

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Bekerja adalah kewajiban dan dambaan bagi setiap orang untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, selama individu tersebut mampu untuk bekerja keras dengan cara membanting tulang, memeras keringat dan memutar otak. Bekerja bukan sekedar memperoleh penghasilan bagi kepentingan keluarga, namun terkait dengan mengejar “status sosial” (derajat, pangkat dan jabatan), dan dapat terpandang di mata masyarakat agar lebih berwibawa serta dihormati (Anoraga, 2006). Bekerja dapat memenuhi kebutuhan individu untuk mendapat penghargaan dan kompensasi (Schiamberg dan Smith dalam Sutrisno 2013). Setiap orang mempunyai kepandaian dalam pekerjaan menurut kemampuan dan bidang yang disenangi, baik di lingkungan pemerintah sebagai pengabdian negara dan masyarakat (Anoraga, 2006).

Salah satu profesi pengabdian negara adalah Tentara Nasional Indonesia Angkatan Darat atau disingkat dengan TNI AD. TNI AD adalah salah satu cabang angkatan perang dan merupakan bagian dari Tentara Nasional Indonesia (TNI) yang bertanggung jawab atas operasi pertahanan negara Republik Indonesia di darat. Tugas pokok TNI Angkatan Darat adalah menegakkan kedaulatan negara, mempertahankan keutuhan wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia yang berdasarkan Pancasila dan Undang Undang Dasar

Negara Republik Indonesia Tahun 1945, serta melindungi segenap bangsa dan seluruh tumpah darah Indonesia dari ancaman dan gangguan terhadap keutuhan bangsa dan negara. Tugas-tugas lainnya tercantum dalam PPPA TNI AD TA 2014 (No. 57 Tanggal 16 Desember 2013) yang tertuang dalam lampiran Peraturan Kasad Nomor: Perkasad/57/XII/2013 Tanggal 16 Desember 2013. Menjadi seorang TNI merupakan kebanggaan tersendiri karena bekerja hakikatnya untuk kepentingan diri sendiri, tetapi juga bagi kepentingan yang memberi manfaat pihak lain (Anoraga, 2006). Kartono (dalam Astuti 2018) menyatakan bahwa bekerja merupakan kegiatan sosial yang memberikan penghargaan, status sosial atau prestise sosial untuk menegakan martabat individu tersebut. Akan tetapi kondisi fisik manusia untuk bekerja ada batasannya, semakin tua seseorang, semakin menurun kondisi fisiknya, sehingga produktivitas kerjanya pun menurun. Hal ini menunjukkan bahwa tidak selamanya orang akan bekerja (Astuti, 2018). Berhentinya seseorang dari pekerjaannya yang selama ini ditekuni dan menjadi sumber hidup bagi keluarga, serta tidak lagi bekerja ditempat itu untuk selama-lamanya disebut dengan masa pensiun (Nabari, 2009).

Masa pensiun adalah hal yang wajib dimana individu terpaksa berhenti dari pekerjaannya karena usia yang sudah ditetapkan sebagai batas seseorang berhenti bekerja tanpa pertimbangan suka atau tidak suka (Hurlock, dalam Sutrisno 2013). Usia pensiun pada TNI menurut Undang-undang Nomor. 34 tahun 2004 tentang TNI pasal 53 adalah prajurit melaksanakan tugas keprajuritan

sampai usia paling tinggi 58 (lima puluh delapan) tahun bagi perwira, 53 (lima puluh tiga) tahun bagi bintara dan tamtama. Usia 53 sampai 58 tahun masuk kategori dewasa madya atau tengah, rentang usianya adalah 40 tahun sampai 65 tahun (Santrock, 2011). Pada masa ini terjadi penurunan keterampilan fisik dan meluasnya tanggung jawab individu terhadap lingkungan. Masa dewasa tengah mencakup keseimbangan antara pekerjaan dan tanggung jawab relasi ditengah perubahan fisik maupun psikologis yang berlangsung seiring dengan proses penuaan (Lachman dalam Santrock, 2011).

Pensiun merupakan suatu proses, bukan merupakan suatu peristiwa (Moen, dalam Santrock 2011). Individu yang berada pada tahun-tahun menjelang pensiun sebetulnya merupakan masa emas. Pada usia ini individu mulai memikirkan masa pensiun bahwa bukan karena merasa tanggung jawab terhadap pekerjaan menjadi semakin berat akan tetapi pada masa ini individu yang akan pensiun menyadari bahwa kemampuannya akan semakin menurun dan kalah bersaing dengan karyawan atau anggota yang lebih muda (Hurlock,1980). Memasuki masa pensiun seharusnya menjadi hal yang menyenangkan bagi karyawan yang telah mencapai puncak karirnya karena dapat menikmati masa hidupnya dengan lebih santai, rileks, dan beban pekerjaan serta tugas dari sebuah instansi sudah lepas. Selain itu, ketika pensiun akan ada banyak waktu luang yang dapat dihabiskan bersama teman, keluarga, dan pasangan. Mulai mengerjakan sesuatu yang disukai, meningkatkan kualitas kesehatan karena berkurangnya

beban kerja yang harus dihadapi dan akhirnya dapat memaknai kehidupan dengan penuh optimisme (Aidit dalam Sutrisno, 2013).

Akan tetapi, tidak semua individu menganggap pensiun adalah hal yang positif. Pandangan negative tentang pensiun dapat menyebabkan individu cenderung menolak datangnya masa pensiun. Penolakan tersebut ditandai dengan adanya perasaan cemas (Sutrisno, 2013). Berdasarkan keterangan Direktur Utama PT Asabri (Persero), Sonny Widjaja, mengungkapkan ada lebih dari 50% pensiunan di lingkungan TNI dan Polri yang memiliki utang di perbankan. Peserta Asabri lebih dari 50% pensiunan TNI dan Polri ini memiliki pinjaman di bank. Hal tersebut menyebabkan pensiunan TNI masih memiliki tanggungan utang di bank. Sementara gaji yang diterima setelah pensiun tidak terlalu tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa banyak anggota TNI dan Polri yang belum siap begitu memasuki masa pensiun, dikarenakan banyak anggota yang belum siap ketika berhenti dari masa dinas.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Anggraini (dalam Pradono dan Santi, 2010) terhadap pegawai negeri sipil di Kabupaten Lahat, Sumatera Selatan didapatkan hasil bahwa sebanyak 64% pegawai negeri sipil mengalami kecemasan ketika menghadapi masa pensiun. Hal yang paling dominan menimbulkan kecemasan bagi pegawai tersebut adalah tidak ada sumber pemasukan yang memadai setelah memasuki masa pensiun.

Perasaan cemas menurut Maramis (dalam Nuraini, 2013) ditandai dengan adanya gejala-gejala sebagai berikut : merasa khawatir, gelisah, takut, tidak tenang, dan panik. Penolakan terhadap masa pensiun yang menimbulkan kecemasan disebabkan ketika individu memasuki masa pensiun maka akan kehilangan peran sosialnya di masyarakat, prestise, kekuasaan, kontak sosial, bahkan harga diri akan berubah juga karena kehilangan peran. Masa pensiun mengakibatkan berkurangnya penghasilan serta bertambahnya waktu luang yang kadang kadang mengganggu (Mu'tadin dalam Tutik dan Dyah, 2010).

Kecemasan yang dirasakan ketika menghadapi masa pensiun bisa dikarenakan adanya perubahan sosial, seperti kecemasan mengenai identitas sosial, perasaan takut ditinggalkan, cemas karena merasa tidak mampu bersosialisasi lebih luas, dan perasaan takut akan kehilangan rekan-rekan kerja (Flechter & Hansson dalam Lesmana, 2014). Kecemasan adalah suatu keadaan apprehensi atau perasaan khawatir sesuatu yang buruk akan terjadi. Kecemasan adalah bentuk dari respon yang tepat terhadap ancaman, akan tetapi apabila proposi dari kecemasan berlebihan dan terkadang datang tanpa adanya penyebab atau pemicu perubahan lingkungan maka kecemasan sudah termasuk kedalam hal yang abnormal dan mengganggu kehidupan sehari-hari (Nevid, 2003).

Perasaan panik dan ketakutan yang berlebihan, pemikiran-pemikiran obsesif yang sulit terkontrol, kenangan yang mengganggu dan menyakitkan serta mimpi buruk yang berulang, dan gangguan fisik lainnya yang tidak nyaman merupakan gejala-gejala kecemasan (Ayub, 2007).

Berdasarkan beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan menghadapi masa pensiun adalah perasaan emosi yang kurang menyenangkan yang ditandai dengan perasaan khawatir dan was-was terhadap sesuatu yang buruk akan terjadi yang dialami oleh individu yang dipaksa berhenti dari pekerjaannya karena sudah mencapai usia yang sudah ditetapkan untuk berhenti bekerja tanpa mempertimbangkan perasaan suka atau tidak suka dari individu tersebut.

Menurut Nevid (2003), ciri-ciri kecemasan dapat diukur dari, pertama fisik yaitu munculnya gejala kegelisahan, perasaan gugup, tangan dan anggota tubuh lainnya bergetar, berkeringat, sulit bicara, mati rasa, *sensitive*, serta mudah marah. Kedua, secara *behavioral* ada perilaku menghindar atas kejadian yang akan datang, perilaku melekat dan *dependent* atau menjadi pasif dan yang ketiga, secara kognitif hal yang ditunjukkan adalah terlalu khawatir akan suatu hal. Perasaan yang terganggu, perasaan aprehensi yaitu kekhawatiran akan sesuatu yang buruk akan terjadi.

Hal ini juga diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 18 Juni 2019 melalui wawancara langsung yang dilakukan di salah satu KODIM Yogyakarta. Peneliti memilih empat subjek dengan karakteristik anggota TNI AD yang bertugas di KODIM dengan usia lebih dari 50 tahun, memiliki pangkat sebagai Perwira, Tamtama maupun Bintara. Setelah melakukan wawancara diketahui bahwa subjek mengalami kecemasan pada ciri-ciri fisik yaitu terlihat gelisah dan gugup ketika membahas masa pensiun,

mengalami sulit tidur atau sering begadang. Pada ciri-ciri *behavioral* menunjukkan bahwa subjek memiliki perilaku dependen yaitu individu tersebut merasa tidak dapat melakukan apa-apa. Serta belum memiliki rencana mengenai masa pensiun. Pada ciri-ciri kognitif subjek menunjukkan ketidakpastian mengenai kelanjutan hidup setelah pensiun, 3 dari 4 subjek mengatakan bahwa masih memiliki tanggungan anak yang harus di sekolahkan hal ini menambah kekhawatiran para subjek.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dapat menyimpulkan bahwa 3 diantara 4 subjek penelitian mengalami kecemasan menghadapi masa pensiun dikarenakan tiga subjek tersebut memenuhi tiga ciri-ciri kecemasan yaitu fisik, kognitif dan behavior.

Individu yang tidak mengalami kecemasan menghadapi masa pensiun seharusnya merasa lega dan memiliki waktu luang untuk aktivitas yang lebih konstruktif dan berisi yang berkelanjutan sehingga masa pensiun menjadi sesuatu yang menyenangkan (Danigelis, dalam Santrock, 2011). Namun, sebagian orang menganggap bahwa masa pensiun merupakan masa yang tidak menyenangkan karena seseorang akan kehilangan aktivitas kerja rutin yang telah dilakukannya selama bertahun-tahun, kehilangan pendapatan, kehilangan identitas yang sudah melekat begitu lama dan juga kehilangan relasi sosial. Hal tersebut membuat individu beranggapan bahwa pensiun sebagai sesuatu yang negative (Susanto dalam Wulandari dan Lestari 2018). Selain itu, kecemasan yang timbul ini dapat mempengaruhi anggota dalam menghadapi

masa pensiun sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Prasetya, Supriyono, & Ramli (2009), mengungkapkan bahwa seseorang yang mengalami kecemasan akan timbul beberapa gejala psikis seperti gangguan perhatian dan konsentrasi, perubahan emosi, menurunnya percaya diri, timbul obsesi, serta tiadanya motivasi (Wulandari dan Lestari 2018).

Oleh karena itu, penelitian mengenai kecemasan menghadapi masa pensiun penting untuk dilakukan karena masa pensiun dan usia lanjut sangat berkaitan erat, yang artinya individu harus mempersiapkan diri untuk menghadapi masa pensiun dan memasuki usia lanjut. Pada kedua masa tersebut individu akan mengalami beberapa perubahan, seperti perubahan fisik dan psikis yang akan menimbulkan stress psikososial serta menimbulkan gangguan kejiwaan (Santrock dan John dalam Tutik dan Dyah, 2010). Pada usia ini atau masa menghadapi pensiun ini dapat berbahaya pada situasi tertentu apabila mengalami kesusahan fisik (karena sudah tua) sebagai akibat terlalu banyak bekerja, rasa cemas yang berlebihan, ataupun kurangnya memperhatikan kehidupan (Hurlock, 1980).

Menurut beberapa hasil penelitian, faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi masa pensiun yaitu, pertama adalah kepercayaan diri. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sutrisno (2013) salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi masa pensiun adalah percaya diri. Kepercayaan diri adalah percaya pada diri sendiri yang dibentuk dari pengalaman-pengalaman yang dilalui sejak kecil (Daradjat dalam Sutrisno, 2013).



Kedua adalah berdasarkan penelitian Lesmana (2014) salah satu faktor kecemasan menghadapi masa pensiun adalah kecerdasan spiritual. Kecerdasan spiritual adalah landasan yang diperlukan untuk memfungsikan peranan dari kecerdasan intelektual dan kecerdasan emosional, dengan kata lain kecerdasan spiritual merupakan pusat dari pikiran manusia. Ketiga, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nuraini (2013) salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi masa pensiun adalah kecerdasan emosi. Kecerdasan emosi mencakup pengendalian diri, semangat, ketekunan, serta kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mampu mengendalikan dorongan hati, dapat mengatur suasana hati, berempati dan dapat menjalin hubungan sosial yang baik, serta kemampuan memimpin (Goleman dalam Nurani, 2013). Keempat, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sutrisno (2013) salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi masa pensiun adalah kematangan emosional. Kematangan emosional adalah keadaan individu dapat mencapai tingkat kedewasaan dalam perkembangan emosionalnya. Kematangan emosi memiliki peranan yang penting bagi kehidupan sosial individu karena kematangan emosi merupakan faktor utama dalam hubungan sosial antar individu (Chaplin dalam Sutrisno, 2013). Kemudian yang terakhir adalah penyesuaian diri. Berdasarkan hasil penelitian Pradono dan Purnamasi (2010) salah satu faktor kecemasan menghadapi masa pensiun adalah penyesuaian diri. Penyesuaian diri adalah

proses psikologi yang dilakukan individu untuk menghadapi atau mengatasi berbagai tuntutan dan tekanan.

Berdasarkan beberapa faktor diatas peneliti memilih kepercayaan diri sebagai faktor utama dalam kecemasan menghadapi masa pensiun. Hal ini didasarkan pada penelitian yang dilakukan oleh Sutrisno (2013) bahwa ada hubungan yang negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan pegawai menghadapi masa pensiun. Hal ini menunjukkan bila percaya diri tinggi maka kecemasan menghadapi masa pensiun pegawai akan rendah, sebaliknya bila percaya diri seseorang rendah maka kecemasan pegawai akan tinggi. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Fatchurahman dan Pratikto (2012) individu yang memiliki kepercayaan diri dapat dilihat dari ketenangan dalam mengontrol diri sendiri. Menurut Lindenfield individu yang dapat mengontrol emosinya dengan baik cenderung lebih percaya diri dan tidak khawatir akan lepas kendali ketika menghadapi tantangan atau situasi yang baru serta beresiko (Fatchurahman dan Pratikto 2012). Lauster (2015) menjelaskan bahwa individu yang kurang percaya diri cenderung merasa rendah diri dan mudah menyerah.

Kepercayaan diri merupakan sikap atau perasaan yakin pada kemampuan diri sendiri. Sehingga individu tersebut tidak merasa cemas dan tidak merasa rendah diri terhadap tindakannya, memiliki perasaan bebas terhadap apa yang akan dilakukannya namun memiliki tanggung jawab atas perbuatannya (Lauster, 2015). Percaya diri juga diartikan dengan keyakinan pada kemampuan diri yang diawali dengan tekad kuat untuk melakukan sesuatu yang diinginkan dan

dibutuhkan dalam hidup (Anggelis dalam Aisyah, 2013). Menurut Willis kepercayaan diri adalah keyakinan pada diri sendiri untuk mampu menyelesaikan permasalahan dengan cara yang terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain (Ghufron dan Risnawita, 2012) dan apabila diartikan secara bahasa kepercayaan diri adalah percaya pada kemampuan diri sendiri dan terlihat seagai pribadi yang positif (Vandenbos dalam Saputro dan Suseno, 2010).

Lauster (dalam Ghufron dan Risnawita, 2012) menyatakan ada lima aspek kepercayaan diri, antara lain : a) Keyakinan kemampuan diri, keyakinan kemampuan diri merupakan sikap positif terhadap diri sendiri dan sungguh-sungguh terhadap apa yang akan dilakukan, b) Optimis, optimis adalah sikap positif yang dimiliki individu untuk selalu berpadangan baik terhadap diri sendiri dan kemampuannya, c) Objektif, individu yang memiliki sikap objektif merupakan individu yang mampu memandang permasalahan atau segala sesuatu dengan cara yang benar atau sesuai dengan kebenaran yang semstinya bukan berdasarkan persepsi diri sendiri, d) Bertanggung jawab, bertanggung jawa adalah sikap individu yang siap untuk meneima konsekuensi terhadap apa yang dilakukan individu tersebut, e) Rasional dan realistis, merupakan aspek yang menilai kemampuan analisis individu terhadap permasalahan atau sesuatu hal dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akan sehat dan sesuai dengan kenyataan.

Berdasarkan hubungannya terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun, kepercayaan diri yang dimiliki individu dapat membantu individu tersebut menyelesaikan masalahnya karena individu tersebut mengetahui apa yang dibutuhkan dalam kehidupannya serta memiliki sikap yang positif berdasarkan keyakinan atas kemampuannya sendiri (Kumara dalam Sutrisno, 2013). Individu yang tidak memiliki kepercayaan diri akan memiliki banyak masalah karena kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian seseorang yang berfungsi penting untuk mengaktualisasikan potensi yang dimiliki (Andayani dan Afiatin dalam Alsa, 2006).

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis merumuskan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada TNI-AD ?

## **B. Penelitian dan Mafaat Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah diuraikan diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada prajurit TNI-AD.

Adapun manfaat dari penelitian ini, diantaranya adalah sebagai berikut:

### **1. Manfaat teoritis**

Membuahkan sesuatu yang baru bagi pengetahuan terkait Psikologi Industri dan Organisasi khususnya masalah kecemasan menghadapi masa

pensiun. Kemudian dapat memberikan sumbangan bagi penelitian selanjutnya.

## **2. Manfaat praktis**

Manfaat praktis dalam penelitian ini yaitu dapat mengetahui kecemasan menghadapi masa pensiun dan kepercayaan diri. Sehingga anggota TNI AD dapat mengetahui bahwa masa pensiun dapat menyebabkan kecemasan.