

HUBUNGAN RASA SYUKUR DAN HARGA DIRI DENGAN KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF PADA PENSIUNAN PEGAWAI NEGERI SIPIL

NARINTYA PUJI KURNIANITA

Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya

narintyapk@gmail.com

Abstrak – Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara rasa syuku dan harga diri dengan kesejahteraan subjektif pada pensiunan pegawai negeri sipil (PNS). Subjek penelitian ini adalah 57 orang pensiunan pegawai negeri sipil (PNS) dengan karakteristik maksimal 3 tahun menjalani masa pensiun, pensiun normal sesuai dengan umur yang ditetapkan dan berdomisili di Surabaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan kuesioner untuk mengumpulkan data, dengan metode analisis regresi ganda dan korelasi parsial. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara rasa syukur dan harga diri dengan kesejahteraan subjektif pada pensiunan pegawai negeri sipil ($F= 21.670$; $R^2= 0.445$; $p < 0.001$). Pada uji korelasi parsial terdapat hubungan antara rasa syukur dengan kesejahteraan subjektif dengan mengontrol harga diri ($r_{parsial} = 0.508$; $p < 0.001$), namun pada uji korelasi parsial harga diri dengan kesejahteraan subjektif dengan mengontrol rasa syukur menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan ($r_{parsial}= 0.231$; $p>0.05$). Implikasi hasil dari penelitian ini bahwa perlu membentuk program finansial, dan psikologis bagi para PNS menjelang masa pensiun. Saran penelitian selanjutnya adalah variabel lain sebagai prediktor kesejahteraan subjektif (optimisme, kepribadian, kesehatan fisik, usia, jenis kelamin, religiusitas, dan interaksi sosial), dan karakter subjek penelitian yang berbeda (BUMN, buruh, dll).

Kata kunci : *rasa syukur, harga diri, kesejahteraan subjektif, pensiunan pegawai negeri sipil*

Abstract - *This study aims to examine the correlation between gratitude and self-esteem with subjective well-being on retired civil servants (PNS). The participants of this research is 57 retired civil servants (PNS) with maximum characteristic of 3 years of retirement, normal retirement in accordance with established age and domiciled in Surabaya. This study uses a quantitative approach and a questionnaire to collect data, with the method of multiple regression analysis and partial correlation. The results of this study indicate that there is a relationship between gratitude and self-esteem with subjective well-being on retired civil servants ($F = 21.670$; $R^2 = 0.445$; $p < 0.001$). In the partial correlation test there is a relationship between gratitude and subjective well-being by controlling self-esteem ($r_{parsial} = 0.508$; $p < 0.001$), but on the partial correlation test of self-esteem with subjective*

well-being by controlling gratitude shows no significant relationship ($r_{\text{parsial}} = 0.231$; $P > 0.05$). The implications of this study suggest that it is necessary to establish a financial, and psychological program for civil servants ahead of retirement. The next research suggestion is another variable as a predictor of subjective well-being (optimism, personality, physical health, age, gender, religiosity, and social interaction), and character of different research subjects (SOEs, laborers, etc.).

Keywords: *gratitude, self esteem, subjective well-being, pensioners, civil servants*

PENDAHULUAN

Bekerja adalah suatu aktivitas yang dilakukan untuk memenuhi kebutuhan individu. Menurut Steer & Porter (dalam Eliana, 2003) dengan bekerja akan mendapatkan uang untuk memenuhi kebutuhan, tidak hanya materi, tetapi juga psikologis. Jika ditinjau dari kebutuhan psikologis makna bekerja dapat juga untuk mendapatkan identitas diri, status, ataupun fungsi sosial. Semakin lama bekerja maka semakin identitas tersebut melekat pada diri individu. Manusia tidak bekerja sepanjang hidupnya, ada batasan waktu yang dilihat dari umur dalam bekerja. Pemberhentian untuk bekerja ini dinamakan pensiun. Schwatz dalam Hurlock (2008) mengatakan bahwa pensiun merupakan pola hidup atau masa transisi dari pola hidup yang sudah menjadi rutinitas sebelumnya ke pola hidup yang baru, sehingga pensiun selalu menyangkut perubahan peran, dari bekerja menjadi tidak bekerja atau terjadinya perubahan keinginan dan nilai seperti rasa ingin dihargai dan dihormati.

Salah satu pekerjaan yang banyak di Indonesia adalah Pegawai Negeri Sipil. Pasal 1 sub a UU No 8 tahun 1974 tentang pokok-pokok kepegawaian merumuskan Pegawai Negeri sebagai seseorang yang telah memenuhi syarat-syarat yang ditentukan dalam peraturan perundang-undangan yang berlaku, diangkat oleh pejabat yang berwenang dan disertai tugas dalam suatu jabatan negeri atau disertai tugas negara lainnya, yang ditetapkan berdasarkan sesuatu peraturan perundang-undangan yang berlaku. Lingkup pegawai negeri adalah Pegawai Negeri Sipil (PNS) serta ABRI dan Polisi. Pada setiap negara telah ditetapkan masing-masing batasan usia dalam pensiun, di Indonesia Kementerian Keuangan Republik Indonesia dan Kepegawaian Negara dalam surat edaran bersama tahun 2014 menetapkan batas usia pensiun normal pada pegawai negeri antara 58 hingga

65 tahun tergantung pada jabatan yang dimiliki. Beberapa orang merasa kondisi fisik yang masih mampu untuk bekerja tetapi harus tetap dipensiunkan, hal tersebut terkadang menjadikan masa pensiun tidak selalu sesuatu yang menyenangkan.

Ada yang menganggap masa pensiun adalah masa seseorang beristirahat dari pekerjaan dan memperbanyak menghabiskan waktu untuk keluarga, tetapi ada beberapa orang yang menganggap bahwa masa pensiun dengan sudut pandang negatif, karena adanya kecemasan dalam dirinya bahwa tidak dapat memenuhi kebutuhan sehari-harinya baik secara fisik dan ekonomi. Individu yang merasa puas dengan pekerjaannya juga belum tentu dapat menyesuaikan diri dengan baik pada masa pensiun. Delamontage adalah seorang CEO perusahaan *software* yang awalnya merasa siap, baik secara finansial ataupun mental, namun setelah beberapa bulan pensiun, mulai merasakan suatu emosi yang tidak dapat dijelaskan, ketika bangun tidur merasa kosong dan tidak ada sesuatu yang dapat menarik perhatiannya (Sukei, 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh Holmes & Rahe (dalam Eliana, 2003) mengungkapkan bahwa masa pensiun menempati rangking 10 besar untuk posisi stres. Ilmuwan gerontologi berpendapat bahwa pensiun menimbulkan sejumlah efek negatif. Pensiun dapat menyebabkan kesulitan ekonomi, demoralisasi, menurunnya harga diri, berkurangnya aktivitas, meningkatkan isolasi dan kesepian, menurunkan kondisi fisik dan kesehatan mental (Atchley, 2007) serta perasaan tidak berguna bagi lingkungannya, maka individu cenderung mudah marah, frustrasi, kecewa, bingung, dan berada dalam ketidakpastian (Setyarini & Atamimi, 2011).

Menurut Erickson (dalam Santrock, 2002) manusia mengalami perubahan perkembangan sepanjang siklus kehidupan manusia. Dari delapan tahapan perkembangan menurut Erikson (dalam Santrock, 2002) individu yang telah pensiun berumur 60 tahun ada pada tahapan *integrity vs despair*. Dalam tahap ini, peristiwa penting yang ada pada tahap ini adalah individu tersebut merefleksikan apa yang telah dilakukan dalam kehidupan. Pada tahap ini individu mulai mengatasi masalah terkait dengan kemungkinan akan kematiannya. Permulaan pada tahap ini seringkali dipicu oleh pensiun, kematian pasangan, kehilangan teman, menghadapi penyakit dan perubahan lainnya di dalam hidup. Selama tahap periode ini, individu

merefleksikan kembali kehidupan yang telah dijalani dan dengan perasaan pemenuhan dari kehidupan yang dijalani atau perasaan penyesalan dan keputusan atas kesalahan dalam hidup.

Individu yang dapat melihat kembali kehidupannya dengan rasa puas akan menghabiskan masa hidupnya tanpa penyesalan. Jika hasil refleksi tersebut menunjukkan mereka melakukan sesuatu yang baik dalam hidupnya maka muncullah suatu emosi positif yaitu integritas ego, jika ia menganggap bahwa kehidupannya dengan cara negatif maka akan cenderung merasa bersalah dan kecewa (*despair*). Refleksi hidup ini erat kaitannya dengan kepuasan. Adanya emosi positif, emosi negatif, dan kepuasan hidup memunculkan apa yang disebut kebahagiaan yang dalam istilah ilmiahnya disebut dengan kesejahteraan.

Kesejahteraan subjektif merupakan suatu bentuk evaluasi mengenai kehidupan individu yang bersangkutan. Bentuk evaluasi dapat dilakukan melalui dua cara yaitu: penilaian secara kognitif, seperti kepuasan hidup, dan respon emosional terhadap kejadian, seperti merasakan emosi yang positif (Diener, 2002). Diener (1995) mengemukakan bahwa kesejahteraan subjektif yang tinggi merefleksikan lebih banyak pikiran dan perasaan positif di dalam hidup. Pada level kognitif, kesejahteraan subjektif berisikan kepuasan hidup secara global, lebih spesifik kepuasan pada pekerjaan, pernikahan, dan lain lain. Pada level afektif, terutama pada kesejahteraan subjektif yang tinggi banyak memberikan tentang emosi-emosi yang menyenangkan. Pada kesejahteraan subjektif yang rendah, menilai keadaan hidup mereka dan peristiwa sebagai yang tidak diinginkan, dan karena itu merasa emosi yang tidak menyenangkan seperti kecemasan, depresi, dan kemarahan. Pada individu yang memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi akan cenderung untuk puas dan menerima seluruh kejadian dalam hidupnya menjadi sesuatu yang positif dan tidak membandingkan hidupnya dengan orang lain.

Dari penjelasan di atas dapat dikatakan bahwa semakin seseorang merasa puas dengan hidupnya, maka orang tersebut akan memandang hidupnya sebagai sesuatu yang positif dan akan memiliki rasa syukur atas apa yang telah didapatnya. Hal tersebut dikuatkan oleh penelitian bahwa kesejahteraan subjektif berkorelasi positif dengan rasa syukur (Park, Peterson, & Seligman, 2004). Wood dkk (2010) mengatakan bahwa rasa syukur menyebabkan seseorang mempunyai kesejahteraan

subjektif yang tinggi, dan juga sebaliknya. Semakin memiliki rasa syukur akan semakin sejahtera hidupnya. Seseorang dengan rasa syukur yang tinggi akan memiliki tingkat stres yang lebih rendah, tidak mudah depresi, dan memiliki penerimaan sosial.

Emmons dan McCullough (2003) menemukan bahwa orang-orang yang bersyukur tidak hanya menunjukkan keadaan mental yang lebih positif (misalnya antusias, tekun, dan penuh perhatian), tetapi juga lebih murah hati, peduli, dan membantu orang lain. Pada pensiunan yang memasuki usia lanjut pentingnya mempunyai rasa syukur yang tinggi atas apa yang telah dilakukannya selama hidupnya. Jika memiliki rasa syukur yang tinggi maka puas dengan kehidupannya dan memiliki emosi yang positif serta memandang kehidupan sebelumnya dengan positif dan tugas perkembangannya yaitu integritas akan tercapai.

Selain rasa syukur, harga diri adalah salah satu faktor yang memengaruhi kesejahteraan subjektif (Diener, Oishi & Lucas 2003). Harga diri adalah evaluasi yang dibuat oleh individu dan biasanya berhubungan dengan penghargaan terhadap dirinya sendiri, hal ini mengekspresikan suatu sikap setuju atau tidak setuju dan menunjukkan tingkat di mana individu ini meyakini diri sendiri mampu, penting, berhasil, dan berharga (Coopersmith, 1976). Pada penelitian yang dilakukan oleh Schimmack dan Diener (2002) hasilnya menunjukkan bahwa harga diri yang jelas (*explicit self esteem*) secara signifikan menjadi prediktor untuk kesejahteraan subjektif di semua aspek.

Pentingnya harga diri pada pensiunan adalah bagaimana para pensiunan merasa mampu untuk menjalani kehidupannya setelah berhenti bekerja terlepas dari semua identitas dan fasilitas yang didapatkannya selama bekerja. Jika individu merasa tidak mampu dan tidak berharga setelah memasuki masa pensiun, maka dapat menyebabkan ketidakpuasan akan kehidupannya sekarang. Ketika individu memiliki harga diri yang tinggi, maka akan merasa bahwa dirinya mampu dan berguna bagi lingkungannya, sehingga dapat meningkatkan kepuasan hidup bagi individu tersebut. Harga diri merupakan faktor penting dalam *psychological survival* dan sebagai faktor primer kualitas hidup (McKay & Fanning, dalam Setyarini & Atamimi, 2011). Berdasarkan uraian diatas, peneliti bertujuan untuk

menguji hubungan antara rasa syukur dan harga diri dengan kesejahteraan subjektif para pensiunan pegawai negeri sipil.

METODE

Penelitian ini dilakukan pada 57 orang pensiunan pegawai negeri sipil dengan karakteristik maksimal 3 tahun menjalani masa pensiun, jenis pensiun normal dengan usia yang ditentukan oleh pemerintah, dan berdomisili di Surabaya. Penelitian ini termasuk dalam survei korelasional. Metode pengumpulan data adalah *snowball sampling*. Teknik analisis data menggunakan regresi berganda dan korelasi parsial. Angket yang digunakan terdiri dari angket terbuka dan tertutup, angket terbuka berisi pertanyaan

Kesejahteraan subjektif diukur menggunakan skala yang dibuat oleh Hartanti (2010). Skala tersebut mengukur aspek kesejahteraan subjektif yang dikemukakan oleh Diener (1993) yaitu *life satisfaction*, *presence of frequent positive affect*, dan *relative absence of negative affect*. Angket ini berskala likert dan terdiri dari 30 pernyataan, jawaban terbagi dalam 5 alternatif jawaban.

Rasa syukur diukur menggunakan skala yang dibuat berdasarkan komponen rasa syukur yang dikemukakan oleh Fitzgerald (1998) dan Peterson & Seligman (2004). Angket ini berskala likert dan terdiri dari 33 pernyataan, yang terbagi dalam 5 alternatif jawaban. Aspek yang diukur adalah rasa syukur dan jenis rasa syukur, antara lain apresiasi terhadap seseorang/sesuatu, niat baik, bertindak positif, rasa syukur personal, dan rasa syukur transpersonal.

Harga diri diukur menggunakan skala *Coopersmith Self Esteem Inventory* (CSEI) yang diadaptasi oleh Ryden (1978) yang mengukur aspek personal, hubungan dengan teman, hubungan dengan keluarga, dan pemaknaan pada pekerjaan. Angket ini terdiri dari 58 pernyataan, jawaban terbagi dalam 2 alternatif jawaban.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil uji hipotesis

| Variabel | R | R square | F | p | Status |
|---|----------|-----------------|----------|----------|---------------|
| Rasa syukur dan harga diri dengan kesejahteraan subjektif | 0.667 | 0.445 | 21.670 | 0.000 | H1 diterima |

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa H1 diterima yaitu terdapat korelasi yang signifikan antara rasa syukur dan harga diri dengan kesejahteraan subjektif yang dilihat dari $F = 21.670$ dan nilai signifikansi $0.000 (< 0.05)$. Nilai R pada hasil uji hipotesis tersebut sebesar 0.667 serta sumbangan rasa syukur dan harga diri terhadap kesejahteraan subjektif sebesar 44.5% ($R \text{ square} = 0.445$).

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh *Tian, Pi', Huebner dan Du (2016)* yang menunjukkan bahwa rasa syukur secara signifikan memiliki hubungan dengan kesejahteraan subjektif. Selain itu *Srivastava & Singh (2015)* juga menunjukkan bahwa baik optimisme ataupun harga diri memiliki efek yang signifikan pada kepuasan hidup global, perasaan positif dan negatif yang merupakan aspek dari kesejahteraan subjektif. Berdasarkan 3 aspek kesejahteraan subjektif pada penelitian ini, aspek *relative absence of negative affect* menunjukkan nilai rata-rata (*mean*) yang paling tinggi, diikuti oleh *presence of frequents positive affect*, dan yang menunjukkan nilai rata-rata (*mean*) paling rendah adalah *life satisfaction* atau kepuasan hidup.

Penilaian ulang yang positif kehidupan sehari-hari dikaitkan dengan peningkatan pengaruh positif, harga diri, dan penyesuaian psikologis. Emosi positif dapat meningkatkan harga diri karena adanya hubungan dengan pengalaman emosional yang terjadi (*Nezlek & Kuppens, 2008*). Ketika seseorang menilai ulang pengalaman emosional yang terjadi dengan positif maka akan muncul emosi-emosi positif yang dapat meningkatkan harga diri. Pada konteks pensiun, ketika individu menilai kembali masa pensiunnya dengan sudut pandang yang positif maka akan memunculkan emosi-emosi positif yang akan membuat harga diri pada individu tersebut meningkat.

Kepuasan hidup menjadi aspek yang menunjukkan nilai rata-rata (*mean*) paling kecil, karena adanya ketidakpuasan dalam hal ekonomi dan kesehatan. Sebanyak $1/3$ orang mengalami penurunan kepuasan hidup pada masa pensiun (*Atchley, 2007; Davis, 2007*). Pada penelitian dari angket terbuka mengungkapkan masalah yang paling banyak adalah masalah kesehatan dan ekonomi. Pada usia lanjut kesehatan cenderung menurun pada kebanyakan orang, munculnya penyakit seperti diabetes, hipertensi, jantung, dan lain-lain. Masalah ekonomi yang terjadi

pada pensiunan adalah pendapatan yang tidak sama dengan saat bekerja, pendapatan yang berkurang namun kebutuhan sehari-hari yang tetap. Hal itu membuat para pensiunan harus memutar otak untuk dapat memenuhi kebutuhannya dengan cara menekan pengeluaran bulanan pada hal-hal yang tidak perlu. Penyesuaian pada kondisi yang baru ini membuat menurunnya kepuasan hidup pada pensiunan. Karp (dalam Davis, 2007) melakukan *survey* pada pensiunan di London, hasilnya mengungkapkan bahwa mereka yang memiliki kesehatan prima akan memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi, dan mereka yang memiliki masalah dalam keuangan akan cenderung mengalami ketidakpuasan dalam masa pensiunnya.

Pada masa pensiun seseorang akan kehilangan sumber-sumber keuangan, harga diri, kontak sosial yang berorientasi pada pekerjaan, dan kehilangan kelompok referensi (Turner & Helms, 1995). Rasa kehilangan tersebut juga dapat menurunkan kepuasan hidup pada pensiunan. Ketidakpuasan akan kehidupannya pada saat pensiun dapat disebabkan oleh kehilangan peran sosial sebagai pekerja, pendapatan dan hal yang lain (Davis, 2007). Hasil pada angket terbuka mengemukakan bahwa pada penelitian ini sebanyak 19.3% mengungkapkan makna pensiun adalah kehilangan sumber penghasilan dan pekerjaan serta 7.0% memaknai pensiun adalah terputusnya profesi yang telah puluhan tahun dibina. Ketika memasuki masa pensiun seseorang sudah tidak memiliki kondisi yang sama seperti waktu bekerja dahulu. Timbulnya perasaan negatif seperti kecemasan, takut, stres, dan kekhawatiran pada masa pensiun akan memengaruhi kepuasan hidup pensiunan (Smith & Moen, 2004).

Meskipun pada penelitian ini aspek kepuasan hidup para pensiun tergolong paling rendah, namun terlihat kesejahteraan subjektifnya cenderung tergolong tinggi. Hal itu disebabkan oleh adanya rasa syukur dan harga diri yang tinggi pada diri para pensiunan. Watkins, Woodward, Stone, & Kolts (2003) yang mengemukakan bahwa terdapat korelasi yang positif antara rasa syukur dan kesejahteraan subjektif, rasa syukur berkorelasi positif dengan kepuasan hidup, meningkatkan emosi positif dan menurunkan emosi negatif. Penelitian Nezek & Kuppens (2008) yang mengungkapkan bahwa emosi positif menjadi mediasi antara pengalaman emosional dengan harga diri.

Pada uji hipotesis aspek rasa syukur dengan kesejahteraan subjektif, setiap aspek memiliki nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.05$), sehingga aspek rasa syukur memiliki hubungan yang sangat kuat dengan kesejahteraan subjektif, nilai rata-rata (*mean*) yang paling besar adalah aspek rasa syukur transpersonal. Memasuki masa pensiun individu lebih menekankan pada rasa syukur yang bersifat vertikal atau pada Tuhannya. Selama pensiun individu banyak mengikuti kegiatan keagamaan seperti pengajian. Beribadah adalah hal yang membuat individu merasa lebih tenang dalam menjalani kehidupannya.

Rasa syukur dapat meningkatkan kebahagiaan dengan meningkatkan hubungan sosial seseorang, dukungan sosial juga berkontribusi untuk meningkatkan kualitas hubungan sosial, seperti dirasakan adanya bantuan dan dukungan aktual (Schwarzer & Knoll dalam Lin, 2015). Dukungan sosial menjadi mediasi terhadap rasa syukur dan kesejahteraan subjektif (Lin, 2016). Hasil dari angket terbuka menunjukkan sikap keluarga setelah subjek pensiun sangat senang ketika subjek memasuki masa pensiun. Dukungan sosial khususnya keluarga menjadi penting karena setelah seseorang pensiun dari pekerjaannya salah satu tempat untuk bersandar adalah keluarga. Keluarga menjadi fokus utama untuk dapat merasakan kepuasan hidup. Penelitian ini mengungkapkan melalui angket terbuka bahwa orientasi pada keluarga yang paling banyak menimbulkan rasa puas, misalnya melihat keluarga bahagia dan dapat mencukupi kebutuhan keluarga. Manfaat yang diperoleh setelah pensiun adalah memiliki waktu berkumpul bersama keluarga.

Aspek harga diri memiliki hubungan dengan kesejahteraan subjektif, namun pada aspek hubungan dengan teman tidak memiliki hubungan. Nilai rata-rata (*mean*) paling besar adalah aspek hubungan dengan keluarga. Berkurangnya interaksi sosial dengan teman pada saat pensiun karena tidak lagi bekerja, pada saat pensiun individu memiliki manfaat lebih banyak waktu di rumah dengan keluarga, dan mengasah hobi yang dimiliki.

Tabel 2. Hasil uji hipotesis

| Variabel | Variabel kontrol | Koefisien korelasi | p | Status |
|---|------------------|--------------------|-------|--------------------|
| Rasa syukur dengan kesejahteraan subjektif | Harga diri | 0.508 | 0.000 | Hipotesis diterima |
| Harga diri dengan kesejahteraan subjektif | Rasa syukur | 0.231 | 0.087 | Hipotesis ditolak |

Uji hipotesis minor dilakukan untuk melihat hubungan murni antar variabel dengan mengontrol variabel lain. Dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi antara rasa syukur dengan kesejahteraan subjektif dengan mengontrol pengaruh harga diri. Pada variabel harga diri dengan kesejahteraan subjektif dengan mengontrol variabel rasa syukur memiliki koefisien korelasi 0.231 dengan signifikansi sebesar 0.087 (<0.05), dapat disimpulkan bahwa hipotesis ditolak sehingga tidak terdapat korelasi antara harga diri dengan kesejahteraan subjektif dengan mengontrol pengaruh rasa syukur.

Adanya perbedaan hasil uji hipotesis pada regresi ganda dan uji korelasi parsial. Koefisien korelasi yang dihasilkan juga cenderung tidak cukup besar yaitu 0.208. Hal tersebut didukung oleh Boden, Fergusson, dan Horwood (dalam Orth & Robins, 2014) bahwa efek harga diri akan melemah atau menjadi tidak signifikan setelah mengontrol variabel lainnya. Meskipun mengontrol 3 variabel memberikan informasi yang lebih namun pengendalian kovariat dapat mengurangi ketepatan dan membatasi kesimpulan yang dapat ditarik.

Korelasi pada harga diri dan kesejahteraan subjektif berbeda pada setiap budaya, pada negara yang memiliki kecenderungan individualis korelasinya akan lebih besar dari pada negara yang menganut budaya kolektivisme. Pada budaya individualisme seseorang lebih memperhatikan atribut internal mereka sendiri sehingga diri mereka yang dapat menentukan kebahagiaan secara keseluruhan, namun pada budaya kolektivis mendorong orang untuk fokus pada hubungan dengan kelompok (Diener & Diener, 1995).

Hofstede dan Hofstede (2005) mengatakan bahwa Indonesia tergolong kolektivisme. Kolektivisme dimaksud adalah individu memilih hidup secara bersama-sama dan menjadi bagian dari kelompok (Hofstede dan Hofstede, 2005). Kolektivisme menekankan tujuan kelompok diatas tujuan pribadi, serta menekankan keinginan dan kepentingan kelompok diatas kepentingan pribadi.

Pada pensiunan yang tinggal di budaya kolektivisme, faktor eksternal seperti keluarga menjadi hal yang menentukan harga diri. Kebahagiaan pada pensiunan lebih banyak berorientasi pada kebahagiaan keluarga, ketika individu tidak mendapat dukungan keluarga atau tidak dapat membahagiakan keluarganya maka akan mempengaruhi harga diri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan pada penelitian ini menunjukkan bahwa :

1. Terdapat hubungan antara rasa syukur dan harga diri dengan kesejahteraan subjektif.
2. Adanya hubungan antara *rasa syukur dengan kesejahteraan subjektif dengan mengontrol harga diri pada pensiunan pegawai negeri sipil.*
3. *Tidak ada hubungan antara harga diri dengan kesejahteraan subjektif dengan mengontrol rasa syukur pada pensiunan pegawai negeri sipil.*

Saran yang dapat diberikan pada institusi adalah dibentuknya suatu program persiapan menghadapi pensiun dan pasca pensiun bagi karyawan yang akan menghadapi masa pensiun dari mulai persiapan secara finansial, fisik (kesehatan), psikologis, dan kesiapan keluarga sehingga ketika menjalani masa pensiun sudah lebih siap.

DAFTAR PUSTAKA

- Atchley, R. C. (2007). Retirement. In J. E. Birren, *Encyclopedia of Gerontology* (pp. 449-460). California: Academic Press.
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self Esteem*. San Fransisco: W. H. Freeman and Company.
- Davis, G. D. (2007). Looking Toward the Future: Predicting Retirement Satisfaction. *The New School Psychology Bulletin*.
- Diener, E. (1993). Assessing Subjective Well Being: Progress and Opportunity. *Social Indicator Series*, 421-475.
- Diener, M., & Diener, E. (1995). Cross-Cultural Correlates of Life satisfaction and Self Esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 653-663.
- Eliana, R. (2003). *Konsep Diri Pensiunan*. Medan: Universitas Sumatera Utara.

- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting Blessings Versus Burdens: An Experimental Investigation of Gratitude and Subjective Well-Being in Daily Life. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.84, No.2, 377-389.
- Fitzgerald, P. (1998). Gratitude and Justice. *Ethics*, 119-153.
- Hartanti. (2010). *Faktor-Faktor Pensukung Kesejahteraan Subjektif Pekerja (Disertasi)*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.
- Hofstede, G. (2001). Dimensionalizing cultures: The Hofstede Medel in Context. *Journal of Psychology and Culture*.
- Hofstede, G. (2017, August 1). *What about Indonesia*. Retrieved from <https://www.geert-hofstede.com/indonesia.html>
- Hofstede, G., & Hofstede, G. J. (2005). *Cultures and Organization: Software of the Mind (2nd Ed)*. New York: McGraw Hill.
- Lin, C.-C. (2016). The Roles of Sosial Support and Coping Style in the Relationship Between Gratitude and Well-Being. *Personality and Individual Differences*, 13-18.
- Nezlek, J. B., & Kuppens, P. (2008). Regulating Positive and Negative Emotion in Daily Life. *Journal of Personality*, 561-579.
- Orth, U., & Robins, R. W. (2014). The Development of Self Esteem. *Psychological Science*, 381-387.
- Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). Strengths of Character and Well Being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 603-619.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). *Character Strengths and Virtues: A Classification and Handbook*. New York: Oxford University Press.
- Peterson, P. N., & Seligman, M. E. (2004). Strengths of Character and Well-Being . *Journal of Social and Clinical Psychology*, 603-619.
- Schimmack, U., & Diener, E. (2003). Predictive Validity of Explicit and Implicit Self Esteem for Subjective Well Being. *Journal of Research in Personality*, 100-106.
- Setyarini, R., & Atamimi, N. (2011). Self Esteem dan Makna Hidup pada Pensiunan Pegawai Negeri Sipil. *Jurnal Psikologi Vol. 38, No.2*, 176-184.
- mith, D. B., & Moen, P. (2004). Retirement Satisfaction for Retires and Their Spouses. *Journal of Family Issues*, 262-285.
- Srivastava, P. K., & Singh, A. P. (2015). Optimism, Self Esteem and Subjective Well Being among Trainees under Sarva Shiksha Abhiyan. *Indian Journal of Positive Psychology*, 380-384.
- Sukei, K. (2016, August 22). *The Retirement Blues: Identifying Post-Retirement Depression*. Retrieved from Genesight: <https://genesight.com/identifying-post-retirement-depression/>
- Tian, L., Pi, L., Huebner, E. S., & Du, M. (2016). Gratitude and Adolescents Subjective Well Being in School: The Multiple Mediating Roles of Basic Psychological Needs Satisfaction at School. *Frontiers in Psychology*.
- Turner, J. S., & Helms, D. B. (1995). *Human Development*. New York: McGraw-Hill.

Watkins, P. C., Woodward, K., Stone, T., & Kolts, R. (2003). Gratitude and Happiness: Development of a Measure of Gratitude, and Relationship with Subjective Well-Being. *Social Behavior and Personality*, 431-452.

