

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bekerja merupakan aktivitas seseorang untuk mencapai tujuan tertentu, dengan bekerja individu dapat memperoleh kepuasan tersendiri, karena disamping mendatangkan uang dan fasilitas, juga dapat memberikan nilai dan kebanggaan pada diri sendiri. Individu dapat berprestasi ataupun melakukan kebebasan menuangkan kreativitas. Dengan bekerja individu dapat menunjukkan produktivitas untuk membuktikan dirinya.¹

Pada saat seseorang sudah menggapai keberhasilan dalam pekerjaan, seseorang akan berusaha mengaktualisasikan secara sempurna, keterampilan dan kemampuan yang telah dimiliki, sehingga nantinya akan memiliki kedudukan atau posisi yang baik dalam pekerjaannya. Tetapi tidak menutup kemungkinan bahwa manakala satu waktu, kedudukan atau posisi tersebut harus di lepaskan seseorang juga harus merelakan kedudukannya tersebut. Apabila seseorang mengalami perubahan yang berhubungan dengan pekerjaannya, dan pertama kali bisa dilihat ketika memasuki masa pensiun.

Konsep hidup terhadap pensiun membuat sebagian orang menjadi pencemas karena merasa kehilangan pekerjaan sebagai tempat mencari penghasilan. Kata pensiun cenderung memberikan kesan pasif, dimana manusia yang telah pensiun akan menjalani hari-hari berikutnya dengan waktu rehat dan menjalani sisa hidup tanpa bisa melakukan banyak pekerjaan, terutama pekerjaan untuk

¹Hutapea, R. (2005). *Sehat & Ceria di Usia Senja*. Hlm 32. Cetakan Pertama. Jakarta: Rineka Cipta

menghasilkan keuangan bagi keluarganya.

Pensiun seringkali tidak menyenangkan menjelang masanya tiba, sebagian individu merasa khawatir kehidupan yang akan dihadapinya kelak. Seseorang yang memasuki masa pensiun sering dianggap sebagai individu yang tuna karya (tidak dibutuhkan lagi tenaga dan pikirannya). Anggapan semacam ini membuat individu tidak bisa lagi menikmati masa pensiunnya dengan hidup santai dan ikhlas. Ketakutan menghadapi masa pensiun, membuat banyak orang mengalami problem serius baik dari sisi kejiwaan maupun fisik, terlebih individu yang memiliki ambisi yang besar serta sangat menginginkan posisi yang tinggi dalam pekerjaannya. Hal ini akan sangat rentan bagi individu untuk mengalami goncangan ketika pensiun yang biasa kita kenal sebagai *post power syndrome*.²

Post power syndrome yaitu gejala kejiwaan yang kurang stabil dan muncul tatkala seseorang turun dari jabatan yang dimiliki sebelumnya, ditandai dengan melakukan pola-pola kekerasan yang menunjukkan kemarahan baik di rumah maupun tempat lain.

Post Power Syndrome hampir selalu dialami terutama orang yang sudah lansia dan pensiun dari pekerjaannya, hanya saja banyak orang yang berhasil melalui fase ini dengan cepat dan dapat menerima kenyataan dengan hati yang lapang, dengan ditambah tuntutan hidup yang harus mendesak. Bila dirinya adalah satu-satunya penopang hidup keluarga, risiko terjadinya *Post Power Syndrome* yang berat semakin besar.³

Ketika masa pensiun itu benar-benar tiba, bagaimanapun juga masa itu tampak kurang

²Dinsi, V., Setiati, E., & Yuliasari, E. (2006). *Ketika Pensiun Tiba*. Hlm 41 Jakarta: Wijayata Media Utama.

³Wardhani, D. (2006). *Post Power Syndrome*. <http://www.wedangjahe.com>

diinginkan dari masa sebelumnya. Para hakim di Amerika Serikat misalnya umumnya menunda pensiun dengan tujuan mengabaikan umur tuanya, kesehatan yang lemah (Garrow, 2002) dan masa pensiun Epstein, Segal, Spaeth, Walker, 2006; Yoon 2006). Masa pensiun akan menjadi lebih sulit khususnya bagi mereka yang memiliki kekuasaan atau duduk pada level tinggi di pekerjaannya (Abel and Kruger, 2005; Gavrilov and Gavrilova, 2001; Hollander 1972; McCann 1972; Quint and Cody 1970; Redelmeier and Singh 2001a, 2001b; Treas 1977; Waterbor et al (1988).

Dalam Al-Qur'an Allah SWT berfirman, yang artinya:

“Dan katakanlah: “Bekerjalah kamu, Maka Allah dan Rasul-Nya serta orang-orang mukmin akan melihat pekerjaanmu itu, dan kamu akan dikembalikan kepada (Allah) yang mengetahui akan yang ghaib dan yang nyata, lalu diberitakan-Nya kepada kamu apa yang telah kamu kerjakan.”⁴ (Q.S At-Taubah: 105).

Dalam ayat di atas dijelaskan setiap orang tidak memiliki batasan usia untuk bekerja karena apapun yang dikerjakannya, Tuhan melihat semuanya dan memberikan balasan atas pekerjaan itu. Untuk itu, kepada tiap-tiap anggota keluarganya yang akan memasuki masa pensiun dari pekerjaannya, hendaknya memberikan informasi (sesuai bentuk dukungan sosial) bahwa tidak ada batasan usia berhenti bekerja. Meskipun telah diberhentikan dari pekerjaannya, masih ada pekerjaan lain yang bisa dikerjakan untuk mengisi masa-masa pensiun itu.

Salah satunya di contohkan oleh Rasulullah SAW bahwa beliau tetap menyiarkan Islam dan berdakwah, ini bisa dilakukan oleh orang tua yang pensiun terhadap anak-anaknya atau cucu-

⁴Q.S At-Taubah Ayat: 105

cucunya, memberikan siraman rohani untuk keluarga.

Bekerja setelah pensiun memberikan manfaat kesehatan, yaitu terhindarnya dari penyakit *Alzheimer* atau penyakit demensia. Sebuah kajian di Inggris telah menemukan keterkaitan antara mundurnya usia pensiun dengan lambatnya kemunculan penyakit *Alzheimer* terus akan melakukan aktivitas kerja akan menghindari penyakit ini.

اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ ٥٤

”Allah, Dialah yang menciptakan kamu dari Keadaan lemah, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah keadaan lemah itu menjadi kuat, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah kuat itu lemah (kembali) dan beruban. Dia menciptakan apa yang dikehendaki-Nya dan Dialah yang Maha Mengetahui lagi Maha Kuasa.”⁵

Penafsiran ayat Q.S Ar-Ruum ayat:54, tafsir ayat tersebut adalah “Allah lah yang menjadikan kamu lemah” mulai lahir kedunia kita manusia masih serba dalam keadaan lemah. Lemas sejak dari jasmani sampai kepada rohani, lemah akal dan budi, lemah ikhtiar dan usaha, bahkan sama sekali belum dapat berdiri sendiri. “Kemudian itu dari sesudah lemah Dia jadikan kuat” dari sejak tidur terguling sampai pandai merangkak, sampai berangsur berlatih tegak dan jatuh dan tegak lagi, sampai dapat berdiri dan tegak lurus dan berjalan dan sampai akalpun tumbuh dan kuat berdiri sendiri sampai dapat mendirikan rumah tangga dan memimpin pula anak dan istri, berusaha mencari rezeki anugerah Tuhan hingga kuat menhadapi hidup. “kemudian Dia

⁵Q.S Ar-Ruum Ayat: 54

menjadikan sesudah kuat itu lemah (kembali) dan beruban”, dari sesudah kuat itu Allah menjadikan kita lemah kembali yaitu dalam keadaan sudah memasuki usia tua yang segala sesuatu dalam keadaan tidak berdaya.

Dari hasil observasi pertama yang bertempat di Kampung Panggilingan Desa Cikitu Kecamatan Pacet Kabupaten Bandung terdapat beberapa pensiunan, salah satunya TNI AD. Ketika observasi pertama penulis bertemu dengan salah satu anggota TNI AD yang penulis wawancarai. Beliau adalah salah satu anggota TNI AD yang dalam satu bulan kedepan akan menghadapi pensiun. Beliau mengatakan bahwa kurang siap dengan ketetapan pensiun yang semakin mendekat. Beliau berpandangan bahwa banyak kekurangan yang akan beliau rasakan setelah pensiun. Lalu penulis bertemu dengan salah satu guru yang sudah pensiun dan mewawancarainya. Ia mengatakan bahwa pensiun adalah masa kejenuhan dimana seringkali ia menghabiskan waktunya ditempat bekerja dan sekarang mau tidak mau harus menghabiskan waktu di rumah.

Dapat kita lihat pada era globalisasi seperti ini banyak manusia modern yang mengalami gangguan kejiwaan atau mental, karena sebagian manusia tidak dapat menyesuaikan diri dengan situasi yang baru, akibatnya manusia modern kerap di hinggapi berbagai macam masalah psikologi.

Salah satu upaya untuk menyembuhkan penyakit kejiwaan yang melanda manusia modern adalah melalui agama, manusia modern hendaknya kembali pada agama dengan cara menghidupkan ajaran-ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari karena manusia modern membutuhkan agama.

Dra. Taslimah sebagaimana dikutip Arman Arrais, mengatakan: “dalam masyarakat modern banyak ditemukan penderitaan batin yang memuncak, padahal kemajuan teknologi di iringi kemajuan perawatan jiwa. Akal manusia memang mengalami perkembangan pesat namun hati manusia tetap dalam keadaan lemah. Untuk itu manusia membutuhkan penopang kekuatan jiwa mereka lalu mencari taswuf.”

Terapi sufistik ini menjadi penting di era modern sekarang, bahkan beberapa ahli kedokteran jiwa meyakini bahwa penyembuhan penyakit pasien dapat dilakukan dengan cepat jika menggunakan metode-metode yang berdasarkan spiritual keagamaan, yaitu dengan membangkitkan keimanan kepada Tuhan lalu menggerakannya kearah pencerahan batinnya yang pada hakikatnya menimbulkan kepercayaan bahwa Tuhan yang Maha Esa adalah satu-satunya kekuatan dalam segala penderitaan.

Salah satu ketertarikan penulis memilih terapi dengan menggunakan logoterapi dapat digambarkan sebagai corakdimensi kerohanian (spiritual) pada umumnya manusia mengalami dimensi ragawi dan kejiwaan, serta beranggapan bahwa hasrat untuk hidup bermakna dengan jalan menemukan dan mengembangkan makna hidup.

Salah satu bentuk terapi yang sesuai dengan masalah manusia pada zaman sekarang khususnya bagi penderita *post power syndrome* adalah bentuk terapi psikologi (logoterapi).

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, penulis merasa tertarik untuk menganalisa lebih jauh mengenai masalah tersebut dan akan mengangkatnya dengan judul “Logoterapi Sebagai Alternatif Terapi Psikologi untuk Mengatasi *Post Power Syndrome*.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan beberapa hal yang melatarbelakangi permasalahan dalam penelitian ini, maka dapat dirumuskan masalah yang sesuai dengan tema sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran *post power syndrome* pada pensiunan di Kampung Panggilingan Desa Cikitu Kecamatan Pacet Kabupaten Bandung ?
2. Bagaimana metode logoterapi untuk mengatasipost *power syndrome*?

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

a. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui gambaran *post power syndrome* pada pensiunan di Kampung Panggilingan Desa Cikitu Kecamatan Pacet Kabupaten Bandung
2. Mengetahui bagaimana metode logoterapi untuk mengatasi *post power syndrome*

b. Kegunaan Penelitian

Selain tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini, ada juga kegunaan yang ingin di capai oleh peneliti dari penelitian ini. Kegunaan penelitian ini meliputi:

1. Kegunaan secara teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan menjadi sumbangan informasi tentang gambaran *post power syndrome* pada pensiunan, serta sejauh mana gambaran proses spiritual *post power syndrome* pada pensiun dan bagaimana proses logoterapi dapat dipakai sebagai salah satu alternatif bentuk terapi psikologi untuk mengatasi *post power syndrome* di Kampung Panggilingan Desa Cikitu Kecamatan Pacet Kabupaten Bandung.

2. Kegunaan secara praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan memperluas wawasan berpikir bagi penulis. Selain itu, penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai referensi bagi penelitian lebih lanjut khususnya yang meneliti lebih mendalam tentang permasalahan ini.

3. Untuk meneliti pengaruh suatu perlakuan tertentu pada pensiunan dan membuktikan pengaruh perlakuan tersebut.

D . Tinjauan Pustaka

Berangkat dari survei yang penulis telusuri di berbagai media, menunjukkan bahwa tinjauan untuk tulisan skripsi yang terkait dengan penelitian ini adalah:

- 1) Penelitian yang berbentuk jurnal di akses pada 04-10-2016 (19:37): Karya dari Faizal Ramadhan Syah Pusadan dari Universitas Muhammadiyah Surakarta tentang “Hubungan Religiusitas dan Regulasi dengan Kecenderungan *Post Power Syndrome* pada Guru Menjelang Pensiun.” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan regulasi emosi dengan *Post Power Syndrome* pada guru menjelang pensiun dengan profil mereka. Faktor yang mempengaruhi religiusitas dengan *Post Power Syndrome* pada guru menjelang pensiun. Penelitian kualitatif ini dilakukan dengan mumerikal dan metode statistic. Informan dalam penelitian ini adalah Guru yang berstatus PNS di Kecamatan Pangandaran Kabupaten Sragen Jawa Tengah dengan populasi 49 guru yang berada di Kecamatan Sragen. Hasil penelitiannya menyatakan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara religiusitas dan regulasi emosi dengan kecenderungan *post power syndrome*.
- 2) Penelitian yang berbentuk jurnal di akses pada: 17-11-2016 (22:53): Karya Syaiful Fakhri dari Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta 2012. Tentang “Dinamika Spiritual pada Pensiunan”. Penelitian ini fokus pada dinamika pemikiran tentang spiritual pengalaman agama. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan memahami tentang spiritual dinamika pensiun yang difokuskan pada profil mereka, faktor yang memiliki pengaruh spiritual pensiun, dan bagaimana dinamika spiritual muncul dari diri pensiun. Penelitian kualitatif ini dilakukan dengan wawancara mendalam, observasi dan studi dokumentasi sebagai teknik untuk mendapatkan data. Informan penelitian ini adalah dua pensiun yang berdomisili di Yogyakarta. Hasil dari penelitian ini adalah kedua pensiun memiliki profil yang sangat berbeda meskipun mereka pensiun sama PNS, perbedaan

mereka baik dalam segi latar belakang pendidikan, keluarga, karir, kesehatan dan kegiatan mereka setelah pensiun.

- 3) Penelitian yang berbentuk jurnal di akses pada 04-10-2016 (19:37): Karya Puji Purwanti dari Universitas Islam Negeri Sunan Kali Jaga Yogyakarta 2009. Tentang “*Post Power Syndrome* pada Purnawirawan Kepolisian Negara Republik Indonesia Ditinjau dari Konsep Diri.” Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menguji hubungan antara *post power syndrome* terhadap pensiunan polisi di Kabupaten Temanggung. Adapun yang menjadi focus utama dalam penelitian ini adalah tentang konsep diri dengan melihat dari gejala fisik, emosi dan perilaku dari purnawirawan polisi tersebut.
- 4) Penelitian yang berbentuk jurnal di akses pada 17-03-2017 (22:28). Karya Moh Pa’it dari Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya 2017. Tentang “Bimbingan Konseling Islam Dengan terapi Rasional Emotif Dalam Mengatasi *Post Power Syndrome*.” Pada penelitian ini lebih di fokuskan pada penerapan bimbingan konseling islam dengan asas-asas tertentu dalam mengatasi *post power syndrome*.

Secara umum dari hasil penelitian terdahulu tidak ada kesamaan pada kajian penelitian yang akan di bahas pada penelitian ini. maka dalam penelusuran kepustakaan, sejauh peneliti ketahui, belum ditemukan karya yang membahas sesuai dengan topik ini. Meskipun terdapat karya ilmiah yang memiliki keterkaitan dengan penelitian ini. Yang membedakan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu mengetahui sejauh mana *post power syndrome* pada pensiunan, dan bagaimana logoterapi dapat menjadi salah satu alternatif terapi psikologi bagi penderita *post power syndrome*. Karena mayoritas yang mengalami *post power syndrome* terjadi pada pensiunan, tetapi memang tidak semua pensiunan mengalami *post power syndrome*. Sehingga

penulis tertarik untuk mengangkat judul “Logoterapi Sebagai Alternatif Terapi Psikologi Bagi Penderita *Post Power Syndrome*.”Oleh karena itu sejauh ini yang membahas mengenai judul yang berkaitan tidak ada yang terlalu signifikan kesamaannya.

