

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa pensiun merupakan masa akhir seorang individu dalam bekerja disuatu tempat kerjanya, seseorang yang telah pensiun akan masuk pada masa transisi pada kehidupan yang baru (Kadarisman, 2017). Perubahan pada kondisi pensiun meliputi perubahan peran, nilai dan keinginan, serta perubahan secara keseluruhan terhadap pola hidup (Rahmat, 2016). Pensiun merupakan salah satu kenyataan sosial yang dialami pada masa tua selain menduda atau menjanda (Safitri, 2013).

Usia pensiun di setiap Negara berbeda, jika di Indonesia, usia rata-rata pensiun seorang pegawai adalah 55 atau 60 tahun. Lain lagi dengan di AS. Aperia Care mencatat usia rata-rata pensiun warga AS adalah 63 tahun, China adalah 55 tahun, Uni Emirat Arab adalah 47 tahun, dan Norwegia adalah 67 tahun (Setiawan, 2017)

Seseorang dengan pekerjaan yang bersinggungan dengan tugas negara, salah satunya Pegawai Negeri.Sipil. Batas usia pensiun (BUP) PNS sudah diatur dalam Undang-undang Aparatur Sipil Negara (ASN). Sebagaimana yang tertuang dalam Pasal 87 ayat 1, huruf c tentang Undang-undang Aparatur Sipil Negara serta batang tubuh pasal 239 tentang Peraturan Pemerintah Nomor 11 Tahun 2017 yang menguraikan bahwa PNS yang menduduki jabatan administrasi memiliki batasan pensiun pada usia 58 tahun. Untuk PNS yang menduduki jabatan tinggi batas usia pensiunnya adalah 60 tahun (Putri & Yusa, 2016).

Menurut Tasdik Kinanto, selaku Komisioner Aparatur Sipil Negara menyebutkan menyampaikan terdapat sekitar 110.000 sampai 120.000 individu dengan pekerjaan PNS yang akan mengalami masa pensiun (Biya & Suarya, 2016).

Berbagai reaksi yang berbeda akan timbul ketika seseorang memasuki masa pensiun. Reaksi-reaksi tersebut salah satunya berhubungan dengan pekerjaan yang dapat

menimbulkan gangguan psikologis dan sosial. Selain beberapa reaksi tersebut, Perubahan fungsi pada lansia juga terjadi pada berbagai aspek seperti fisik, psikososial, kognitif, dan sosial (Kholifah, 2016). Perubahan fungsi ini biasanya mengarah pada penurunan fungsi yang terjadi pada lansia sehubungan dengan penyakit dan tingkat keparahannya. Kondisi ini akan memengaruhi kemampuan fungsional dan kesejahteraannya (Khumaeroh, 2016).

Perubahan psikososial yang terjadi selama proses penuaan akan melibatkan proses transisi dalam kehidupan dan kehilangan. Semakin panjang usia seseorang, maka akan semakin banyak pula transisi dan kehilangan yang harus dihadapi. Transisi hidup, yang mayoritas disusun oleh pengalaman kehilangan, meliputi masa pensiun dan perubahan keadaan finansial, perubahan peran dan hubungan, perubahan kesehatan, kemampuan fungsional dan perubahan jaringan sosial (Pusdatin, 2016).

Perubahan psikososial erat kaitannya dengan keterbatasan produktivitas kerjanya (Wulansari & Wijoyo, 2020). Oleh

karena itu, lansia yang memasuki masa-masa pensiun akan mengalami kehilangan-kehilangan seperti kehilangan finansial karena pendapatan berkurang, kehilangan status atau jabatan serta fasilitas, kehilangan teman atau relasi dan kehilangan pekerjaan atau kegiatan (Subekti, 2017). Kehilangan yang dialami erat kaitannya dengan lansia yang mulai merasakan dan sadar terhadap kematian atau cara hidup, ekonomi akibat pemberhentian dari jabatan, padahal biaya hidup meningkat serta perlunya dana pengobatan bertambah (Wulandari & Lestari, 2018).

Masalah kesehatan juga bisa terjadi sebagai reaksi terhadap perubahan-perubahan yang terjadi, karena masuknya seseorang di masa pensiun. Terdapat beberapa masalah kesehatan salah satunya adalah stroke. Stroke bisa terjadi sesudah individu memasuki masa pensiun. Kondisi ini dapat terjadi akibat pensiunan mengalami gangguan penyesuaian ekonomi. Gangguan yang dimaksud adanya perbedaan penerimaan dan pendapatan ketika masih bekerja dan tidak bekerja (Wulandari & Lestari, 2018). Selain Stroke, Stress juga

banyak dialami pensiunan, data dari penelitian Setianingsih, (2012) menyebutkan tidak kurang dari 32 pensiunan (66,7%) masuk kategori sehat mental, di samping yang berada dalam kondisi gangguan mental ringan berkisar 16 penjawab (33,3%). Stress bisa muncul karena individu tidak mampu menerima dengan baik kondisi pensiun yang dialaminya. Hal tersebut yang akan mengganggu kondisi kejiwaan yang berdampak buruk pada ketidakstabilan batin dan watak, di antara takut berlebihan, risau atau gelisah, perasaan tertekan. Tanda dan perihai sindrom pasca-kekuasaan dicermati dengan perbedaan di saat purna jabatan atau non-aktif kerja baik pekerjaan sebagai pengajar, perkantoran, maupun di pemerintahan.

Efek psikologis akan muncul pada masa transisi ke pensiunan. Efek psikologis yang muncul termasuk gangguan identitas parsial, kelumpuhan keputusan, dan berkurang kepercayaan diri, pengalaman kekosongan pasca pensiun, pencarian keterlibatan yang berarti dalam masyarakat, pengembangan struktur kehidupan/pensiun, pertemuan antara penuaan dan masa pensiun, kecemasan akan kematian,

pemeliharaan hubungan sosial yang kritis, dan aktualisasi diri. Melihat hal tersebut konselor untuk perencanaan pensiun sangat dibutuhkan (Stenling et al., 2021).

Namun tidak semua masa pensiun menjadi masa yang mengalami penurunan kualitas hidup. Persiapan pensiunan telah banyak dilakukan sedini mungkin oleh beberapa Negara di luar Indonesia. Amerika adalah salah satu Negara yang telah menyiapkan rencana pensiunan pekerjaanya. Banyak orang Amerika menghabiskan hidup mereka dengan bekerja keras dan memimpikan hari dimana mereka akhirnya bisa pensiun.

Dari 47,8 juta orang Amerika berusia 65 atau lebih, pendapatan rata-rata hanya \$38.515 dolar, menurut Sensus AS, dan kekayaan bersih rata-rata mereka adalah \$170,516. Dengan demikian, menabung menjadi perencanaan untuk masa pension. Sebuah studi TD Ameritrade, 81% orang Amerika mengalihkan aset sebagai persiapan untuk hidup lebih lama daripada yang dilakukan nenek moyang mereka dengan mengurangi pengeluaran, membeli asuransi jiwa yang terjamin dan memaksimalkan kontribusi mereka untuk rencana pensiun

(Rosenfeld, 2021).

Berdasarkan pembahasan dari latar belakang problematika yang telah diuraikan tersebut, maka secara saksama peneliti ingin meninjau ulang artikel tentang “Upaya dan penatalaksanaan perubahan psikologis di masa Pensiun.”

B. Rumusan penelitian

Berdasarkan latar belakang serta persoalan yang muncul terkait hasil penelitian sebelumnya, Penulis tertarik untuk meninjau kajian yang lebih detail dengan mengajukan kajian ulang melalui pertanyaan, sebagai berikut: bagaimanakah upaya dan penatalaksanaan perubahan psikososial di masa pensiun?

C. Tujuan penelitian

Mengetahui upaya dan penatalaksanaan perubahan psikososial di masa pensiun.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktik

- a. Memberikan pengetahuan serta cara pandang yang positif, khususnya dalam studi *psychiatric nursing* yang

berhubungan dengan “upaya dan penatalaksanaan perubahan psikososial di masa pensiun”.

- b. Memberikan masukan dan menambah wawasan mengenai ilmu keperawatan jiwa pada lansia terutama yang berkaitan dengan “upaya dan penatalaksanaan perubahan psikososial di masa pensiun”.
- c. Meningkatkan kinerja Peneliti terutama dalam melakukan telaah literatur tentang “upaya dan penatalaksanaan perubahan psikososial di masa pensiun”.

2. Manfaat teoritis

Membantu pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan jiwa pada lansia, khususnya yang berkaitan dengan upaya dan penatalaksanaan perubahan psikososial di masa pensiun.

