

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Populasi lansia di Asia Tenggara sebanyak 142 juta jiwa (8%) (Susilowati, Untari, & Sarifah, 2020). Secara global jumlah lansia diprediksi akan terus meningkat. Indonesia memiliki jumlah penduduk yang berada pada usia 60 tahun melebihi angka 7% dari tahun 2015 (Kemenkes RI, 2017). Presentase lansia di Indonesia sudah memasuki angka 9,7% sementara negara-negara maju sudah melebihi angka 10% dan Jepang sudah melebihi angka 30% (Kemenkes RI, 2019).

Indonesia di tahun 2018 terdapat sekitar 24,49 juta lanjut usia atau sekitar 9,27% dimana angka tersebut meningkat dari tahun sebelumnya yang hanya terdapat 23,4 juta penduduk lansia atau sekitar 8,97% (Silviliyana et al, 2018). Di Indonesia sendiri terdapat 8 provinsi yang memiliki penduduk yang sudah memasuki umur 60 tahun ke atas. Dimana provinsi tersebut yaitu Yogyakarta (12,48%), Jawa Timur (9,36%), Jawa Tengah (9,26%), Bali (8,77%), Sumatera Barat (8,08%), Sulawesi Utara (7,64%), Jawa Barat (7,09%) dan Sulawesi Selatan (9,98%) (Kemenkes RI, 2017). Meningkatnya jumlah penduduk lansia akan membawa dampak positif serta negatif untuk kedepannya. Peningkatan jumlah penduduk di Indonesia khususnya lansia pada tahun 2010 sebanyak 18 juta jiwa (7,56%) dan di tahun 2019 mengalami peningkatan dimana jumlah penduduk lansia menjadi 25,9 juta jiwa (9,7%),

dan diperkirakan jumlah penduduk lanjut usia akan mengalami peningkatan dimana pada tahun 2035 menjadi 48,2 juta jiwa (15,77%) (Kemenkes RI, 2019).

World Health Organization (WHO) (2012) mengatakan lansia meliputi usia 60-74 tahun, usia tua (75-90 tahun), dan usia sangat tua (>90 tahun). Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia ada tiga defenisi lanjut usia: lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai 60 tahun (enam puluh) tahun keatas; lanjut usia potensial adalah lanjut usia yang masih mampu melakukan pekerjaan dan/atau kegiatan yang dapat menghasilkan barang dan/atau jasa; lanjut usia tidak potensial adalah lanjut usia yang tidak berdaya mencari nafkah sehingga hidupnya bergantung pada bantuan orang lain. Menua merupakan salah satu perjalanan manusia yang akan dilalui oleh setiap manusia. Tidak ada seorang manusiapun yang dapat menolak untuk berada difase lanjut usia ini . Manusia tidak bisa tiba-tiba langsung menjadi tua, tetapi akan tumbuh berkembang dari bayi, menjadi anak-anak, lanut menjadi dewasa dan akhirnya menjadi tua.

Pada masa ini individu sedikit demi sedikit mengalami kemunduran fisiologis, psikologis serta sosial dan kesehatannya, dimana hal ini berpengaruh kepada kehidupan termasuk didalam pekerjaan. Pada fase ini individu akan dihadapi kenyataan tidak lagi bisa bekerja selamanya. Individu melepas jabatan serta pekerjaannya dan tiba waktunya untuk tidak bekerja. Berhentinya bekerja ini dinamakan pensiun (Triningtyas & Muhayati, 2018).

Pensiun ialah sebuah kondisi dimana individu berhenti menekuni pekerjaan yang selama ini ia tekuni, yang berarti berhentinya individu untuk

mencari nafkah untuk keluarganya (Triningtyas & Muhayati, 2018). Oleh karena itu masa pensiun dianggap sebagai suatu yang tidak mengenakan bagi sebagian individu. Perubahan tersebut berakibat kehilangan aktivitas kerja, komunikasi sedikit berkurang, serta dapat mengganggu citra diri individu tersebut. Masa pensiun datang berdasarkan pencapaian usia tertentu dan bahkan banyak individu yang berpikiran dimana masa pensiun merupakan suatu tanda terhadap individu bahwa sudah mengalami penuaan sehingga untuk dapat bekerja secara aktif dan produktif lagi seperti dahulu sudah tidak bisa lagi (Wulandari & Lestari, 2018). Undang-Undang Nomor 5 Tahun 2014 tentang Aparatur Sipil Negara menyatakan bahwa usia pensiun Pegawai Negeri Sipil (PNS) di Indonesia adalah 58 (lima puluh delapan) tahun bagi Pejabat Administrasi; 60 (enam puluh) tahun bagi Pejabat Pimpinan Tinggi; sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan bagi Pejabat Fungsional (Wulandari & Lestari, 2018). Usia pensiun di Indonesia berkisar antara 56-64 tahun (Kamisasi, 2018). Sebagian individu yang berusia lanjut bahkan menolak untuk pensiun dengan bermacam-macam alasan. Jika bisa memilih individu usia lanjut tersebut ingin menunda masa pensiunnya dan terus aktif untuk bekerja (Suardiman, 2011). Keinginan individu usia lanjut untuk tetap bekerja dilatarbelakangi karena tidak ingin menjadi beban bagi orang lain dan ingin tetap mandiri (Suardiman, 2011).

Memasuki masa pensiun, tiap-tiap orang mengeluarkan berbagai macam reaksi, semua tergantung dari kesiapan masing-masing individu menghadapi masa pensiunnya. Secara garis besar reaksi tersebut dapat berupa menerima, terpaksa menerima, dan penolakan (Kholish, 2015). Reaksi penolakan ini

terjadi karena individu tersebut belum siap menerima kenyataan bahwa telah tiba saatnya mereka untuk diberhentikan dengan hormat (pensiun). Penolakan ini juga dapat disebabkan karena rasa cemas yang timbul disebabkan nantinya tidak dapat memenuhi kebutuhan hidupnya dan keluarga seperti dahulu. Data yang didapatkan dari Detik finance (2017) hasil survei ARS (*Anxiety Rating Scale*) yang diadakan oleh Lembaga ESQ, mengatakan sebagian dari penduduk Indonesia mengalami kecemasan memasuki masa pensiun. Dimana 63% para pegawai merasakan kecemasan sedang hingga panik menjelang masa pensiun dan 37% merasakan kecemasan ringan. Ditinjau lebih jauh, (Ferdila, Rahmi, & Putra, 2017) memaparkan ada beberapa point persiapan serta kesiapan individu dimana merupakan kebutuhan utama persiapan dalam memasuki masa pensiun, yaitu 1) kesiapan finansial dapat berupa tabungan, asuransi, simpanan, aset dan kegiatan usaha nantinya; 2) kesiapan fisik, menjalankan pola hidup yang sehat; dan 3) kesiapan mental serta emosi, yaitu kemampuan individu untuk dapat beradaptasi dengan perubahan baru yang nantinya terjadi (tidak lagi bekerja, pendapatan berkurang, perubahan status dan peran, serta kehilangan kemampuan) (Triningtyas & Muhayati, 2018). Sebagian individu beranggapan bahwa masa pensiun merupakan sesuatu yang tidak menyenangkan. Mereka berpersepsi ketika memasuki masa pensiun maka akan semakin banyak waktu luang tetapi tidak bisa memanfaatkannya dengan efektif, dimana masih ada tanggung jawab, seperti pendidikan anak yang belum selesai, kebutuhan rumah tangga, dll. Sementara itu ketika memasuki pensiun, individu harus kehilangan pekerjaan yang dilakukan selama

bertahun-tahun, kehilangan identitas diri, merasa tidak dihargai lagi, berkurangnya penghasilan, dan berkurangnya pertemanan. Tanggung jawab yang semakin besar merupakan salah satu pemicu seseorang akan mengalami kecemasan ketika menghadapi masa pensiun. Hal-hal demikian bisa menyebabkan individu merasakan kecemasan tersendiri menjelang masa pensiun.

Menurut Videbeck (2011) bahwa prevalensi kecemasan untuk usia dewasa dan lanjut usia ditemukan bahwa di negara berkembang persentasenya lebih tinggi yaitu 50%. Sementara data yang didapatkan dari *United State Census Bureau* 2004 prevalensi kecemasan di Indonesia ditemukan sekitar 39 juta jiwa dari total jiwa keseluruhan sebanyak 238 juta jiwa penduduk (Widyastuti et al, 2019). Menurut Kurniati et al, (2018) kecemasan merupakan sebuah respon yang tidak terfokus, membur, yang meningkatkan kewaspadaan seseorang terhadap sebuah ancaman yang nyata di dalam imajinasinya. Menurut Zaini (2019) kecemasan (ansietas) adalah perasaan takut yang tidak dapat dijelaskan dan merupakan sebuah respon internal dan eksternal yang memiliki tanda serta gejala perilaku afektif, kognitif, dan fisik.

Maka dapat dikatakan bahwa kecemasan adalah perasaan panik, takut, khawatir dan, gelisah yang datang secara tiba-tiba. Kecemasan bersifat subjektif, artinya tingkat kecemasan tiap-tiap individu itu berbeda-beda, respon yang diberikanpun juga berbeda-beda. Perbedaan kecemasan yang dialami oleh pegawai negeri sipil dengan karyawan swastapun berbeda. Pada PNS kecemasannya berupa kekhawatiran dengan rutinitasnya yang tidak akan

dilakukan lagi ketika pensiun. Sementara pada karyawan swasta, kecemasan yang dirasakan tidak hanya dikarenakan rutinitas yang tidak bisa dilakukan, tetapi juga pendapatan yang tidak diterima lagi setelah pensiun, karena mereka hanya menerima uang pesangon saat dinyatakan pensiun. Dampak kecemasan yang terjadi adalah terjadinya penurunan aktivitas fisik serta status fungsional, kepuasan hidup dan kualitas hidup menurun, merasa kesepian, penggunaan pelayan yang menghabiskan banyak biaya untuk pelayanan (Khasanah & Khairani, 2016).

Kecemasan dipengaruhi dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang bersumber dari individu itu sendiri, seperti penerimaan diri. Penerimaan diri merupakan bagaimana individu bisa menerima kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya. Sementara faktor eksternal merupakan faktor yang bersumber dari luar individu berupa dukungan sosial yang nantinya mempengaruhi kesiapan individu dalam menghadapi pensiun (Wulandari & Lestari, 2018). Kesiapan individu menghadapi masa pensiun tergantung dari kesiapan individu itu sendiri dan dukungan sosial baik dari keluarga, teman sebaya, lingkungan atau orang-orang terdekat.

Dukungan sosial bertujuan memberikan support dan semangat untuk individu yang akan memasuki masa pensiun agar bisa optimis dengan kehidupan barunya. *The National Cancer Institute* mengartikan bahwa dukungan sosial sebagai jaringan keluarga, tetangga, teman sebaya dan, anggota masyarakat yang saat dibutuhkan bersedia memberikan bantuan berupa support dan dukungan (Wulandari & Lestari, 2018). Diantara

banyaknya bentuk dukungan, dukungan keluarga merupakan unsur terpenting dalam penyelesaian masalah yang dihadapi oleh individu. Dalam mengatasi rasa cemas menghadapi masa pensiun, peran dukungan keluarga sangat penting. Dukungan keluarga memberikan rasa percaya diri yang tinggi, meningkatnya motivasi dan sedikit menghilangkan kecemasan yang dirasakan. Dukungan keluarga dapat berupa saran, dukungan untuk kedepannya, dan dukungan tentang kepercayaan dan perhatian. Walaupun tidak sepenuhnya dukungan keluarga memberikan dampak positif dalam kesehatan jiwa, tetapi mereka paling sering menjadi bagian terpenting dalam penyembuhan (Syafitri, 2015).

Hasil penelitian Pradono & Purnamasari (2010) tentang Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Masa Pensiun Pada Pegawai Negeri Sipil Di Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta, menyimpulkan bahwa semakin tinggi penyesuaian diri seseorang pegawai maka akan semakin rendah tingkat kecemasan yang dirasakan. Sebaliknya jika semakin rendah penyesuaian diri seseorang maka akan semakin tinggi tingkat kecemasan yang dimiliki seseorang dalam menghadapi masa pensiunnya.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dewi, Tarmizi, & Choiriyah (2019) tentang Pengaruh Kecerdasan Spiritual, Konsep Diri, Dan Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pegawai Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, didapatkan hasil bahwa kecerdasan spiritual, konsep diri, dan dukungan sosial terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang

memiliki hasil yang signifikan. Masih banyak penelitian lain yang membahas tentang kecemasan dalam menghadapi masa pensiun, rata-rata mengarahkan upaya yang paling tepat untuk mengurangi kecemasan dalam menghadapi masa pensiun adalah kecerdasan spiritual.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Syafitri (2015) tentang Pengaruh Tingkat Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Menjelang Pensiun Pada Karyawan Perusahaan X Di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan yaitu sebesar 17,4% antara dukungan sosial keluarga dengan tingkat kecemasan menjelang masa pensiun pada karyawan perusahaan X di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik. Dukungan sosial yang tinggi dari anggota keluarga akan mengurangi tingkat kecemasan yang dirasakan individu.

Hasil penelitian Wulandari & Lestari (2018) tentang Pengaruh Penerimaan Diri Pada Kondisi Pensiun Dan Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Pegawai Negeri Sipil Di Kabupaten Badung dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri menghadapi masa pensiun memiliki pengaruh terhadap kecemasan yang dirasakan saat menghadapi masa pensiun pada PNS di Kabupaten Bandung. Sementara dukungan sosial tidak berpengaruh terhadap kecemasan yang dirasakan saat menghadapi masa pensiun pada PNS di Kabupaten Bandung. Karena kecemasan yang dirasakan di Kabupaten Bandung tergolong rendah, karena subjek memiliki taraf kecemasan yang rendah.

Studi awal yang dilakukan terhadap 7 orang pegawai negeri sipil di UIN Imam Bonjol Padang yang dilakukan pada tanggal 26 Maret 2021, diketahui

bahwa rata-rata pegawai yang hendak memasuki masa pensiun mengalami gejala kecemasan yang berbeda-beda saat menghadapi masa pensiun. Ditemukan pegawai yang akan memasuki masa pensiun merasakan gelisah karena pendapatan ekonomi akan menurun dan tidak dapat berbuat sesuatu yang bisa membantu orang, ada juga yang merasakan kebingungan karena akan kehilangan pekerjaan, cemas karena tidak memiliki persiapan yang matang, jantung berdebar-debar serta sulit untuk tidur nyenyak ketika membayangkan penghasilan akan berkurang dari sebelumnya dan takut nantinya akan merasakann kesepian. Sementara beberapa pegawai lainnya walaupun merasakan kecemasan, tetapi tetap dapat bersikap tenang, berfikir positif terhadap masa pensiun, serta tidak terlalu memikirkan pandangan orang terhadap dirinya ketika sudah pensiun nanti.

Keluarga merupakan orang terdekat yang lebih mengenal diri lansia yang akan pensiun. Dukungan keluarga menjadi variabel yang mungkin menjadi penentu dalam kecemasan lansia menghadapi masa pensiunnya. Karena ketertarikan ini dan masih sedikit yang membahas tentang hubungan dukungan keluarga terhadap kecemasan menghadapi masa pensiunm, maka diangkatlah topik penelitian yaitu “adakah hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan lansia menghadapi masa pensiun pada pegawai negeri sipil?”.

B. Penetapan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian melalui pertanyaan penelitian berikut ini “adakah hubungan

dukungan keluarga dengan kecemasan lansia menghadapi masa pensiun pada pegawai negeri sipil?”.

C. Tujuan Peneliti

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah hubungan antara dukungan keluarga dengan kecemasan lansia menghadapi masa pensiun

2. Tujuan khusus

- a. Diketuainya gambaran kecemasan lansia menghadapi masa pensiun
- b. Diketuainya gambaran dukungan keluarga dari lansia yang akan pensiun
- c. Mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan yang dirasakan lansia menghadapi masa pensiun

D. Manfaat Penelitian

- a. Manfaat bagi masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu lansia untuk dapat mengetahui rencana kedepannya menghadapi masa pensiun.

- b. Manfaat bagi praktis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi pada tenaga kesehatan untuk dapat memahami tentang kecemasan pada lansia, sehingga dapat diberikan penyuluhan terkait masalah yang dihadapi.

c. Manfaat bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi salah informasi dan data tambahan lainnya bagi penelitian keperawatan selanjutnya yang ingin melakukan penelitian keperawatan terkait dengan dukungan keluarga terhadap kecemasan lansia menghadapi masa pensiun

