

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Bekerja merupakan kegiatan yang dilakukan oleh manusia untuk memenuhi kebutuhan hidupnya dimana setelah bekerja manusia akan mendapatkan imbalan berupa uang yang dapat digunakan sebagai alat pembayaran (Hardianto, 2020). Di Indonesia banyak orang baru merasa sudah mendapat pekerjaan kalau sudah bekerja sebagai Pegawai Negeri Sipil (PNS) atau bekerja di kantor padahal orang-orang tersebut sudah bisa mendapatkan uang dari bertani atau bertani bahkan orang yang bekerja di rumah di hadapan komputer untuk membuat desain pakaian atau barang lain, dianggap tidak bekerja padahal hasil desain tersebut dijual di luar negeri dengan mengirimkannya lewat jaringan internet (Purwanto, 2021).

Setiap orang yang bekerja pada instansi, lembaga pemerintah, perusahaan swasta nasional maupun asing, suatu saat pasti akan berhenti, baik karena pekerjaannya sudah selesai, masa kontrak habis, di berhentikan secara sepihak atau Pemutusan Hubungan Kerja (PHK), minta berhenti atas keinginan sendiri maupun karena usia atau biasa di sebut pensiun (Tarmizi, 2009). Pensiun adalah satu titik balik yang signifikan dalam karir seseorang, selama hidupnya atau setidaknya tidaknya untuk mayoritas orang dewasa yang telah menghabiskan seluruh atau sebagian besar waktu hidupnya untuk bekerja (Wardana, 2013).

Menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2020 Indonesia memiliki penduduk Lanjut Usia (LANSIA) sebanyak 10 (Sepuluh) juta lebih dan akan terus meningkat sampai di perkirakan pada tahun 2045 penduduk lansia di Indonesia akan melonjak menjadi hampir 20 juta jiwa. Bila tidak di persiapkan yang matang dari segi ekonomi, sosial, kemandirian dan kesehatan maka akan berdampak buruk bukan hanya bagi individu namun juga bagi masyarakat luas.

Hurlock (2008) mengungkapkan perubahan yang terjadi pada masa pensiun merupakan masa perubahan yang penting dalam kehidupan seseorang, di mana individu yang bekerja menjadi tidak bekerja yang akan berefek pada kurangnya penghasilan, kurangnya interaksi dengan teman sekantor, relasi-relasi dan meningkatnya waktu luang, sering kali hal seperti itu terjadi dari sesuatu yang di anggap ada menjadi tidak ada sehingga perasaan ketakutan akan kehilangan pekerjaan yang selama ini dilakukan. Seorang pensiun yang cenderung kesepian dapat membawa pengaruh pada rasa percaya diri, kecemasan, kesehatan yang menurun, dan bahkan dapat menimbulkan gangguan kejiwaan seperti *Post Power Syndrome* (Wardana, 2013).

Menurut Kartono (2000) *Post Power Syndrome* adalah gejala sindrom yang cukup populer di kalangan orang lanjut usia khususnya sering menjangkit individu yang telah lanjut usia dan telah pensiun atau tidak memiliki jabatan lagi di tempat kerjanya. *Post Power Syndrome* adalah suatu kumpulan gejala kejiwaan atau emosi yang kurang stabil, luka-luka, serta kerusakan fungsi-fungsi jasmaniah dan rohaniah yang bersifat progresif yang di sebabkan karena tidak bisa beradaptasi setelah kehilangan kekuasaan, di anggap sebagai individu yang tunakarya

sehingga menimbulkan perasaan kehilangan yang berarti dalam kehidupannya, serta gangguan fisik, sosial, dan spiritual pada lanjut usia saat memasuki masa pensiun sehingga dapat menghambat aktivitas mereka dalam menjalani kehidupan sehari-hari. (Muhith & Siyoto, 2016). Sedangkan (Kasdu, 2002) *Post Power Syndrom* adalah reaksi somatis dalam bentuk sekumpulan simptom penyakit, luka-luka, serta kerusakan fungsi jasmaniah dan rohaniah yang bersifat progresif dan penyebabnya ialah pensiun atau karena sudah tidak mempunyai jabatan dan kekuasaan lagi. *Post Power Syndrome* banyak di alami oleh pensiunan yang biasanya bekerja dan memiliki wewenang karena jabatan namun saat pensiun tiba dia tidak memilikinya lagi (Sugianto, 2021).

Menurut (Kartono, 2000) gejala dari *Post Power Syndrome* ini meliputi 2 (Dua) aspek yaitu gejala fisik dan gejala psikis. Gejala fisik yang di sini meliputi fisik nampak lemah, layu, sayu lemas, tidak bergairah dan mudah terkena penyakit. Sedangkan gejala psikis yang sering muncul antara lain sikap apatis, depresi, merasa serba salah, tidak pernah merasa puas dan berputus asa atau tanda seperti menjadi mudah ribut, tidak toleran cepat tersinggung, gelisah, cemas, eksplosif mudah meledak, agresif dan suka menyerang baik dengan kata-kata ataupun ucapan-ucapan maupun dengan benda-benda dan lain sebagainya.

Menurut data Badan Kepegawaian Negara (BKN) dari bulan januari sampai tanggal 30 juni 2020 sudah melakukan penetapan pensiun PNS sebanyak 108.276 dari data tersebut di dominasi dari Kantor Regional (KANREG) 1 (satu) Yogyakarta sebanyak 11.483 orang yang tersebar di daerah jawa tengah dan yogyakarta. Pelaksana tugas Kepala Badan Kepegawaian, Pendidikan dan

Pelatihan Kabupaten Kudus Catur Widiyanto, menjelaskan bahwa pada tahun 2020 ada sebanyak 419 PNS di lingkungan Pemkab Kudus yang akan pensiun. Dari jumlah tersebut 60 persen di antaranya adalah guru (Pujangga, 2020). Koentjoro guru besar Psikologi Universitas Gajah Mada menuturkan bahwa *Post Power Syndrome* menjadi salah satu dari tiga penyebab seseorang yang kebanyakan orang tua mau bergabung dan percaya pada kerajaan-kerajaan fiktif yang sempat marak di Indonesia hal tersebut terjadi karena dulu punya jabatan-jabatan tertentu yang tidak terlalu tinggi dan ketika pensiun, di rumah sudah tidak ada siapa-siapa yang bisa diperintah (Sucahyo, 2020).

Menurut Undang-undang No .14 tahun 2005 Pasal 1 Ayat 1 menyatakan Guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah. Guru yang bersetatus Pegawai Negeri Sipil dalam melakoni profesinya bisa di bilang sangat lama karena menurut Pasal 30 Ayat 4 berbunyi pemberhentian guru karena batas usia pensiun sebagaimana di maksud dilakukan pada usia 60 tahun. Dengan batas usia masa pensiun yang mencapai 60 tahun.

Selama 20-40 tahun menjadi seorang Guru yang bersetatus Pegawai PNS, dengan masa kerja yang begitu lama maka telah terjalin berbagai hubungan baik interpersonal maupun intrapersonal seperti kecintaan individu pada pekerjaan, aktifitas kerja, hubungan dengan murid-murid, lingkungan kerja dan masyarakat bahwa hal tersebut akan membuat individu sedih, melankolis, dan perasaan

negatif lainnya jika berbagai hubungan yang terjalin selama ia bekerja harus ditinggalkan karena datangnya pensiun (Nasrun, 2013)

Menurut Lestari dalam (Suparni & Astutik,2016) *Post Power Syndrome* dapat menimbulkan gangguan fisik, sosial dan spiritual pada lanjut usia saat memasuki masa pensiun sehingga dapat menghambat aktivitas kehidupan sehari-hari bagi lansia.

Pada penelitian (Rahmat & Suyanto, 2016) dengan judul *Post Power Syndrome* dan Perubahan Perilaku Sosial Pensiunan Guru, yang bertempat di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 2 Yogyakarta ditemukan bahwa faktor kehilangan jabatan karena pensiun membuat munculnya gejala emosi, fisik dan perilaku yang negatif terhadap subjek.

Untuk memperkuat data terkait *Post Power Syndrome* penulis melakukan wawancara awal dengan beberapa narasumber pensiunan kepala sekolah di kabupaten Kudus. Wawancara pertama di lakukan pada tanggal 27 maret 2021 dengan subjek berinisial N. Beliau merupakan salah satu pensiunan kepala sekolah di kabupaten Kudus yang sudah pensiun di tahun 2020. Terkait penghasilan, meskipun pendapatan N berkurang namun, N tidak merasakan kehilangan berarti hal itu di karenakan istri dan anak-anaknya masih bekerja sehingga dari segi keuangan N tidak begitu terpengaruh. N merasa masih di rindukan oleh teman-teman seprofesi. Untuk gejala terkait hanya ada beberapa yang nampak seperti kehilangan fungsi eksekutif, yang mana di sini N sekarang sudah tidak memilikim kewenangan.

Wawancara berikutnya di lakukan pada tanggal 30 Maret 2021 dengan narasumber berinisial F yang baru pensiun di akhir tahun 2020. Dari hasil wawancara dengan F di dapat hasil bahwa dia adalah orang yang sangat di rindukan oleh teman-teman seprofesinya. Saat di tanya terkait progam dan kebijakan yang beliau buat saat menjabat beliau merasa progam-programnya sewaktu masih menjabat layak dan patut untuk di lanjutkan. Informan merasa kehilangan hampir separuh penghasilannya. Sesudah melakukan wawancara F sedikit cemas terkait dengan hasil dari wawancara di tersebar bahkan sampai mengultimaturnya penulis bila ada sekiranya hal negatif maka penulis harus bertanggung jawab.

Wawancara terakhir dengan Subjek berinisial D di lakukan pada tanggal 20 April 2021 yang pensiun pada tahun 2019. D sendiri sudah pensiun hampir dua tahun dimana di sini masa-masa pensiun tersebut, D memilih alih profesi sebagai petani beras untuk mengisi kesibukan. D termasuk orang yang di anggap penting dan di hormati oleh rekan di tempat dia mengajar. Terkadang D juga rindu dengan pekerjaannya dulu saat masih mengajar. Dalam wawancara tak jarang beliau sedikit lupa terkait detail kejadian yang beliau alami.

Hasil penelitian dari Suyanto (2016) yang berjudul *Post Power Syndrome* dan Perubahan Perilaku Sosial Pensiunan Guru menerangkan bahwa adanya gejala *Post Power Syndrome* pada setiap individu. Untuk mengisi waktu luang setiap subjek mencari kesibukan masing-masing yang berguna bagi diri sendiri maupun orang lain baik bidang ekonomi, sosial, pendidikan maupun agama. Dari

penelitian tersebut juga di dapatkan hasil bahwa penghasilan, kewibawaan, dan rekan kerja yang hilang dapat mempengaruhi dalam timbulnya stres.

Yunian (2013) dalam penelitiannya yang berjudul Pengaruh Optimisme Menghadapi Masa Pensiun Terhadap *Post Power Syndrome* pada Anggota Badan Pembina Pensiunan Pegawai (BP3) Pelindo Semarang juga menghasilkan kesimpulan bahwa rasa optimis para pensiunan sangat tinggi terkait menghadapi masa pensiun. Namun rasa optimisme para pensiunan tinggi mereka masih di kategorikan terkena gejala *Post Power Syndrome* ringan.

Dalam penelitian Indriana dan Nurhayati (2015) yang berjudul Harga Diri dan Kecenderungan *Post Power Syndrome* pada Pensiunan Pegawai Negeri Sipil Anggota PWRI Cabang Kota Cirebon menyebutkan bahwa adanya hubungan negatif antara harga diri dengan kecenderungan *Post Power Syndrome* di mana dalam penelitian tersebut menerangkan bahwa *Post Power Syndrome* muncul bukan hanya karena seorang individu sudah tidak bekerja dan kehilangan fasilitas terdahulu melainkan juga karena individu tersebut kehilangan kontak sosial dengan rekan kerja dan relasi dengan kelompok eksklusif.

Maka dari itu berdasarkan fenomena, urgensi dan hasil wawancara di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian terkait Faktor-Faktor *Post Power Syndrome* pada Pensiunan Kepala Sekolah di Kabupaten Kudus.

B. TUJUAN

Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis faktor-faktor dari *Post Power Syndrome* pada Pensiunan Guru yang pernah menjadi Kepala Sekolah di Kabupaten Kudus.

C. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan memberikan sumbangan pengetahuan bagi pengembangan ilmu psikologi, terutama psikologi klinis yang berkaitan dengan *Post Power Syndrome* pada pensiunan kepala sekolah di kabupaten Kudus.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi informan

Hasil dari penelitian yang di lakukan di harapkan dapat menjadi informasi bagi para pensiunan kepala sekolah dalam menjalani pensiun kedepannya agar terhindar dari *Post Power Syndrome*

b. Penelitian selanjutnya

Hasil dari penelitian yang dilakukan diharapkan memberikan sumbangan referensi bagi penelitian selanjutnya terkait *Post Power Syndrom* bagi pensiunan guru.