

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Lanjut usia (lebih tua) atau jatuh tempo adalah fase terakhir dari siklus hidup individu. WHO (2009) menyatakan bahwa lanjut usia dibedakan menjadi empat golongan, yaitu usia pertengahan (*middle age*) 45-59 tahun, usia lanjut (*older*) 60-74 tahun, (*old*) 75-90 tahun dan usia sangat lanjut (*excluded age*) atau lebih dari 90 tahun. Usia lanjut adalah salah satu kelompok atau populasi dalam bahaya yang jumlahnya terus bertambah. Sesuai penilaian yang dikomunikasikan oleh Stanhope dan Lancaster (2016), lanjut usia dikatakan sebagai populasi dalam bahaya atau beresiko ini memiliki tiga karakteristik risiko kesehatan yaitu, risiko biologi termasuk resiko terkait usia, resiko sosial dan lingkungan serta resiko perilaku atau gaya hidup.

Masalah normal serta utama dan umum yang dialami di usia lanjut biasanya seperti keterbatasan fisik yang sangat ketat, ketergantungan perasaan semakin kurang berguna, dan perasaan terisolasi oleh lingkungan. Di usia lanjut, biasanya seorang individu akan menghadapi berbagai macam masalah dan tantangan. Masalah utama adalah penurunan kapasitas yang menyebabkan penurunan kekuatan, penurunan latihan harian atau aktifitas fisik sehari - hari, sering mengalami kondisi kesehatan yang menyebabkan lansia kehilangan energi. Dampak dari semua itu, individu yang berada di usia lanjut merasa dirinya pada saat ini tidak penting atau kurang dihargai dengan lingkungannya saat ini (Afrizal, 2018).

Masalah khusus yang muncul di masa usia lanjut adalah karena mereka tidak dapat menyelesaikan tanggung jawab atau tugas perkembangan mereka secara optimal. Secara garis besar seperti yang ditunjukkan oleh Havighurst (dalam Afrizal, 2018), tugas – tugas perkembangan di usia lanjut

meliputi: menyesuaikan diri dengan penurunan kekuatan fisik dan kesehatan, menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya *income* (penghasilan kepada keluarganya, penyesuaian terhadap meninggalnya seorang teman dan pasangan, membentuk asosiasi dengan orang-orang pada usia yang sama menyusun rencana aktual yang menyenangkan, menyesuaikan dengan pekerjaan ramah yang luas.

Berdasarkan tugas perkembangan usia lanjut yang dikemukakan oleh Havighurst (dalam Afrizal, 2018) diatas yang mengatakan bahwa “lansia diharapkan mampu menyesuaikan diri dengan masa pensiunan dan berkurangnya *income* atau penghasilan untuk keluarganya” artinya lansia diharapkan mampu mempersiapkan diri serta dapat menyesuaikan diri untuk menjalani kehidupan yang baru, pada saat pensiun baik secara psikologis ataupun finansial. Jika lansia mampu menyelesaikan suatu tahap perkembangan dengan penyesuaian diri yang baik dan optimal, maka akan lebih mudah bagi lansia untuk mengambil tahap perkembangan berikutnya. Demikian pula, jika seorang lansia yang telah mengundurkan diri atau pensiun mampu menyelesaikan tugas perkembangannya pada masa pensiun maka individu tersebut mencapai kesuksesan dan kesejahteraan maupun usia yang optimal di hari tuanya nanti.

Pensiun sendiri bisa diartikan sebagai suatu masa transisi ke pola hidup yang baru sehingga pensiun selalu menyangkut perubahan peran, perubahan keinginan dan nilai serta perubahan keseluruhan terhadap pola hidup individu, sehingga pensiun merupakan hal yang sulit untuk dijalani jika keadaan baru setelah pensiun terasa asing, tidak jelas dan segala sesuatunya menjadi dipertanyakan. Setelah individu mengundurkan diri atau tidak bekerja, seseorang akan mulai dipenuhi dengan ketakutan, stres dan ketegangan Shives (dalam Setyaningsih dan Mu'in, 2013). Dari pengertian tersebut dan yang dikemukakan oleh Shives dapat disimpulkan bahwasanya tidak mudah bagi individu ataupun seseorang mampu menerima masa pensiun

dengan mudah dikarenakan terjadinya perubahan – perubahan situasi yang baru, terutama bagi lansia itu sendiri. Ada beberapa perubahan - perubahan pada saat lansia menjalani masa pensiun yaitu perubahan mulai dari aktivitas sehari – hari yang awalnya bekerja menjadi tidak bekerja, yang awalnya memiliki keterlibatan sebuah peran ditempat kerjanya menjadi sudah tidak ada lagi, perubahan secara finansial yaitu menurunnya pendapatan, adanya perubahan relasi pada lingkungan sosialnya, adanya penurunan kesehatan dikarenakan usianya yang semakin bertambah (dalam Santrock, 1995). Sehingga dengan adanya perubahan – perubahan yang terjadi menimbulkan ketidaknyamanan sehingga terkadang lansia timbul rasa cemas ketika memasuki masa pensiun.

Lanjut usia terkadang beranggapan atau melihat pensiun sebagai ancaman terhadap pemenuhan kebutuhan hidup dan keluarga yang tidak terpenuhi (Pieter dan Lubis, 2010). Berdasarkan teori penarikan diri, dijelaskan bahwa kemiskinan atau penurunan penghasilan yang dialami oleh lansia yang lebih tua dan status kesejahteraan yang berkurang membuat lansia secara bertahap akan menyebabkan lansia menarik diri dari pergaulan (Maryam, 2008). Pada dasarnya kebanyakan lansia dan dalam batinnya masih menginginkan untuk tetap bekerja, sehingga hal tersebut mengakibatkan timbulnya suatu konflik antara keinginan dan kenyataan yang dihadapi saat ini. Hal tersebut tentunya akan berpengaruh di masa tuanya, lansia yang pensiun bukannya bisa menikmati masa tuanya dengan hidup santai, bahagia dan sejahtera, bahkan sebaliknya para pensiunan lansia akan mengalami masalah – masalah serius, baik itu masalah fisik maupun psikologis. Sebenarnya ada banyak hal – hal yang positif dan juga bisa ditemukan dibalik masa pensiunan, misalnya seseorang lansia yang sedang pensiun dapat meningkatkan kondisi tubuh ataupun terkait dengan kesehatan fisiknya dan juga banyaknya waktu luang yang banyak diperoleh setelah pensiun, ditambah lagi dengan berkurangnya beban dan juga tekanan pekerjaan yang di jalani

lansia setiap harinya. Hal yang tak kalah penting ialah pada saat pensiun lansia mendapat banyak kesempatan yang menyenangkan seperti aktif di kegiatan sosial, berkumpul dengan keluarga dan juga pasangannya.

Faktanya, berdasarkan data awal yang didapat oleh peneliti didapatkan bahwa para lansia pensiunan umumnya belum dapat mengenali dan mengelola pensiun mereka dengan baik dan optimal. Reaksi individu dalam menerima dan menghadapi masa pensiun juga akan mempengaruhi kesejahteraan dan kebahagiaan itu sendiri yang ditimbulkan oleh beberapa unsur dan faktor - faktor, termasuk respon lansia yang percaya bahwa masa pensiun adalah masa yang menyedihkan karena seseorang akan kehilangan aktivitas kerja normalnya yang telah dilakukannya selama hidupnya, kehilangan identitas yang sudah terjalin sejak lama, yang dulunya lansia merasa banyak berinteraksi dengan teman sebaya di tempat kerja dan secara teratur menangani pekerjaan bersama namun setelah pensiun kini tidak lagi, hal tersebut tentunya akan menyebabkan lanjut usia merasa tidak punya pilihan untuk menghadapi masa pensiun dan diliputi perasaan sedih. Reaksi seperti itu tentunya akan mempengaruhi *well being* pada lansia yang berada di masa pensiunan Eliana (2003). Berdasarkan hasil wawancara didapatkan beberapa faktor yang mempengaruhi diantaranya: faktor demografi yaitu pendapatan, pekerjaan dan juga faktor hubungan sosial diantaranya: kebutuhan sehari hari yang masih belum sepenuhnya terpenuhi dari penghasilan yang diperoleh (pada responden yang sudah pensiun  $\geq 5$  tahun), kurangnya hubungan sosial dengan keluarga yang awalnya lansia yang pensiun memiliki relasi teman yang banyak di tempat kerja kini hubungan relasi tersebut menjadi berkurang pada saat lansia pensiun, aktivitas ataupun kegiatan lansia yang awalnya bekerja setiap pagi ke sekolah (madrasah) kini sudah tidak bekerja sebagai guru lagi, hal tersebut tentunya berpengaruh terhadap kehidupan lansia di setiap harinya.

Berdasarkan informasi dari kantor pengukuran Wilayah Jawa Timur, jumlah Pegawai Negeri Sipil di Situbondo sebanyak 8.535 orang. Angka absolut tersebut terdiri dari 4.997 laki-laki dan 3.538 perempuan pada 2014 hingga 2018. Secara resmi, perwakilan yang bekerja di Kantor Pemerintahan seperti pegawai pemerintah dan di instansi BUMN/BUMD, akan menjalani masa pensiun setelah tiba di usia 56 tahun. (PP No. 32 Tahun 1979), selain instruktur/pendidik, analis dan pekerja dengan jabatan tertentu yang mengundurkan diri pada usia 60 tahun (PP No. 65 Tahun 2008) dan 58 tahun untuk TNI (UU RI No. 34 Tahun 2004 ) dan POLRI (PP No. 1 2003). Sesuai jadwal, setiap pekerja yang bekerja secara resmi harus mengundurkan diri atau berhenti bekerja karena diidentikkan dengan usia (Rufaida 2013). Pensiun secara teratur mempengaruhi keadaan dan kekuatan orang. Susanto (2013) mengatakan bahwa individu yang mendekati masa pensiun menimbulkan resiko terserang *stroke* dua kali lebih besar dibandingkan dengan orang yang tidak menjalani masa pensiun.

Masa pensiun sendiri tidak dapat dihindari bagi seorang yang memiliki pekerjaan, ketika seseorang sudah memasuki masa pensiun mau tidak mau pasti akan dihadapi oleh sebagian pekerja yang telah memasuki usia lanjut. Ketidaksiapan lansia menghadapi masalah pensiun di masa tuanya tentunya mempengaruhi banyak hal dalam hidupnya terutama *subjective well being* pada lansia itu sendiri. Tidak dipungkiri lagi jika hampir semua orang menginginkan kesejahteraan (*subjective well-being*), termasuk juga para pensiunan dan calon pensiunan di masa tuanya. Berdasarkan data yang diperoleh peneliti masih banyak para lansia pensiunan terkadang lupa melakukan persiapan ketika memasuki masa pensiun seperti persiapan membuat perencanaan anggaran keuangan sebelum masa pensiun tiba, mempersiapkan kondisi fisik dan juga mental, selalu mencoba berfikir positif atas semua hal dan apa yang telah dicapai selama ini. Persiapan- persiapan seperti itu tentunya sangat berguna untuk dilakukan guna menghadapi

perubahan. Persiapan juga penting dilakukan oleh lansia pensiunan yang berguna untuk menghadapi masa masa yang baru dimana seseorang akan terlepas dari tanggung jawab terhadap pekerjaannya dan kehilangan kesibukannya yang dilakukan setiap harinya saat bekerja. Hal tersebut diperkuat oleh pendapat Johanes Papu yang menyatakan bahwa persiapan dan perencanaan yang dibuat sebelum pensiun akan memberikan kepuasan dan kepercayaan pada individu yang bersangkutan.

Persiapan yang dilakukan oleh seorang yang menghadapi masa pensiun penting untuk dilakukan dan direncanakan sejak jauh – jauh hari sebelum masa pensiun tersebut datang. Pentingnya melakukan perencanaan dan persiapan sebelum masa pensiun datang juga didukung oleh pendapat Elia (2017) yang menyatakan bahwa persiapan masa pensiun jika tidak direncanakan sama sekali, seseorang hanya akan hanyut ke masa pensiun, dan mungkin memasuki suatu keadaan yang kacau yang akan menyebabkan frustrasi. Kesiapan menghadapi masa pensiun merupakan kesiagaan, kesediaan dan penerimaan individu terhadap perubahan yang akan terjadi, dimana seorang lansia tidak lagi bekerja seperti biasanya karena telah memasuki masa pensiun. Dalam menghadapi masa pensiun banyak lansia pensiunan yang merasa takut, khawatir ditambah di kondisi pandemi *covid*, dimana kondisi tersebut tentunya diluar perencanaan yang telah dibuat lansia. Mobilitas yang terbatas sebagai akibat dari pemberlakuan kebijakan pembatasan sosial menjadikan lansia pensiunan menjadi terbatas ruang geraknya, hal tersebut tentunya membuat lansia menjadi frustrasi ketika berada tetap di rumah. Kurangnya persiapan dan perencanaan berdampak pada kesehatan mental dan kesejahteraan subjektif dalam hidupnya yang dikarenakan lansia memerlukan waktu yang cukup lama untuk menerima kenyataan bahwa akan memasuki fase pensiun, menghadapi kegiatan yang baru hingga lingkungan pertemanan yang berbeda, tentu saja hal tersebut menjadi suatu hal yang mengkhawatirkan. Kekhawatiran tersebut akan merujuk pada munculnya

perasaan tidak nyaman, ketakutan berlebih bahkan menjadi stressor bagi individu, sehingga berdampak pada kesejahteraan subjektif pada lansia ketika memasuki masa pensiun. Kesejahteraan subjektif bagi pensiunan tentunya sangat penting agar pensiunan tersebut dapat menikmati kehidupan pensiun dengan nyaman, tenang dan terhindar dari gangguan psikologis. Oleh karena itu diperlukan adanya kesiapan menghadapi pensiun untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan ketika memasuki masa pensiun, dengan persiapan yang matang akan memberikan rasa kepuasan dan rasa percaya diri pada individu yang nantinya akan berdampak pada *subjective well being* lansia itu sendiri pada saat pensiun.

Jika diuraikan kesejahteraan subjektif sendiri adalah penilaian individu terhadap dirinya sendiri dan evaluasi ini dapat didasarkan pada reaksi kognitif dan emosional Diener (dalam Diponegoro, 2013). Penilaian yang dimaksud adalah penilaian individu terhadap hidupnya yang mencakup penilaian kognitif atas pemenuhan hidupnya dan afektif yaitu penilaian penuh perasaan yang menggabungkan perasaan – perasaan terhadap emosi positif dan negatif yang telah dialami. Pavot dan Diener (2004) menjelaskan bahwa kesejahteraan subjective merupakan salah satu indikator kepuasan pribadi individu dengan prediktor kualitas hidup individu karena *subjective well being* mempengaruhi keberhasilan individu dalam berbagai domain kehidupan. Kepuasan pribadi itu sendiri dipengaruhi oleh mental atau psikologis, sosial, kondisi ekonomi, status keuangan dan masalah finansial yang dapat membuat batas dalam kemampuan individu menjadi mandiri dan memenuhi kebutuhan sehingga akan mempengaruhi kesejahteraan dan kualitas individu (Osborne dkk, 2010). Kesejahteraan subjektif sendiri merupakan aspek atau tujuan terakhir yang diharapkan oleh setiap orang, terutama kaum lanjut usia. Pada masa pensiun, lansia biasanya identik dengan masa-masa penurunan kesejahteraan finansial, fisik, mental, dan sosial. Lingkungan yang stabil dan

jenis pendapatan yang tersedia dapat diakses akan menentukan kesejahteraan ketika memasuki masa pensiun ( Kadarisman, 2011).

Diener, menjelaskan bahwa seseorang dikatakan memiliki kesejahteraan yang tinggi jika ia menemukan pemenuhan hidup, sering merasa kegembiraan, dan jarang merasakan perasaan yang tidak menyenangkan, seperti kesedihan atau kemarahan. Lalu, orang dikatakan memiliki kesejahteraan yang rendah, jika mereka tidak bahagia dengan hidupnya, kurang merasakan kebahagiaan dan cinta, dan lebih banyak merasakan perasaan yang negatif (dalam Couch, 2014).

Berdasarkan aspek *subjective well being* yang dikemukakan oleh Diener, terbagi dalam 2 aspek yaitu: aspek kognitif dan aspek afektif. Menurut Diener aspek kognitif bisa diartikan sebagai evaluasi dari kepuasan hidup. Menurut pendapat Diener evaluasi ini terbagi menjadi dua yaitu secara global dan dominan. Evaluasi global merupakan evaluasi seseorang terhadap kehidupannya secara menyeluruh. Sedangkan kepuasan hidup domain merupakan penilaian dalam mengevaluasi kehidupannya seperti hubungan sosial, keluarga, kesehatan fisik, mental dan pekerjaan. Aspek afektif diartikan sebagai peristiwa yang terjadi di dalam hidup seseorang yang berkaitan dengan mood dan emosi. Berdasarkan uraian diatas didapatkan data pada aspek kognitif secara domain, bahwasanya: responden merasa kurang bersyukur dengan keadaan saat ini ditambah dengan situasi pandemi, responden juga merasa kurang mampu dalam menyesuaikan diri terhadap perubahan pekerjaan seperti meninggalkan status yang telah responden sandang sebagai seorang guru yang awalnya responden memiliki aktivitas mengajar setiap pagi kini hanya bekerja sebagai buruh tani saja hal tersebut terjadi karena kurangnya perisapan yang dilakukan oleh responden pada saat menghadapi masa pensiun, penurunan penghasilan secara drastis pada saat menjalani masa pensiun yang dimana pada saat mengajar dulu responden memiliki penghasilan tetap meskipun tidak banyak dari pekerjaannya sebagai

guru madrasah, pada saat awal pensiun responden memiliki bayangan untuk tidak dihargai lagi orang-orang sekitar ataupun lingkungan sekitar, responden juga mengatakan bahwa apabila ada kegiatan perkumpulan (arisan) responden jarang sekali mengikuti arisan tersebut sehingga berkurangnya sosialisasi dengan kelompok pensiunan lainnya membuat responden memiliki relasi yang sedikit pada saat pensiun sekarang, hal-hal tersebut tentunya berpengaruh terhadap kepuasan hidup seseorang terutama lansia pensiunan. Hal tersebut setara dengan pendapat Monks (2002) yang mengatakan bahwa lanjut usia akan memiliki tingkat kepuasan hidup yang tinggi ketika individu tersebut tetap aktif bersosialisasi atau menggunakan teori aktivitas dalam hidupnya, responden juga mengatakan bahwasanya kehidupan. Dapat disimpulkan bahwa pendapatan, kesehatan, gaya hidup yang aktif, serta jaringan pertemanan dan keluarga dikaitkan dengan kepuasan hidup orang-orang dewasa lanjut melalui cara yang dapat diduga mempengaruhi *subjective well being* seseorang. Dari beberapa hasil data yang didapat pada responden dapat disimpulkan bahwa lansia tersebut cenderung belum mencapai kepuasan hidup yang kurang optimal, padahal idealnya orang lanjut usia dapat hidup bahagia setelah melewati setiap tahap perjalanan kehidupannya.

Sedangkan berdasarkan aspek afektif didapatkan data diantaranya: responden merasakan perasaan negatif terkait masa pensiunnya, yaitu munculnya perasaan khawatir menghadapi pensiun (pada awal pensiun) adanya perasaan khawatir jika setelah pensiun responden akan menganggur, perasaan sedih dialami responden ketika responden jauh dengan sanak keluarganya yang membuat responden merasa kesepian ketika malam hari, responden juga merasakan cemas terkait dengan kebutuhan akan ekonomi, perasaan sedih meskipun responden telah mengikuti kegiatan (aktif dalam kegiatan) yang diadakan oleh lingkungan setempat, responden juga mengatakan bahwa ia merasakan perasaan yang positif yaitu dengan adanya dukungan dari pasangan responden dan persiapan yang cukup dalam

menghadapi masa pensiun meskipun arahnya belum jelas terkait dengan finansial.

Umumnya, *subjective well being* pada usia lanjut sangat diperlukan di masa tuanya. Apabila seseorang tidak memiliki *subjective well being* yang tinggi, maka akan sangat mempengaruhi kehidupannya, dampaknya itu ditandai dengan suka merenung, memiliki sifat tertutup, mudah merasakan kesengsaraan (kesedihan) hal ini dapat sangat mempengaruhi kekuatan fisik dan mental. individu, terutama untuk usia lanjut. Menurut Hakim dan Hartati (2014) bahwa *subjective well being* penting bagi usia lanjut, karena dengan adanya perasaan bahagia dapat membantu lansia mengatasi masalah yang mereka alami. Dalam mengembangkan lebih lanjut kesejahteraan subjektif, sebuah teori *bottom up theories* beranggapan perlunya mengubah lingkungan dan situasi yang akan mempengaruhi pengalaman individu, misalnya: pekerjaan yang memadai, lingkungan rumah yang aman, pendapatan/gaji yang layak.

Laporan kebahagiaan yang mengukur kesejahteraan subjektif menurut *Indeks Age Watch Global* dan laporan kebahagiaan dunia, berdasarkan hasil perhitungan pada 2018 lansia yang berusia 60 tahun ke atas dan berasal dari 156 negara yang mewakili proporsi lansia besar, mendapatkan bahwa sepuluh negara dengan jumlah penduduk lansia terbanyak adalah 20 negara dengan perekonomian terbesar dunia. Lansia di sepuluh negara terbanyak yaitu China (155,90 juta jiwa), India (83,54 juta jiwa), Amerika (51,68 juta jiwa), Jepang (34,76 juta jiwa), Rusia (21,12 juta jiwa), Brazil(18,59 juta jiwa), Jerman (17,97 juta jiwa), Indonesia (14,59 juta jiwa), Italia (14,09 juta jiwa), dan Perancis (13,44 juta jiwa). Indonesia berada pada peringkat 96 dari 156 negara, persis dibawah sesama negara ASEAN lainnya seperti Laos dan Myanmar. Adapun negara paling tidak memiliki kebahagiaan dan kesejahteraan subjektif adalah Burundi yang berpenduduk sekitar 11 juta. Sedangkan Indonesia mencatat penurunan yang sangat besar dibanding

dengan laporan kebahagiaan dunia 2017, dari peringkat 81 kini duduk di peringkat 96. Jika dibanding dengan negara ASEAN Indonesia ternyata kurang memiliki kesejahteraan subjektif dan kebahagiaan dibanding Singapura dan Malaysia. Laporan dari PBB tersebut antara lain didasarkan pada pertanyaan sederhana yang *subjective* kepada 1.000 orang lebih di 150 lebih negara. Berdasarkan hasil data tersebut peringkat di Indonesia sangatlah memprihatinkan dimana berada di tingkat rendah untuk pendapatan, status kesehatan dan kemampuan Indonesia untuk kesejahteraan subjektif bagi lansia usia 60 tahun keatas.

Pemaparan uraian diatas yang telah didukung oleh beberapa fakta di Indonesia dengan kesejahteraan lansia di Indonesia yang masih rendah, peneliti tertarik mengkaji lebih jauh tentang gambaran *subjective well being* pada lansia, karena kesejahteraan subjective sangatlah penting dimiliki oleh individu terutama bagi lansia pensiunan guna mencapai kepuasan hidup dan usia yang optimal di masa tuanya. Pensiun dari pekerjaan merupakan sebuah kejadian yang penting yang menandai individu masuk kedalam tahap masa dewasa akhir. Ketika individu memasuki masa pensiun tidak sedikit yang merasa tidak nyaman dengan pergantian status, sehingga masa pensiun rentan terhadap masalah masalah psikologis, terutama jika individu tersebut tidak menemukan jalan keluar dari masalah masalah yang dihadapinya, maka dari diharapkan lansia mampu mengembangkan kesejahteraan di masa tuanya seperti: perlunya mengubah lingkungan dan situasi yang akan mempengaruhi pengalaman lansia, seperti pekerjaan yang memadai, lingkungan yang aman.

*Subjective well being* dapat dikatakan penting bagi lansia karena apabila lansia menganggap bahwa keadaanya setelah pensiun dengan perasaan yang positif, maka lansia bisa lebih mudah dalam menyesuaikan diri dengan keadaannya saat ini, dan akan lebih bahagia serta lebih puas dengan keadaannya tersebut.

Penelitian sebelumnya yang mengkaji tentang kesejahteraan (*subjective well-being*) diantaranya dilakukan oleh Diener (2009), yaitu seseorang dikatakan memiliki *subjective well being* yang tinggi apabila lansia merasakan kepuasan hidup dan sering bersuka cita, serta jarang mengalami emosi yang tidak menyenangkan seperti kesedihan dan kemarahan. Hal ini juga dibenarkan dengan penelitian lainnya Warr (dalam Prastiti, 2005). Datangnya masa pensiun dapat menimbulkan permasalahan karena tidak semua orang siap untuk menghadapinya. Ketidaksiapan dalam menghadapi pensiun umumnya muncul karena ada kekhawatiran tidak dapat memenuhi kebutuhan tertentu setelah pensiun tiba. Pensiun akan memutuskan aktivitas rutin tersebut, selain itu dapat memutuskan rantai sosial yang sudah terbina dengan rekan kerjanya dan yang paling vital adalah menghilangkan identitas seseorang yang sudah melekat begitu lama Warr (dalam Prastiti, 2005).

Penelitian sebelumnya menjadi dasar bagi penelitian ini yang ingin mengkaji lebih jauh tentang bagaimana gambaran *subjective well being* pada lansia pensiunan, terutama lansia yang mengikuti kegiatan arisan (patembayang) di Kecamatan Banyuputih. Permasalahan yang biasa muncul pada lansia menjelang masa pensiun adalah kecemasan. Akibat yang paling buruk pada pensiunan yang belum siap menghadapai adalah bisa mengakibatkan depresi dan bunuh diri (Hurlock, 1980). Lansia biasanya lebih rentan terhadap masalah psikologis, yang apabila dibiarkan tentunya akan mempengaruhi kesejahteraannya ataupun kebahagiaannya di masa tua. Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa penelitian ini peneliti akan berfokus pada bagaimana gambaran *subjective well being* pada lansia pensiunan yang mengikuti arisan (patembayang) di Kecamatan banyuputih.

*Subjective well being* pada pensiunan lansia memerlukan perhatian serius karena apabila lansia tidak mempunyai *subjective well being* yang baik maka lansia tidak akan mencapai kepuasan dalam hidupnya seperti merasa bahagia di masa tuanya, *subjective well being* yang rendah pada lansia akan

menimbulkan permasalahan seperti perasaan yang tidak tenang dan merasa cemas dalam hidupnya. Apabila seorang lansia memiliki kepuasan hidup yang tinggi maka mereka cenderung bersikap lebih bahagia dan lebih puas di masa tuanya. Sehingga diharapkan hasil penelitian ini memberikan manfaat bagi lansia pensiunan ataupun kelompok arisan yang diharapkan membuat program pengembangan bagi kelompok lansia lainnya dan hendaknya para anggota lansia pensiunan dapat memperoleh pengetahuan baru tentang beberapa faktor agar dapat meningkatkan *subjective well being* bagi mereka sendiri.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas maka rumusan masalah dari penelitian ini yaitu bagaimana gambaran *subjective well being* pada lansia pensiunan ?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan diatas, maka tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran *subjective well being* pada lansia pensiunan

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan yang bermanfaat bagi pengembangan teori-teori khususnya terkait dengan *subjective well being* pada lansia dalam bidang psikologi

#### 2. Manfaat Praktis

##### a) Bagi Lansia

Bagi lansia itu sendiri dan masyarakat diharapkan hasil penelitian ini bermanfaat sebagai pembelajaran agar memperhatikan Lansia dengan memenuhi kebutuhan lansia khususnya kebutuhan

psikologis dalam kehidupan sehari-hari terutama yang berkaitan dengan *subjective well being* pada lansia.

b) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi tambahan atau dijadikan sebagai rujukan dengan memperhatikan kelebihan dan kekurangan dari penelitian ini.

### **E. Keaslian Penelitian**

Berdasarkan variabel penelitian “gambaran *subjective well being* pada lansia pensiunan” yang digunakan pada penelitian ini, berikut pemaparan dari penelitian – penelitian yang relevan dengan permasalahan yang akan dibahas:

1. Penelitian yang dilakukan Diponegoro & Mulyono (2015) “Faktor-Faktor Psikologis yang Mempengaruhi Kebahagiaan pada Lanjut Usia Suku Jawa di Klaten” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi kebahagiaan lanjut usia Suku Jawa di Klaten. Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini ialah kualitatif dengan jenis studi fenomenologi. Teknik pengumpulan data dengan observasi dan wawancara terhadap tiga orang objek penelitian. Objek penelitian yaitu tiga orang laki-laki berusia 85 tahun (lanjut usia). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mulyono & Diponegoro didapatkan hasil bahwasanya terdapat 14 faktor yang mempengaruhi kebahagiaan lanjut usia diantaranya : penghasilan, usia, agama, budaya, bersyukur kepada Tuhan, aktivitas fisik, hubungan sosial, memaafkan, kualitas hidup, silaturahmi, sehat, menikah, berhubungan baik dengan anak cucu dan menantu, serta berhubungan baik dengan saudara. Pada penelitian ini juga mengungkapkan bahwa terdapat 13 afek yang mempengaruhi kebahagiaan lanjut usia diantaranya : merasa senang, sabar, suasana tenang, optimis, ayem tenteram, trenyuh, perhatian, bersemangat, tidak

dendam, santai, sopan, senang menolong/memberi, dan tidak takut meninggal/pasrah kepada takdir diusia tua.

2. Penelitian yang dilakukan Priadana & Sukianti (2019) “Penerimaan Diri Dengan *Subjective Well-Being* Pada Lansia Di Panti Werdha” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Penerimaan Diri dengan *Subjective Well-being*. Subyek penelitian adalah lansia yang memiliki karakteristik berusia 60-70 tahun, komunikatif, tidak mengidap demensia atau penurunan fungsional pada otak (pikun), dan masih mempunyai keluarga atau kerabat yang diperoleh sejumlah N = 31 orang lansia. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Pada penelitian didapatkan hipotesa yang berbunyi “*Ada Hubungan Positif Antara Penerimaan Diri Dengan Subjective Well Being Pada Lansia Di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Hargododali Surabaya*”. Hasil penelitian memiliki penerimaan diri yang baik akan memiliki *Subjective Well-being* yang baik pula. Yang artinya, apabila lansia memiliki pandangan positif tentang dirinya, mau mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk yang ada pada dirinya, serta mampu memandang positif kehidupan yang telah dijalannya, maka lansia tersebut akan merasakan kepuasan dalam hidup.
3. Penelitian yang dilakukan Prihandhani (2016) “Hubungan Lama Pensiun Pegawai Negeri Terhadap Tingkat Kecemasan pada Lansia di Lingkungan Candi Baru Gianyar”. Pada penelitian ini peneliti menggunakan penelitian kuantitatif dan menggunakan metode observasional dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi adalah lansia yang sudah pensiun dari pegawai negeri (PNS, TNI, POLRI), tinggal di lingkungan Candi Baru, Gianyar, berjumlah sebanyak 54 orang. Didapatkan hasil pada penelitian ini ialah :
  - a. Responden yang pensiun  $\leq 5$  tahun dan tidak mengalami kecemasan sebanyak 4 (4%) orang.

- b. Responden yang pensiun  $\leq 5$  tahun dan mengalami kecemasan ringan 3 (3%) orang.
- c. Responden yang pensiun  $\leq 5$  tahun dan mengalami kecemasan sedang 0 (0%) orang.
- d. Responden yang pensiun  $\leq 5$  tahun dan mengalami kecemasan berat 0 (0%) orang
- e. Responden yang lama pensiun  $> 5$  tahun dan tidak mengalami kecemasan 5 (5%) orang
- f. Responden yang lama pensiun  $> 5$  tahun dan mengalami kecemasan ringan 7 (7%) orang.
- g. Responden yang lama pensiun  $> 5$  tahun dan mengalami kecemasan sedang 24 (24%) orang.
- h. Responden yang lama pensiun  $> 5$  tahun dan mengalami kecemasan berat 11 (11%) orang

Berdasarkan hasil uraian diatas didapatkan hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Prihandhani bahwasanya terdapat hubungan antara lama pensiun dengan tingkat kecemasan di Lingkungan Candi Baru Gianyar.

4. Penelitian yang dilakukan Aris (2013) “Model Pengembangan *Subjective Well Being* Pada Lansia Pensiunan” hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kemampuan seseorang dalam menyesuaikan diri pada aspek kehidupan dimasa pensiun memengaruhi *subjective well being*. Aspek kehidupan yang dominan memengaruhi *subjective well being* adalah agama, pendidikan yaitu pada penelitian ini adalah pendidikan anak – anaknya, pendapatan, kondisi fisik dan harga diri.
5. Penelitian yang dilakukan Kosalina (2018)“ Kesejahteraan Subjektif Lansia Yang Aktif Dalam Kegiatan Religius”. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam dan menyeluruh mengenai kesejahteraan subjektif lansia yang aktif dalam kegiatan religius. Penelitian ini menggunakan metode wawancara terbuka

agar penulis dapat memperoleh informasi yang sedalam-dalamnya dari subjek. Hasil penelitian yang dilakukan terhadap empat subjek, yaitu E (71 tahun), H (69 tahun), T (67 tahun), dan L (77 tahun) menunjukkan bahwa keempat subjek tersebut memiliki kesejahteraan subjektif, baik secara emosional, psikologis, maupun sosial. Kesejahteraan subjektif ini didapat karena partisipasi para subjek pada kegiatan religiusnya memberi manfaat seperti dukungan sosial, integrasi personal, strategi coping unik, dan memberikan perasaan bermakna dan tujuan hidup.

6. Penelitian sebelumnya menjadi dasar bagi peneliti ingin mengkaji terkait lansia pensiun dengan menggunakan variabel *subjective well being*. Penelitian ini juga didasari oleh penelitian Prihandhani, saran dari penelitian tersebut untuk mengganti variabel lain pada lansia pensiunan. Adapun hal yang membedakan penelitian ini dengan penelitian – penelitian sebelumnya terletak pada metode pengumpulan data, yaitu menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif dan karakteristik responden yaitu lansia yang mengikuti perkumpulan arisan (patembayang).

Pada penelitian ini menggunakan satu variabel yaitu “*subjective well – being*” tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran *subjective well being* pada lansia pensiunan  $60 \pm$ . Jenis penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif deskriptif. Penelitian deskriptif dipilih karena penelitian ini merupakan salah satu jenis penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta dari sifat-sifat populasi atau mencoba menggambarkan fenomena secara detail Yusuf, A. M. (2014). Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik pemilihan *non probability sampling*.