaan pensiun tersebut (Mulyono dalam Pensiun Dini 2011). Kecerdasan emosi bertujuan untuk meningkatkan kemampuan seseorang dalam mengelola emosi baik pada diri sendiri maupun terhadap orang lain, dan menggunakannya secara efektif untuk memotivasi diri dan bertahan terhadap frustrasi, tekanan, stres kerja.

Menurut Daniel Goleman dalam bukunya, *Emotional Intelligence*, emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran-pikiran khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Sedangkan Anthony Robbins (penulis *Awaken the Giant Within*) menunjuk emosi sebagai sinyal untuk melakukan suatu tindakan. Banyak bukti memperlihatkan bahwa orang yang secara emosi dapat mengetahui dan menangani perasaan mereka sendiri dengan baik, dan yang mampu membaca dan menghadapi perasaan orang lain dengan efektif memiliki keuntungan dalam setiap bidang kehidupan, entah itu dalam hubungan asmara dan persahabatan, hubungan kerja, ataupun ketika akan memasuki masa berhenti dari bekerja (Goleman, 2000). Emosi mewarnai cara berfikir manusia dalam menghadapi konflik, tetapi bila emosi sudah mencapai intensitas yang begitu tinggi manusia menjadi sulit berfikir secara efisien.

Menurut Ohman & Soares (1998) sistem emosi mempercepat sistem kognitif untuk mengantisipasi hal buruk yang mungkin akan terjadi. Stimuli yang relevan dengan rasa takut menimbulkan reaksi bahwa hal buruk akan terjadi. Terlihat bahwa rasa takut mempersiapkan individu untuk antisipasi datangnya hal yang tidak menyenangkan yang mungkin akan terjadi. Secara otomatis individu akan bersiap menghadapi hal-hal buruk yang mungkin terjadi bila muncul rasa takut. Seseorang yang ingin memasuki masa pensiun sering kali merasa malu karena menganggap dirinya sebagai “pengangguran” sehingga menimbulkan perasaan-perasaan minder, rasa tidak berguna, tidak dikehendaki, dilupakan, tersisihkan, tanpa tempat berpijak dan seperti “tanpa rumah”. Untuk itu kecerdasan emosi sangat penting peranannya agar dapat berfikir secara matang baik dan objektif. Begitu pula dalam persiapan menghadapi masa pensiun kecerdasan emosi berperan penting penurunan kecemasan.

Hasil wawancara dengan beberapa Pegawai Negeri Sipil yang akan menghadapi masa pensiun di Universitas Andalas, 5 dari 6 pegawai mengungkapkan kecemasan yang terjadi muncul karena berbagai hal yaitu, (1) adanya ketakutan akan ketidaktercukupi 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, (2) kehilangan jabatan dan fasilitas bagi mereka yang sudah memegang jabatan, cemas akan kehilangan sumber pencarian setelah memasuki pensiun dan memiliki

bayangan tidak akan dihargai setelah memasuki masa pensiun (3) kehilangan pekerjaan padahal anak-anaknya masih bersekolah. Ia bingung bagaimana akan melanjutkan kehidupannya dengan uang pensiun yang dianggap tidak cukup (hasil wawancara 30 - 31 januari 2012). Hal ini berbeda dengan SA, dapat dikatakan tidak cemas karena berfikir masa pensiun bukan masa kehilangan sumber pencarian melainkan masa yang harus dinikmati dimasa tua nantinya sehingga ia telah siap dalam psikologis, finansial, dan mental pada saat pensiun tiba . Uraian di atas dapat diinterpretasi bahwa bagi seseorang yang memasuki masa pensiun akan membutuhkan waktu untuk merubah orientasi kehidupannya dari suasana bekerja ke suasana waktu luang yang panjang, Martens dan Walton (Gunarsa dkk, 1996) menyatakan bahwa untuk mengatasi kecemasan, maka individu harus menyadari kemampuan dirinya, dapat berpikir positif, mempunyai tujuan atau cita-cita yang jelas, mengerti makna dan usahanya dan dapat menerima keadaan.

Penelitian yang dilakukan oleh Holmes dan Rahe bahkan, mengungkapkan bahwa pensiun menempati rangking 10 besar untuk posisi stres (dalam Eliana, 2003). Kekhawatiran, kecemasan dan ketakutan yang berkelanjutan akan berdampak pada keseimbangan emosional individu dan akhirnya akan termanifestasi dalam berbagai keluhan fisik, keadaan seperti itu dikenal dengan sebutan *post power syndrome* (Hawari, 2005). Oleh karena itu kesiapan individu baik mental maupun spiritual sangatlah penting dalam menghadapi masa pensiun (Kartono, 2000).

Melihat fenomena di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun pada Pegawai Negeri Sipil di Universitas Andalas Padang.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah : “Apakah Terdapat Hubungan Kecerdasan Emosional Terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun pada Pegawai Negeri Sipil Universitas Andalas Padang”

C. TUJUAN PENELITIAN

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini meliputi :

1. Tujuan Umum

Menjelaskan Hubungan Kecerdasan Emosional Terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun pada Pegawai Negeri Sipil Universitas Andalas Padang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui distribusi frekuensi Kecerdasan Emosional Pegawai Negeri Sipil Universitas Andalas Menghadapi Masa Pensiun.
- b. Mengetahui distribusi frekuensi Kecemasan Pegawai Negeri Sipil Universitas Andalas Menghadapi Masa Pensiun.

- c. Menganalisa peran Kecerdasan Emosional Terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun pada Pegawai Negeri Sipil Universitas Andalas Menghadapi Masa Pensiun

D. MANFAAT PENELITIAN

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat :

1. Bagi Pegawai Negeri Sipil

Dapat membantu memberikan informasi atau gambaran mengenai dampak kecerdasan emosi terhadap kecemasan pada Pegawai Negeri Sipil yang memasuki masa pensiun, bermanfaat juga bagi subjek untuk lebih dapat mempersiapkan kondisi mental atau emosinya dalam menghadapi masa pensiun, sehingga para pegawai tersebut dapat menghadapi masa pensiun dengan kondisi yang lebih baik dan stabil.

2. Bagi Institusi

Mendapatkan sumber informasi dan referensi pada umumnya bahwa kecerdasan emosi dapat mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi masa pensiun.

3. Bagi penelitian

Sebagai bahan penyusunan penelitian juga bermanfaat langsung dalam memperluas pandangan serta pengetahuan tentang Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Pegawai Negeri Sipil Universitas Andalas.

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada Pegawai Negeri Sipil Universitas Andalas Padang tahun 2012, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Lebih dari separuh responden memiliki kecerdasan emosional yang sedang.
2. Sebagian besar responden memiliki kecemasan rendah dan sedang menghadapi pensiun.
3. Terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi pensiun Pada Pegawai Negeri Sipil Universitas Andalas Padang Tahun 2012. Yang mana didapatkan hasil semakin tinggi kecerdasan emosional Pegawai Negeri Sipil maka akan semakin rendah kecemasan menghadapi pensiun pada Pegawai Negeri Sipil Universitas Andalas.

B. Saran

1. Institusi

Diharapkan pada pihak institusi untuk merealisasikan rencana pelatihan kecerdasan emosional kepada calon pegawai yang akan menghadapi masa

pensiun agar pegawai mampu mengendalikan dorongan hati atau amarah yang ada pada dirinya, terutama bagi pegawai yang sedang masa peralihan dalam menentukan kehidupan yang akan dijalani setelah masa pensiun itu tiba. Dan menjelang masa pensiun tiba hendaknya instansi terkait memberikan pelatihan lain seperti pelatihan kewirausahaan yang dapat dimanfaatkan setelah pensiun pada pegawai yang hendak pensiun.

2. Tenaga Kesehatan

Diharapkan pada tenaga kesehatan khususnya perawat agar dapat bekerjasama dengan pihak institusi khususnya membantu dalam memberikan pendidikan kesehatan mengenai pemenuhan kebutuhan dasar manusia dari segi psikologis, yang didalamnya adalah pentingnya kecerdasan emosional bagi pegawai untuk meminimalkan kecemasan menghadapi masa pensiun yang akan terjadi.

3. Penelitian.

Perlunya dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui faktor-faktor lain yang berkontribusi terhadap kecemasan menghadapi pensiun pada pegawai dan pengaruh pelatihan kecerdasan emosional pada pegawai yang akan pensiun.