

Kegiatan Individu Pada Masa Pensiun

Anastasia Dinda Paramitadan dan Setiasih

Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya

e-mail: panda_cteee@yahoo.com/ setiasih@ubaya.ac.id

Idfi Setianingrum

Departemen MIPA

Universitas Surabaya

idfi@ubaya.ac.id

Abstract. Everyone would live his/her retired years through different activities. The purpose of this survey is to map the activities done by the retired people. Subjects ($N = 63$) are retired official and private employees. Data were collected through a questionnaire and analysed through factor and cluster analysis. Activities during the retired years could be grouped into social activities, activities yielding money, family oriented activities, and activities concerning hobbies. Factor analysis reveals seven motivating factors to enhanced activities of the retired people, i.e. activity oriented, new insights, self-actualization, personal wants orientation, family orientation, comfortable orientation, and calm orientation, four of which (self-actualization, comfortable orientation, activities orientation, and calm orientation) are dominant factors.

Key words: retired people, activities, motivating factors

Abstrak. Setiap individu mengisi masa pensiun dengan melakukan kegiatan yang berbeda. Penelitian ini bertujuan memetakan kegiatan yang dilakukan pensiunan pada masa pensiun. Subjek penelitian ini adalah pensiunan ($N = 63$) pegawai negeri dan swasta di Surabaya. Data diperoleh melalui angket dan dianalisis dengan teknik analisis faktor dan analisis *cluster*. Kegiatan pada masa pensiun dapat dikelompokkan menjadi kegiatan sosial, kegiatan yang menghasilkan uang, berorientasi pada keluarga, dan kegiatan yang berhubungan dengan hobi. Berdasarkan analisis faktor diperoleh tujuh faktor pendorong kegiatan para pensiunan (orientasi kegiatan, wawasan baru, aktualisasi diri, orientasi keinginan pribadi, orientasi keluarga, orientasi kenyamanan, dan orientasi ketenangan). Analisis *cluster* menunjukkan empat faktor yang dominan (aktualisasi diri, orientasi kenyamanan, orientasi kegiatan, dan orientasi ketenangan). Didiskusikan faktor pendorong maupun faktor dominan masing-masing.

Kata kunci: masa pensiun, kegiatan, faktor pendorong

Pensiun adalah masa ketika seseorang diberhentikan dari pekerjaannya sesuai dengan batas usia pensiun yang telah ditetapkan dalam aturan pensiun. Ketika memasuki pensiun beberapa orang akan mengalami kebimbangan untuk menentukan langkah dalam menjalani kehidupan (Sa'id, 2001). Rini (2001) menyatakan bahwa kebanyakan orang seringkali menganggap pensiun sebagai suatu kenyataan yang tidak menyenangkan karena mereka tidak punya gambaran tentang kehidupan saat pensiun.

Beberapa penelitian mengungkapkan pandangan yang berbeda tentang masa pensiun. Penelitian yang dilakukan oleh Inderayati (2002) tentang masalah yang dihadapi oleh para lanjut usia (lansia) saat pensiun di kelurahan Kepanjin kabupaten Sumenep terhadap dua puluh orang responden menunjukkan, 95% dari 20 responden tidak

mengalami cemas saat pensiun. Studi di Amerika (Siapkan Sendiri Program..., 2007) tentang pandangan persiapan masa pensiun menunjukkan bahwa 2500 karyawan dewasa berusia 45-64 tahun di Amerika sebanyak 71% berharap mulai menabung untuk pensiun sejak mereka mendapatkan pekerjaan tetap pertama kali.

Pemda Jabar telah berupaya membantu para pegawai negeri sipil (PNS) yang akan memasuki masa pensiun, dengan jalan menyelenggarakan bimbingan teknis wirausaha (Hayat, 2004).. Dengan demikian, saat ini banyak orang yang sudah mulai melakukan perencanaan untuk pensiun sehingga besar kemungkinan orang akan lebih siap menghadapi masa pensiun.

Sejak 2002 beberapa perusahaan membuat suatu kebijakan baru yaitu menawarkan program pensiun dini. Peminat program pensiun dini yang ditawarkan oleh perusahaan sangat banyak bahkan hingga *over-subscribe* (Awaluddin, 2007). Banyaknya peminat program pensiun dini, adanya program pra-pensiun bagi karyawan, dan

Korespondensi: Anastasia Dinda Paramitadan, S.Psi, Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya, Jl. Raya Kalirungkut, Surabaya 60293.

adanya beberapa orang yang mulai melakukan perencanaan untuk mengisi masa pensiun menunjukkan bahwa orang ingin memiliki kegiatan pada masa pensiun.

Huovinen dan Piekola (2002) mengatakan bahwa kegiatan pensiunan di Finlandia, antara lain adalah membaca, menolong tetangga, berolah raga, bersosialisasi, menonton televisi, dan melakukan hobi. Ada pula beberapa pensiunan yang menjalani kerja paruh waktu untuk mengisi waktu dan menambah pendapatan. Kelly (sitat dalam Papalia, Sterns, Feldman, & Camp, 2002) melakukan penelitian terhadap 25 pensiunan pabrik makanan dan menyebutkan kegiatan yang dilakukan adalah melakukan percakapan, menonton televisi, berkunjung ke rumah teman dan keluarga, mencari hiburan informal, pergi ke restoran yang tidak mahal, bermain kartu, atau melakukan kegiatan seperti biasanya.

Banyaknya ragam kegiatan yang dilakukan pada saat pensiun merupakan suatu usaha untuk membuat diri tetap aktif dan sibuk (Hoyer & Roodin, 2003). Dengan demikian, pensiunan memiliki kebutuhan yang harus dipenuhi ketika pensiun. Pensiunan melakukan kegiatan untuk memenuhi kebutuhan berprestasi karena ingin tetap merasa aktif dan sibuk. Mappiare (1983) mengemukakan bahwa pensiunan melakukan kegiatan untuk merasakan ketenangan dan kenyamanan. Hal ini menarik minat peneliti untuk melihat kegiatan yang dilakukan individu pada masa pensiun. Banyak penelitian yang mengulas pensiun. Penelitian kali ini juga mengulas pensiun khususnya tentang kegiatan individu pada masa pensiun melalui studi deskriptif terhadap pensiunan di Surabaya yang diberhentikan dengan hormat dari pekerjaannya sesuai batas usia pensiunnya. Batas usia subjek penelitian adalah 56-70 tahun.

Berdasarkan uraian terdahulu disusunlah rumusan masalah: Kegiatan apa saja yang dilakukan pensiunan pada masa pensiunnya? Termasuk mengetahui faktor pendorong kegiatannya dan gambaran umum karakteristik pensiunan yang melakukan kegiatan berdasarkan faktor dominan. Adapun manfaat yang bisa diperoleh bagi pensiunan adalah wawasan tentang ragam kegiatan pensiunan sehingga dapat memberikan inspirasi untuk melakukan kegiatan baru.

Pengertian Kebutuhan

Mangkunegara (2000) mengatakan bahwa kebu-

tuhan adalah kesenjangan yang dialami seseorang antara kenyataan dengan dorongan dalam dirinya. Ketika kebutuhan terpenuhi maka individu akan menampilkan perilaku puas. Sebaliknya, bila tidak terpenuhi maka akan menampilkan perilaku tidak puas.

Murray (sitat dalam Hall & Lindsey, 1995) mendefinisikan kebutuhan sebagai konstruk pada otak yang mengatur persepsi, apersepsi, pemahaman, konasi, dan kegiatan untuk mengubah situasi yang ada dan tidak memuaskan ke arah tertentu. Murray juga menjelaskan bahwa kebutuhan bisa dipengaruhi oleh dorongan dari dalam maupun dorongan dari luar. Berdasarkan beberapa definisi tersebut, dapat disimpulkan kebutuhan adalah suatu dorongan dalam diri individu yang mengarahkan pada tingkah laku tertentu untuk memenuhi atau mengurangi intensitas dorongan tersebut.

Kriteria dan Daftar Kebutuhan

Murray (sitat dalam Hall & Lindsey, 1995) menyebutkan kriteria untuk menyimpulkan kebutuhan, antara lain (a) akibat atau hasil akhir dari tingkah laku, (b) pola atau cara khusus tingkah laku yang bersangkutan, (c) perhatian dan respon selektif terhadap kelompok objek stimulus tertentu, (d) ungkapan emosi atau perasaan tertentu, (e) ungkapan kepuasan atau kekecewaan apabila kebutuhan terpenuhi atau tidak terpenuhi.

Murray (sitat dalam Hall & Lindsey, 1995) menggabungkan definisi kebutuhan dan kriteria untuk menyimpulkan kebutuhan, sehingga diperoleh dua puluh macam kebutuhan. Dua puluh macam kebutuhan yang disimpulkan oleh Murray masih sangat representatif hingga saat ini. Dua puluh kebutuhan tersebut, antara lain

1. *need of basement*, bersikap pasif, menerima hinaan, kritik, merasa rendah diri, menerima hukuman
2. *need of achievement*, mencapai hasil terbaik dan melakukan yang terbaik, menghadapi tantangan dan kesulitan dengan semangat tinggi
3. *need of affiliation*, menjalin hubungan akrab dengan orang lain, bekerja sama dengan orang lain, ambil bagian dalam kelompok
4. *need of aggression*, melawan dengan menggunakan kekerasan, melukai orang lain, menyerang

pendapat orang lain dengan kasar

5. *need of autonomy*, bebas, lepas dari kekangan, aturan, mandiri, bertindak sesuai dengan keinginan pribadi

6. *need of counteraction*, memperbaiki kegagalan, mengatasi kelemahan, mempertahankan harga diri, mengatasi kesulitan yang dihadapi

7. *need of defendance*, mempertahankan diri terhadap serangan, kritik, dan celaan, menyembunyikan atau membenarkan perbuatan tercela atau penghinaan

8. *need of deference*: mengikuti arahan orang lain, patuh

9. *need of dominance*: memiliki kendali atas sesuatu, mempengaruhi atau mengarahkan tingkah laku orang lain melalui perkataan dan perbuatan

10. *need of exhibition*: menciptakan kesan, senang dilihat dan didengar

11. *need of harm avoidance*: menghindari situasi-situasi yang berbahaya, melakukan tindakan pencegahan terhadap rasa sakit fisik, penyakit, cemas terhadap kehilangan dukungan

12. *need of inavoidance*: menghindari penghinnaan, meninggalkan situasi-situasi yang memalukan, menahan diri untuk bertindak karena takut gagal,

13. *need of nurturance*: melindungi, membuat orang lain merasa nyaman, membantu, mendukung, menghibur, bersikap simpati

14. *need of order*: mengatur barang-barang, menjaga kebersihan, keseimbangan, kerapian, keteraturan, ketelitian

15. *need of play*: bermain, olah raga, melakukan sesuatu tanpa tujuan yang jelas untuk kesenangan sendiri

16. *need of rejection*: memisahkan diri dari sesuatu yang tidak disukai, bersikap masa bodoh, mengabaikan/menolak orang lain

17. *need of sentience*: Mencari kenikmatan dan kesenangan, menikmati pemandangan yang indah dan menyenangkan

18. *need of sex*: Menjalin hubungan dengan lawan jenis, mengadakan hubungan seksual

19. *need of succorance*: Meminta perlindungan, bergantung pada orang lain, keinginan untuk dicintai

20. *need of understanding*: Memahami hubungan antara suatu objek atau kejadian, mencari ilmu

pengetahuan, berdiskusi untuk menambah wawasan

Hubungan Antara Kebutuhan

Murray (sitat dalam Hall & Lindsey, 1995) mengemukakan beberapa konsep untuk menjelaskan interaksi kebutuhan, sebagai berikut. (a) Konsep prepotensi (*prepotency*) yaitu adanya prioritas dalam pemenuhan kebutuhan (kebutuhan yang mendesak akan lebih dahulu dipenuhi dibandingkan kebutuhan yang tidak mendesak), (b) konsep fusi yaitu beberapa kebutuhan dapat dipenuhi secara bersamaan oleh satu tindakan tertentu, dan (c) konsep subsidiasi yaitu beberapa kebutuhan yang mungkin dapat dipenuhi pada tingkat rendah.

Pengertian Pensiun

Pensiun merupakan pemberhentian dengan hormat oleh pihak perusahaan terhadap pegawai yang usianya dianggap sudah tidak produktif lagi atau setelah usia 56 tahun kecuali tenaga pengajar dan instruktur yang dapat pensiun saat berusia 65 tahun (Mangkunegara, 2000). Menurut Peraturan Pemerintah RI No. 32/1979 tentang pemberhentian PNSI disebutkan bahwa pensiun adalah masa ketika seseorang berhenti bekerja karena telah memasuki usia pensiun yaitu 56 tahun. Di samping itu ada perpanjangan batas usia pensiun bagi jabatan tertentu.

Berdasarkan definisi yang telah dikemukakan maka dapat disimpulkan bahwa pensiun adalah masa ketika seseorang diberhentikan dari pekerjaannya dengan hormat karena telah mencapai batas usia pensiun yaitu 56 tahun.

Fase-fase Pensiun

Atchley (sitat dalam Hoyer & Roodin, 2003) menyatakan ada tujuh fase pensiun yang dilampaui oleh orang dewasa, antara lain

1. fase jauh (*the remote phase*): Masih sedikit melakukan persiapan untuk pensiun bahkan kemungkinan muncul penyangkalan bahwa mereka akan menghadapi fase pensiun,

2. fase mendekat (*the near phase*): Mulai ber-

partisipasi dalam program pra-pensiun untuk menghadapi masa pensiun,

3. fase bulan madu (*the honeymoon phase*): Individu merasa bahagia karena banyak aktivitas yang belum pernah dilakukan sebelumnya,

4. fase kekecewaan (*the disenchantment phase*): Timbul kesadaran dalam diri individu bahwa bayangan mereka tentang fase pensiun saat mereka berada dalam pra-pensiun tidak realistis. Mereka terkadang terjebak dalam rutinitas,

5. fase reorientasi (*reorientation phase*): Pensiunan mulai mencatat apa yang masih dimiliki, mengumpulkannya, dan mulai mengembangkan alternatif kehidupan yang lebih realistis. Mereka mulai mengevaluasi ragam gaya hidup untuk menemukan kepuasan hidup,

6. fase stabil (*the stability phase*): Keputusan telah dibuat berdasarkan kriteria tertentu setelah melalui proses evaluasi pilihan pada fase pensiun dan bagaimana mereka akan menjalani keputusan tersebut,

7. fase akhir (*the termination phase*): Peranan fase pensiun tergantikan oleh peran pesakitan atau tergantung pada orang lain karena sudah tidak dapat berfungsi secara mandiri lagi dan mencukupi kebutuhannya sendiri.

Macam-macam Gaya Penyesuaian pada Masa Pensiun

Hornstein dan Wapner (sitat dalam Hoyer & Ro-odin, 2003) mengidentifikasi empat macam gaya penyesuaian pada masa pensiun, sebagai berikut.

Transition to old age. Individu dengan tipe ini berpendapat bahwa lebih baik melepaskan daripada menjalani suatu aktivitas baru. Mereka percaya bahwa transisi pada tipe ini sama saja dengan transisi pada tahapan perkembangan lainnya.

The new beginning. Melihat masa pensiun sebagai sebuah kesempatan baru, kesempatan untuk menjalani kehidupan berdasarkan tujuan pribadi seseorang dan mempunyai kebebasan untuk menggunakan waktu dan energi untuk diri sendiri. Mereka merasakan antusiasme, pembaharuan, revitalisasi, dan peningkatan kekuatan.

Continuation. Pensiun tidak memberikan dam-

pak utama bagi mereka. Mereka siap untuk melanjutkan bekerja secara sukarela daripada menjalani masa pensiun. Individu ini membedakan pra-pensiun dan pensiun bukan berdasarkan aktivitasnya tetapi melainkan dengan memperkecil langkah dan intensitasnya dalam dunia kerja.

Imposed disruption. Merepresentasikan kehilangan peran secara signifikan. Melihat masa pensiun sebagai suatu kondisi yang sangat buruk (kehilangan pekerjaan, ketidakmampuan untuk berprestasi kembali). Bagi individu dengan tipe ini pekerjaan memiliki pengaruh yang besar dalam identitas diri, tanpa bekerja bagian penting dalam dirinya telah berakhir.

Dewasa Madya

Santrock (2002) menganggap bahwa rentang usia dewasa madya atau *middle adulthood* dimulai kira-kira pada usia 35-45 sampai pada saat mereka memasuki usia 60 tahun. Mappiare (1983) mengatakan bahwa rentang usia dewasa madya antara usia 40 hingga usia 60 tahun.

Hurlock (1990) membagi usia dewasa madya ke dalam dua bagian, yaitu usia madya dini dan usia madya lanjut. Usia madya dini adalah rentang usia 40 hingga 50 tahun. Usia madya lanjut adalah rentang usia 50 hingga 60 tahun.

Berdasarkan batasan-batasan usia dewasa madya yang telah dikemukakan tersebut dapat disimpulkan batasan usia dewasa madya adalah antara usia 40 hingga 60 tahun.

Karakteristik Usia Dewasa Madya

Menurut Hurlock (1990) ada sepuluh karakteristik usia dewasa madya yang perlu diperhatikan, antara lain:

Periode yang sangat ditakuti. Semakin mendekati usia tua, individu usia madya akan mengalami ketakutan. Muncul stereotipe bahwa pada usia madya akan mengalami penurunan kondisi fisik dan mental serta kemampuan reproduksi.

Masa transisi. Masa dewasa madya merupakan masa transisi bagi pria dan wanita untuk meninggalkan penampilan fisik dan perilaku mereka yang da-

hulu. Transisi berarti penyesuaian terhadap perubahan minat, nilai, dan pola perilaku yang baru serta penyesuaian dengan perubahan peran yang baru.

Masa stres. Penyesuaian terhadap perubahan peran dan pola hidup disertai dengan perubahan fisik, selalu cenderung merusak kondisi fisik dan psikologis seseorang yang membawa dampak stres.

Usia yang berbahaya. Pada masa ini mengalami kesulitan dalam penyesuaian perubahan fisik akibat banyak bekerja atau terlalu cemas. Kesulitan ini akan memengaruhi hubungan dengan pasangan atau munculnya tindakan baru yang negatif.

Usia canggung. Mereka akan melakukan berbagai cara untuk menutupi ketuaannya dan sebisa mungkin mencoba untuk tidak terlihat tua. Ini menggambarkan keadaan yang kaku atau canggung bagi orang usia dewasa madya dalam berpenampilan.

Masa berprestasi. Masa ini merupakan masa yang penuh peluang bagi individu untuk mencapai prestasi yang tinggi.

Masa evaluasi. Usia dewasa madya adalah masa untuk evaluasi diri karena pada usia dewasa madya umumnya individu mencapai puncak prestasi. Masa yang tepat untuk mengevaluasi prestasi tersebut berdasarkan harapan pribadi dan harapan orang lain..

Mengevaluasi dengan standar ganda. Usia dewasa madya perlu dievaluasi dengan standar ganda. Standar ganda yang dimaksud adalah standar yang berbeda antara pria dan wanita.

Masa sepi. Masa dewasa madya dialami sebagai masa sepi karena anak-anak pergi meninggalkan rumah dan orang tua. Periode ini menimbulkan trauma yang mendalam bagi wanita dibandingkan pria.

Masa jenuh. Usia dewasa madya merupakan masa jenuh karena menjadi jenuh dengan rutinitas yang dijalani sehari-hari.

Tugas Perkembangan Dewasa Madya

Havighurst (dalam Hurlock, 1990) membagi tugas perkembangan dewasa madya menjadi empat kategori, antara lain: (a) Tugas yang berkaitan dengan perubahan fisik Tugas ini meliputi kesiapan untuk mau melakukan penerimaan dan penyesuaian dengan berbagai perubahan fisik yang umumnya terjadi pada usia dewasa madya; (b) Tugas-tugas

yang berkaitan dengan perubahan minat. Biasanya orang usia dewasa madya mengasumsikan perubahan minat pada tanggung jawab sebagai warga negara dan kehidupan sosial. Selain itu, pengembangan minat saat waktu luang juga diarahkan pada kegiatan yang biasanya dilakukan dalam keluarga; (c) Tugas-tugas yang berkaitan dengan penyesuaian kejuruan. Tugas ini berkisar pada pemantapan standar hidup yang relatif mapan; (d) Tugas-tugas yang berkaitan dengan kehidupan keluarga. Ini meliputi hal-hal yang berhubungan dengan pasangan, penyesuaian diri dengan orang tua yang lanjut usia, dan membantu anak remaja untuk menjadi orang dewasa yang bertanggung jawab dan bahagia.

Dewasa Akhir

Bee (1996) membedakan batasan usia dewasa akhir atau usia lanjut menjadi tiga bagian yaitu usia lanjut awal, usia lanjut madya, dan usia lanjut akhir. Usia lanjut awal berkisar antara 65 tahun hingga 75 tahun. Usia lanjut madya berkisar antara usia 75 tahun dan usia 85 tahun. Usia lanjut akhir berkisar antara usia 85 tahun ke atas.

Hurlock (1990) membatasi usia dewasa akhir atau usia lanjut ke dalam dua bagian, yaitu usia lanjut dini dan usia lanjut. Usia lanjut dini berkisar antara usia 60 tahun hingga 70 tahun. Usia lanjut dimulai pada usia 70 sampai pada akhir kehidupan seseorang.

Berdasarkan batasan-batasan usia dewasa akhir yang telah dikemukakan, dapat disimpulkan batasan usia dewasa akhir dimulai pada usia 60 tahun hingga akhir kehidupan seseorang.

Karakteristik Usia Dewasa Akhir

Menurut Hurlock (1990) beberapa karakteristik usia dewasa akhir, antara lain:

Usia lanjut merupakan periode kemunduran. Pada usia lanjut terjadi kemunduran fisik dan mental secara perlahan dan bertahap. Pemunduran ini disebabkan karena faktor fisik atau psikologis.

Usia tua dinilai dengan kriteria yang berbeda. Orang cenderung menilai usia tua dalam hal penampilan dan kegiatan fisik. Stereotipe lansia muncul

dari empat sumber, yaitu cerita rakyat dan dongeng, media massa, humor negatif tentang usia lanjut, dan pendapat klise yang sudah lama. Stereotipe inilah yang akan menimbulkan sikap sosial yang berbeda terhadap usia lanjut.

Usia lanjut memiliki status kelompok minoritas. Status kelompok minoritas muncul sebagai akibat dari sikap sosial dan pendapat klise yang tidak menyenangkan terhadap usia lanjut.

Usia lanjut membutuhkan perubahan peran. Sama seperti usia dewasa madya, orang yang ber-
usia lanjut harus belajar memainkan peranan baru. Usia lanjut diharapkan mengurangi peran aktifnya dalam urusan masyarakat dan sosial serta dunia usaha.

Usia lanjut memiliki penyesuaian yang buruk. Akibat sikap sosial dan perilaku yang tidak menyenangkan terhadap lansia maka banyak lansia yang mengembangkan konsep diri yang tidak menyenangkan. Hal ini terwujud dalam bentuk perilaku yang buruk dengan tingkat kekerasan yang berbeda pula.

Usia lanjut memiliki keinginan kuat untuk menjadi muda kembali. Status kelompok minoritas yang dikenakan pada orang berusia lanjut secara alami telah membangkitkan keinginan untuk tetap muda selama mungkin dan ingin diper muda apabila tanda-tanda menua tampak.

Tugas Perkembangan Dewasa Akhir

Havighurst (dalam Hurlock, 1990) menuliskan beberapa tugas perkembangan dewasa akhir, antara lain: Menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan; menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya *income* (penghasilan) keluarga; menyesuaikan dengan kematian pasangan hidup; membentuk hubungan dengan orang-orang yang seusia; membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan; menyesuaikan diri dengan peran sosial secara luwes.

Kegiatan-kegiatan Individu Dewasa Pada Masa Pensiun

Kepuasan menjalani masa pensiun ditentukan dari banyaknya aktivitas yang dilakukan seseorang.

Hooker dan Ventis (dalam Hoyer & Roodin, 2003) mendukung teori *busy ethic* yang dipopulerkan oleh seorang pensiunan yang sukses yaitu Ekert. Teori ini memaparkan bahwa dalam menjalani masa pensiun dibutuhkan perilaku yang tetap sibuk dan aktif. Kesibukan ini perlu agar tidak merasa malas atau tidak berguna, agar merasa produktif namun tetap menyediakan kebebasan menjalani pensiun.

Papalia et al. (2002) menjelaskan tiga macam cara yang dilakukan oleh seseorang untuk mengisi masa pensiunnya, antara lain:

Bekerja dengan bayaran. Sebagian orang tidak akan merasa bahagia kecuali menjalani pekerjaan yang menguntungkan. Beberapa pensiunan biasanya melakukan kerja paruh waktu atau kerja *full time*. Beberapa orang (yang menyebut dirinya semi-pensiun) tetap melakukan kegiatan yang telah mereka lakukan sebelumnya dengan membatasi jumlah jam kerja dan tanggung jawabnya;

Menjadi relawan. Kebanyakan relawan yang sudah tua bekerja sepanjang umurnya, biasanya terlibat dalam aktivitas gereja. Satu alasan yang dapat digunakan untuk menjelaskan peningkatan jumlah relawan pensiunan adalah karena ingin mengubah pandangan masyarakat tentang usia tua dan kapabilitas.

Kegiatan di waktu luang. Pada sebagian pensiunan menjalani masa pensiun tidak jauh berbeda dengan kegiatan yang mereka lakukan saat masih bekerja hanya saja saat ini lebih banyak memiliki waktu untuk menikmati kegiatan di waktu luang. Ada dua karakteristik individu yang melakukan kegiatan di waktu luang, antara lain (a) *Family-focused lifestyle*. Kegiatan yang dilakukan berfokus pada keluarga. Banyaknya waktu yang dihabiskan untuk keluarga. Kegiatan yang dilakukan mengikuti gaya hidup atau kebiasaan sehari-hari dalam keluarga; (b) *Balanced investment*. Tipikal dari orang-orang yang berpendidikan tinggi. Bagaimana mereka mengalokasikan waktunya secara seimbang antara keluarga, kerja, dan kegiatan di waktu luang. Tipe ini biasanya mengalami perubahan seiring dengan pertambahan usia.

Mappiare (1983) menjelaskan bahwa dewasa madya dalam menjalankan tugas perkembangannya akan melakukan berbagai macam kegiatan yang dapat memberikan ketenangan, antara lain: membaca, mendengarkan radio, berkunjung ke kerabat atau teman, berwisata, olah raga, dan melakukan hobi.

Metode

Fokus Penelitian

Fokus penelitian adalah kegiatan yang dilakukan individu pada masa pensiun.

Subjek Penelitian

Subjek yang akan digunakan dalam penelitian adalah pensiunan di Surabaya. Karakteristik subjek penelitian antara lain berada pada batas awal usia pensiun yaitu 56 tahun, rentang usia subjek 56-70 tahun, diberhentikan dengan hormat dari perusahaan sesuai batas usia pensiun, dan memiliki status pensiun aktif atau pasif. Pensiun aktif artinya subjek yang tetap bekerja setelah pensiun. Pensiun pasif artinya subjek yang tidak bekerja setelah pensiun.

Metode Pengumpulan dan Analisis Data

Metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket, terdiri atas angket terbuka dan angket tertutup. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian adalah analisis faktor dan analisis *cluster*.

Hasil

Penelitian ini merupakan studi deskriptif, data yang diperoleh dideskripsikan sebagai berikut..

Pada Tabel 1 terlihat ragam kegiatan yang paling banyak dilakukan subjek adalah tiga macam kegiatan yang dilakukan oleh 21 orang. Kegiatan yang dilakukan oleh subjek pada saat pensiun meliputi empat kegiatan yaitu kegiatan sosial, kegiatan yang menghasilkan uang, kegiatan yang berorientasi pada keluarga, dan kegiatan yang berhubungan dengan hobi. Jumlah subjek yang memilih kegiatan sosial ada 26 orang. Ragam kegiatan sosial yang dilakukan berkisar pada kegiatan keagamaan seperti menjadi pengurus di tempat ibadah, anggota organisasi di gereja, ikut kegiatan amal yang diadakan di tempat ibadah masing-masing dan kegiatan yang ada di lingkungan perumahan seperti menjadi pengurus lingkungan, relawan untuk mengajar, relawan untuk kegiatan amal.

Jumlah subjek yang memilih kegiatan yang menghasilkan uang ada 26 orang. Ragam kegiatan yang dilakukan antara lain bekerja paruh waktu sebagai tenaga pengajar, sopir bemo, tenaga pengawas di suatu perusahaan, konsultan, pelatih, penulis, dan *security* di POM bensin, kegiatan wiraswasta, kegiatan bisnis seperti bisnis saham,

Tabel 1
Frekuensi Kegiatan Subjek Saat Pensiun

Kegiatan	f	%
1 kegiatan	15	23.8
2 kegiatan	18	28.7
3 kegiatan	21	33.4
4 kegiatan	8	12.7
Tidak ada kegiatan	1	1.6
Total	63	100

Keterangan ragam kegiatan:

1 kegiatan: berhubungan dengan hobi; menghasilkan uang; orientasi keluarga; kegiatan sosial.

2 kegiatan: orientasi keluarga, berhubungan dengan hobi; menghasilkan uang, orientasi keluarga; kegiatan sosial, berhubungan dengan hobi; menghasilkan uang, berhubungan dengan hobi; kegiatan sosial, orientasi keluarga.

3 kegiatan: kegiatan sosial, orientasi keluarga, berhubungan dengan hobi; menghasilkan uang, orientasi keluarga, berhubungan dengan hobi; kegiatan sosial, menghasilkan uang, berhubungan dengan hobi; kegiatan sosial, menghasilkan uang, orientasi keluarga.

4 kegiatan: kegiatan sosial, menghasilkan uang, orientasi keluarga, berhubungan dengan hobi.

bisnis optik, bisnis pemondokan, membuka toko, menjual kue, dan terlibat dalam partai politik sebagai wakil ketua.

Ragam kegiatan subjek yang berorientasi pada keluarga dapat dilihat pada Tabel 2 dan ragam kegiatan subjek yang berhubungan dengan hobi terangkum pada Tabel 3.

Pada Tabel 2 terlihat ragam kegiatan orientasi pada keluarga yang paling banyak dilakukan oleh subjek adalah satu kegiatan yang dilakukan oleh 31 orang.

Pada Tabel 3 terlihat ragam kegiatan yang berhubungan dengan hobi dan paling banyak dilakukan subjek adalah satu kegiatan yang dilakukan oleh 28 orang. Berdasarkan analisis faktor diperoleh tujuh faktor baru yang merupakan faktor yang mendorong pensiunan melakukan kegiatan pada masa pensiun. Ketujuh faktor baru tersebut diberi nama yang mewakili keseluruhan isi faktor tersebut, antara lain: Faktor baru satu dinamakan faktor orientasi kegiatan, faktor baru dua dinamakan faktor wawasan baru, faktor baru tiga dinamakan faktor aktualisasi diri, faktor baru empat dinamakan faktor orientasi keinginan pribadi, faktor baru lima dinamakan faktor orientasi keluarga, faktor baru enam dinamakan faktor orientasi kenyamanan, dan faktor baru tujuh dinamakan faktor orientasi ketenangan.

Berdasarkan analisis *cluster* diperoleh empat faktor dominan dari ketujuh faktor tersebut, antara lain: Faktor aktualisasi diri, faktor orientasi kenyamanan, faktor orientasi kegiatan, dan faktor orientasi kegiatan. *Profiling* kelompok melalui *clustering*

ditunjukkan pada Gambar 1 dan Gambar 2.

Bahasan

Data yang diperoleh menunjukkan pensiunan memiliki kegiatan yang bervariasi. Sebanyak 21 orang (33.4%) melakukan tiga macam kegiatan pada saat pensiun dan 18 orang (28.7%) melakukan dua macam kegiatan pada saat pensiun. Hoyer dan Roodin (2003) mengungkapkan bahwa kepuasan menjalani masa pensiun ditentukan oleh banyaknya kegiatan yang dilakukan seseorang. Bervariasinya kegiatan yang dilakukan saat pensiun bertujuan agar pensiunan merasa tetap aktif, merasa berguna dan merasa puas dalam menjalani masa pensiun.

Kegiatan untuk mengisi masa pensiun dikelompokkan ke dalam empat kegiatan yaitu kegiatan sosial, kegiatan yang menghasilkan uang, kegiatan yang berorientasi kepada keluarga, dan kegiatan yang berhubungan dengan hobi. Jenis kegiatan sosial yang dilakukan pensiunan adalah kegiatan keagamaan dan menjadi relawan. Papalia et al. (2002) menyebutkan bahwa salah satu cara orang menjalani masa pensiun adalah dengan menjadi relawan, biasanya terlibat dalam aktivitas gereja. Menjadi relawan dan aktif dalam kegiatan keagamaan adalah salah satu bentuk usaha pensiunan untuk mengubah pandangan masyarakat tentang usia tua dan kapabilitasnya (Papalia et al.). Hal ini sesuai dengan cara sebagian pensiunan mengisi waktu saat pensiun yaitu melakukan kegiatan sosial dan keagamaan yang

Tabel 2

Frekuensi Kegiatan Subjek yang Berorientasi Keluarga

Macam-macam kegiatan orientasi keluarga	f	%
1 macam kegiatan	31	67.5
2 macam kegiatan	10	21.7
3 macam kegiatan	1	2.2
4 macam kegiatan	1	2.2
Total	46	100

Keterangan. Kegiatan dan orientasi keluarga:

1 macam kegiatan: mengurus cucu; berkumpul bersama keluarga; mengurus orang tua; mengerjakan pekerjaan rumah tangga; arisan keluarga; rekreasi.

2 macam kegiatan: mengurus cucu, berkumpul bersama keluarga; mengurus cucu, bertamasya; mengurus cucu, mengantar anak-istri.

3 macam kegiatan: berkumpul bersama keluarga, pergi untuk acara keluarga, dan bertamasya.

4 macam kegiatan: mengurus cucu, berkumpul bersama keluarga, pergi untuk acara keluarga, bertamasya.

Tabel 3

Frekuensi Kegiatan Subjek yang Berhubungan dengan Hobi

Macam-macam kegiatan berhubungan dengan Hobi	f	%
1 macam kegiatan	28	59.6
2 macam kegiatan	13	27.4
3 macam kegiatan	6	12.8
Total	47	100

Keterangan. Kegiatan dan hobi:

1 macam kegiatan: membaca; berkebun; olahraga; menjahit; memperbaiki peralatan rumah tangga

2 macam kegiatan: berkebun, membaca; membaca, olahraga; membaca, bertukang kayu; membaca, menulis novel; membaca koran, menonton tv; berkebun, berkesenian; memasak, membaca; memelihara binatang, berkebun; menjahit, membaca, berkebun, memasak.

3 macam kegiatan: berkebun, menjahit, membaca; olahraga, merawat kendaraan, berkebun; berkebun, membaca, menulis; beternak, berkebun, membaca

Kelompok Aktualisasi diri (N = 14)	Kelompok Orientasi Kenyamanan (N = 8)
Karakteristik: <ul style="list-style-type: none"> • Usia: 60-63 (42.9 %) • Pendidikan: S1 (42.9 %) • Pekerjaan: Swasta (57.1 %) • Usia pasangan: 56-59 (41.7 %) • Pendidikan pasangan: SMA (50 %) • Pekerjaan pasangan: Ibu rumah tangga (58.3 %) • Lama pensiun: 1-5 tahun (50 %) • Tidak ikut organisasi (85.7 %) 	Karakteristik: <ul style="list-style-type: none"> • Usia: 60-63 (35.7 %) • Pendidikan: SMA (57.1 %) • Pekerjaan: Negeri (71.4%) • Usia pasangan: 56-59 (41.7 %) • Pendidikan pasangan: SMA (66.7 %) • Pekerjaan pasangan: Ibu rumah tangga (50 %) • Lama pensiun: 1-5 tahun (39.3 %) • Tidak ikut organisasi (78.6 %)
Kelompok Orientasi Kegiatan (N = 7)	Kelompok Orientasi Ketenangan (N = 14)
Karakteristik: <ul style="list-style-type: none"> • Usia 56-59 (57.1 %) • Pendidikan: S2 (42.9 %) • Pekerjaan: Negeri (85.7 %) • Usia pasangan: 64-67 (28.6 %) • Pendidikan pasangan: SMA dan S1 (42.9%) • Pekerjaan pasangan: Negeri (42.9 %) • Lama pensiun: 1-5 tahun (42.9 %) • Ikut organisasi: (57.1 %) 	Karakteristik: <ul style="list-style-type: none"> • Usia: 60-63 (64.3 %) • Pendidikan: SMA (64.3 %) • Pekerjaan: Negeri (57.1 %) • Usia pasanga: 56-59 (35.7 %) • Pendidikan pasangan: SMA (50 %) • Pekerjaan pasangan: Ibu rumah tangga (61.5%) • Lama pensiun: 1-5, 6-10 tahun (42.9 %) • Tidak ikut organisasi (78.6 %)

Keterangan. Kesamaan subjek adalah pria, memiliki pasangan, tidak memiliki gangguan kesehatan

Gambar 1. Bagan karakteristik identitas tiap kelompok

sebanyak enam orang (9,5 %).

Jenis *kegiatan menghasilkan uang* yang dilakukan pensiunan adalah bekerja paruh waktu, melakukan bisnis, wiraswasta, dan terlibat dalam suatu partai politik. Papalia et al. menyebutkan bekerja paruh waktu sebagai salah satu cara bagaimana pensiunan mengisi waktu pensiunnya. Pernyataan Papa-

lia et al. tersebut juga sesuai dengan cara sebagian para subjek memanfaatkan waktu saat pensiun yaitu menjalani kegiatan yang menambah pemasukan (17.5 %). Hal ini juga didukung dari usia pensiunan yang paling banyak adalah 60-63 tahun sejumlah 25 orang (39.7 %) dan paling banyak berjenis kelamin pria sejumlah 48 orang (76.2 %). Usia tersebut ma-

sih dapat dikategorikan usia yang masih produktif sehingga sebagai seorang pria dan kepala keluarga bertanggung jawab menambah pemasukan untuk mendukung keadaan finansial keluarga.

Jenis *bekerja paruh waktu* yang dilakukan pensiunan adalah menjadi tenaga pengajar, SatPam, sopir bemo, dan konsultan. Jenis pekerjaan yang dilakukan para subjek cenderung ke arah jenis pekerjaan yang statis dan monoton. Kuntjoro (2002) mengatakan bahwa pria yang sudah pensiun cenderung melakukan pekerjaan yang statis bukan yang dinamis atau menantang. Jika masih melakukan suatu kegiatan lain biasanya sekedar hobi atau kegiatan beramal.

Jenis *kegiatan yang berorientasi pada keluarga* yang paling banyak dilakukan pensiunan adalah mengurus cucu dan berkumpul bersama keluarga. Jenis *kegiatan yang berhubungan dengan hobi* yang paling banyak dilakukan pensiunan adalah membaca dan berkebun. Pensiunan yang mengisi waktunya dengan melakukan kegiatan yang berorientasi pada keluarga adalah individu dengan karakteristik *family-focused lifestyle*. Individu dengan karakter ini menghabiskan banyak waktu dengan keluarga (Papalia et al., 2002). Pensiunan yang masih memiliki

pasangan sebanyak 57 orang (90.5 %) menggunakan waktunya bersama pasangan mengurus keluarga karena memiliki lebih banyak waktu untuk berkumpul bersama keluarga.

Pensiunan yang tidak memiliki pasangan sebanyak enam orang (9.5 %) dengan melakukan kegiatan yang berorientasi pada keluarga untuk mengisi kekosongan. Karena tidak ada pasangan, mengurus cucu dapat memberikan kesenangan dan kesempatan untuk lebih banyak berkumpul bersama anak-anaknya. Mappiare (1983) mengatakan beberapa kegiatan yang dilakukan dewasa madya bertujuan memberikan ketenangan antara lain membaca dan melakukan hobi. Membaca dan berkebun merupakan hobi yang paling sering dilakukan pensiunan untuk mengisi masa pensiunnya dan memberikan ketenangan.

Menurut Atchley (sitat dalam Hoyer & Roodin, 2003) ada tujuh fase pensiun yang dilampaui oleh orang dewasa. Beragamnya kegiatan yang dilakukan pensiunan di Surabaya menunjukkan mereka pada fase reorientasi (*reorientation phase*). Fase reorientasi adalah fase ketika pensiunan mulai mencatat dan mengumpulkan apa yang masih dimiliki dan mengembangkan alternatif kehidupan yang

<p>Kelompok aktualisasi diri (N = 14)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Perasaan saat pensiun: Biasa-biasa saja (42.9 %) • Cara mengisi pensiun: Mencari kesibukan (28.6 %) • Kegiatan pensiun: Orientasi keluarga, berhubungan dengan hobi (21.4 %) 	<p>Kelompok orientasi kenyamanan (N = 28)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Perasaan saat pensiun: Menikmati dan bersyukur (28.6 %) • Cara mengisi pensiun: Mencari kesibukan (25 %) • Kegiatan pensiun: Kegiatan sosial, orientasi keluarga dan berhubungan dengan hobi (25 %)
<p>Kelompok orientasi kegiatan (N = 7)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Perasaan saat pensiun: Lebih santai dan menikmati masa tua; merasa lega karena lepas dari beban kerja, tanggung jawab kerja, dan rutinitas kerja (28.6 %) • Cara mengisi pensiun: Menjalani kegiatan yang menambah pemasukan (28.6 %) • Kegiatan pensiun: Kegiatan sosial, menghasilkan uang, orientasi keluarga, dan berhubungan dengan hobi (14.3 %) 	<p>Kelompok orientasi ketenangan (N = 14)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Perasaan saat pensiun: Biasa-biasa saja (57.1%) • Cara mengisi pensiun: Menjalani kegiatan yang menambah pemasukan dan mencari kesibukan (35.7%) • Kegiatan pensiun: Menghasilkan uang, orientasi keluarga, dan berhubungan dengan hobi (28.6%)

Gambar 2. Perasaan saat pensiun, cara mengisi pensiun, dan kegiatan saat pensiun

lebih realistis untuk menemukan kepuasan hidup. Hal ini terlihat dari cara pensiun mengisi waktu saat pensiun adalah dengan mencari kesibukan (27%) dan menjalani kegiatan yang menambah pemasukan (17,5%). Pensiunan mulai mengembangkan alternatif kegiatan dengan mencari kesibukan mengisi masa pensiun untuk dapat menikmati kepuasan hidup.

Pensiunan melakukan kegiatan yang bervariasi untuk membantu penyesuaian diri dengan kondisi saat pensiun. Hornstein dan Wapner (sitat dalam Hoyer dan Roodin, 2003) mengidentifikasi empat macam gaya penyesuaian pada masa pensiun. Gaya penyesuaian pada masa pensiun untuk pensiunan di Surabaya adalah *the new beginning* dan *continuation*.

The new beginning adalah gaya penyesuaian yaitu melihat masa pensiun sebagai suatu kesempatan baru dan kebebasan menggunakan waktu dan tenaga untuk diri sendiri (Hornstein & Wapner, disitat dalam Hoyer & Roodin, 2003). Hal ini didukung oleh perasaan para subjek ketika menjalani masa pensiun yaitu menikmati dan mensyukurinya (17.5 %) dan masih aktif berorganisasi (23.8 %). Pensiunan melakukan banyak kegiatan karena mereka melihat pensiun sebagai kesempatan baru dan melakukan kegiatan yang selama ini belum atau jarang mereka lakukan, seperti melakukan hobi, meluangkan waktu lebih banyak bersama keluarga, dan terlibat aktif dalam kegiatan keagamaan.

Continuation adalah gaya penyesuaian yaitu pensiun tidak memberikan dampak utama dan menjalani masa pensiun dengan melakukan kerja secara sukarela (Hornstein & Wapner, disitat dalam Hoyer & Roodin, 2003). Hal ini didukung dengan perasaan subjek menjalani masa pensiun yang adalah biasa-biasa saja (27 %) dan salah satu kegiatan yang dilakukan pensiunan di Surabaya untuk mengisi masa pensiun adalah dengan menjadi relawan sebagai pengajar dan relawan kegiatan amal.

Faktor-faktor Pendorong Pensiunan Melakukan Kegiatan

Berdasarkan analisis faktor terdapat tujuh faktor pensiunan melakukan kegiatan pada masa pensiunnya, yaitu:

Faktor orientasi kegiatan. Faktor ini terdiri atas *need of achievement*, *need of affiliation*, *need of nurturance*, *need of order*, *need of play*, dan *need of*

exhibition.

Pensiunan di dalam melakukan kegiatan pada masa pensiun bertujuan memenuhi kebutuhan *achievement*, *affiliation*, *nurturance*, *order*, *play*, dan *exhibition*. Hal ini berarti ketika melakukan suatu kegiatan pensiun selain berorientasi untuk memenuhi kebutuhan diri sendiri juga untuk memenuhi kebutuhan orang lain. Menurut Murray (sitat dalam Hall & Lindsey, 1995) salah satu kriteria kebutuhan adalah akibat atau hasil akhir dari tingkah laku. Pensiunan melakukan kegiatan sebagai hasil akhir untuk memberikan sesuatu yang terbaik bagi dirinya sesuai dengan standar yang sudah ditetapkan sendiri. Pada masa pensiun individu dapat memuaskan *need of achievement* dalam dirinya. Hal ini dapat dilihat dari lima belas orang (23.8 %) yang masih terlibat dalam organisasi. Pensiunan memenuhi *need of achievement* dengan menjadi anggota organisasi untuk menunjukkan eksistensinya.

Melakukan kegiatan untuk menciptakan keteraturan dan keseimbangan antara kegiatan untuk memenuhi kebutuhan sendiri serta kebutuhan dari orang lain; berusaha memuaskan kesenangan diri sendiri dan memperoleh penilaian positif dari orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa pensiunan berusaha memuaskan *need of order*, *need of play*, dan *need of exhibition*. Salah satu kriteria kebutuhan menurut Murray (sitat dalam Hall & Lindsey, 1995) adalah ungkapan emosi atau perasaan tertentu. Berkegiatan karena ingin meningkatkan hubungan dengan orang lain baik keluarga maupun teman serta ingin menunjukkan memiliki rasa kepedulian terhadap orang lain. Berarti, pensiunan berusaha memenuhi *need of affiliation* dan *need of nurturance*. Hal ini dilihat dari kegiatan yang dilakukan pensiunan yaitu kegiatan yang berorientasi pada keluarga dan kegiatan sosial (23.8 %).

Faktor wawasan baru. Faktor ini terdiri atas *need of order*, *need of understanding*, dan *need of achievement*. Menurut Murray (sitat dalam Hall & Lindsey, 1995) individu memiliki *need of order* yaitu kebutuhan untuk menjaga keteraturan, kerapian, ketelitian, dan keseimbangan; *need of understanding* yaitu kebutuhan untuk memperoleh ilmu pengetahuan dan wawasan, berusaha memahami hubungan antar-objek; dan *need of achievement* yaitu kebutuhan untuk mencapai hasil terbaik dan melakukan yang terbaik, menghadapi tantangan dan kesulitan dengan semangat tinggi.

Pensiunan berkegiatan untuk mencapai hasil yang terbaik bagi diri sendiri dengan meningkatkan wawasan dan pengetahuan baru dalam dirinya. Ada kegiatan menambah pengetahuan yang selama ini belum pernah dipelajari. Pensiunan berusaha menyeimbangkan prestasi dan manfaat melalui kegiatan. Dengan demikian, pensiunan berusaha memenuhi *need of order*, *need of understanding*, dan *need of achievement*. Hal ini memungkinkan mereka untuk memenuhi tingkat pendidikan pensiunan yaitu sejumlah 31 orang (49.2 %) tingkat pendidikan SMA, 19 orang (30.2 %) tingkat pendidikan S1, dan 6 orang (9.5 %) tingkat pendidikan S2.

Faktor aktualisasi diri. Faktor ini terdiri atas *need of autonomy* dan *need of achievement*. Pensiunan melakukan kegiatan karena ingin mengaktualisasikan dirinya sebagai pembuktian masih dapat melakukan kegiatan. Hal ini terlihat dari pensiunan yang melakukan tiga macam kegiatan sebanyak 21 orang (33.4 %) dimungkinkan dengan usia pensiunan yang masih belum terlalu tua yaitu 60-63 tahun sejumlah 25 orang (39.7 %) dan kondisi yang masih sehat sebanyak 41 orang (65.1 %). Dengan demikian, kesempatan untuk mengaktualisasikan diri semakin besar. Aktualisasi diri pada pensiunan menunjukkan pensiunan berusaha memenuhi *need of autonomy* dan *need of achievement*.

Menurut Murray (sitat dalam Hall & Lindsey, 1995) *need of autonomy* adalah kebutuhan untuk bertindak mandiri tanpa campur tangan orang lain, menentukan sesuatu berdasarkan keinginan sendiri. Salah satu kegiatan yang dilakukan pensiunan adalah kegiatan yang menghasilkan uang. Adanya *income* untuk menunjukkan pensiunan masih mampu mendukung keadaan finansial keluarga dan tidak bergantung pada anak-anaknya. *Income* sebagai bentuk *autonomy* dan pencapaian prestasi bagi pensiunan.

Faktor orientasi keinginan pribadi. Faktor ini terdiri atas *need of autonomy*, *need of order*, *need of sentience*, dan *need of understanding*. Segala macam bentuk kegiatan yang dilakukan pada masa pensiun merupakan keinginan pensiunan sendiri untuk memenuhi beberapa macam kebutuhan dalam dirinya. Melakukan kegiatan untuk menunjukkan kemandirian, menciptakan keseimbangan dalam berkegiatan, mencari kenikmatan dan kesenangan serta memperoleh pengetahuan baru. Pensiunan berusaha untuk memenuhi *need of autonomy*, *need*

of order, *need of sentience*, dan *need of understanding*.

Murray (sitat dalam Hall & Lindsey, 1995) menyebutkan konsep fusi yaitu beberapa kebutuhan dapat dipenuhi secara bersamaan oleh satu tindakan tertentu. Pensiunan melakukan kegiatan sesuai dengan keinginannya sendiri untuk memenuhi beberapa kebutuhan sekaligus.

Faktor orientasi keluarga. Faktor ini terdiri atas *need of affiliation* dan *need of play*. Murray (sitat dalam Hall & Lindsey, 1995) mengatakan individu memiliki *need of affiliation* yaitu kebutuhan untuk menerima dan diterima oleh orang lain, menunjukkan afeksi dan perhatian, dan *need of play* yaitu kebutuhan untuk melakukan sesuatu demi kesenangan dan tanpa tujuan yang jelas. Ketika berkegiatan yang menjadi orientasi pensiunan adalah keluarga. Hurlock (1990) menyebutkan salah satu kondisi yang memengaruhi penyesuaian pada saat pensiun adalah sikap anggota keluarga memengaruhi sikap terhadap pasangan hidupnya.

Adanya kegiatan membantu untuk lebih mendekatkan diri pada keluarga, contohnya, pada salah satu bentuk kegiatan yang berorientasi keluarga adalah berkumpul bersama keluarga dan bertamasya (2.2 %). Berumpul bersama keluarga dapat meningkatkan keharmonisan. Bertamasya dapat memberikan *refreshing* untuk semua anggota keluarga. Dengan demikian, pensiunan memenuhi *need of affiliation* sekaligus *need of play*.

Faktor orientasi kenyamanan. Faktor ini terdiri atas *need of play* dan *need of sentience*. Pensiun di dalam memilih kegiatan yang dilakukan pada masa pensiun juga mempertimbangkan kenyamanan dalam berkegiatan. Kenyamanan dapat memberikan kepuasan dalam berkegiatan. Adanya rasa puas memberikan kesenangan bagi pensiunan. Ketika pensiunan mendapatkan kenyamanan dan kesenangan dari timbulnya rasa puas maka pensiun berusaha memenuhi *need of sentience* dan *need of play*.

Data pada Tabel 1 dan Tabel 2 menunjukkan perasaan pensiunan saat menjalani masa pensiun yaitu santai saja dan tidak dipaksakan sebanyak tiga orang (4.8 %) dan cara mengisi waktu saat pensiun adalah santai saja tidak memaksakan diri sebanyak empat orang (6,3%). Dengan demikian, pensiunan memiliki kebutuhan untuk menjalani masa pensiun dengan kenyamanan dan apa adanya sesuai dengan kondisi diri sendiri.

Faktor orientasi ketenangan. Faktor ini terdiri atas *need of sentience*. Kegiatan pada masa pensiun untuk memberikan ketenangan dalam diri. Mappiare (1983) mengatakan melakukan hobi untuk memberikan ketenangan. Salah satu kegiatan yang dilakukan pensiunan adalah kegiatan yang berhubungan dengan hobi. Hal ini menunjukkan pensiunan memenuhi *need of sentience* yaitu kebutuhan untuk mencari kenikmatan dan kesenangan (Murray, disitat dalam Hall & Lindsey, 1995).

Pensiunan ingin menikmati ketenangan dalam menjalani masa pensiun. Hal ini dapat dilihat dari perasaan saat menjalani masa pensiun yaitu merasa lega karena lepas dari beban kerja, tanggung jawab kerja, dan rutinitas kerja sebanyak 6 orang (9.5 %) serta merasa lebih santai dan menikmati masa tua sebanyak 4 orang (6.3 %).

Karakteristik Pensiunan yang Melakukan Kegiatan Pada Masa Pensiun

Berdasarkan hasil *clustering* diperoleh empat kelompok faktor dominan individu yang melakukan kegiatan pada masa pensiun, yaitu faktor aktualisasi diri, faktor orientasi kenyamanan, faktor orientasi kegiatan, dan faktor orientasi ketenangan. Pada kelompok faktor aktualisasi diri, faktor orientasi kenyamanan, dan faktor orientasi ketenangan individu yang termasuk di dalamnya keseluruhan pensiunan berusia 60-63 tahun (42.9%; 35.7%; 64.3%). Dengan demikian, pensiunan tersebut dikategorikan sebagai dewasa akhir. Pada kelompok faktor orientasi kegiatan individu yang termasuk di dalamnya pensiunan berusia 56-59 tahun (57.1 %). Dengan demikian, pensiunan tersebut dikategorikan sebagai dewasa madya.

Data menunjukkan baik pensiunan yang berusia dewasa madya maupun berusia dewasa akhir masih tetap aktif dan memiliki banyak kegiatan dalam menjalani masa pensiun. Pada individu berusia dewasa madya hal ini sesuai dengan salah satu karakteristik perkembangannya yaitu masa berprestasi (Hurlock, 1990). Melakukan kegiatan pada masa pensiun merupakan suatu bentuk untuk tetap berprestasi meskipun tidak terlibat dalam aktivitas kerja lagi. Hal ini memungkinkan dengan lamanya pensiun yaitu 1-5 tahun sebanyak 25 orang (39.7%) dan 6-10 tahun sebanyak delapan belas orang (28,6 %)

dan kondisi fisik yang tidak memiliki gangguan sebesar 65.1%.

Individu yang menjalani masa pensiun belum terlalu lama dan masih memiliki kondisi kesehatan yang baik semakin menunjang beragamnya kegiatan yang dilakukan sebagai bentuk capaian prestasi. Pada individu dewasa akhir yang masih aktif berkegiatan tidak sesuai dengan karakteristik perkembangan usia dewasa akhir yaitu periode kemunduran (Hurlock, 1990). Meskipun mengalami penurunan kondisi fisik masih tetap berkegiatan karena memiliki keinginan kuat untuk menjadi muda kembali atau tidak ingin dipandang tua sesuai dengan karakteristik perkembangan dewasa akhir (Hurlock, 1990).

Pada faktor aktualisasi diri, kegiatan yang dilakukan pada masa pensiun adalah kegiatan yang berorientasi pada keluarga dan berhubungan dengan hobi. Pada faktor orientasi kenyamanan, kegiatan yang dilakukan pada masa pensiun adalah kegiatan sosial, berorientasi pada keluarga, dan berhubungan dengan hobi. Menurut Havighurst (sitat dalam Hurlock, 1990) salah satu tugas perkembangan dewasa akhir adalah menyesuaikan diri dengan peran sosial secara luwes. Melakukan kegiatan sosial sebagai upaya untuk menyesuaikan diri dengan peran sosial pensiunan di masyarakat dan sesuai dengan salah satu karakteristik dewasa akhir yaitu menua membutuhkan peran. Salah satu bentuk kegiatan sosial yaitu kegiatan keagamaan. Dewasa akhir memiliki minat yang tinggi terhadap keagamaan karena membantu penyesuaian diri pada saat berusia lanjut (Hurlock, 1990).

Salah satu bentuk kegiatan yang berhubungan dengan hobi yaitu membaca. Menurut Hurlock (1990) dewasa akhir memiliki perubahan minat untuk rekreasi. Salah satu bentuk minat untuk rekreasi adalah membaca. Kegiatan yang berorientasi pada keluarga juga merupakan salah satu bentuk perubahan minat untuk rekreasi dewasa akhir. Pada faktor orientasi kegiatan dan faktor orientasi ketenangan, kegiatan yang dilakukan pada masa pensiun adalah kegiatan berorientasi pada keluarga, kegiatan yang berhubungan dengan hobi, kegiatan sosial, dan kegiatan yang menghasilkan uang. Beberapa bentuk perubahan minat pada dewasa madya antara lain adanya penekanan minat yang bersifat menyendiri misalnya melakukan hobi dan ada peningkatan minat akan kegiatan yang mengarah ke peningkatan kemampuan pribadi (Hurlock, 1990).

Banyaknya ragam kegiatan yang dilakukan dewasa madya sebagai upaya untuk peningkatan kemampuan pribadi. Perubahan minat pada dewasa madya sebagai upaya melaksanakan salah satu tugas perkembangannya yaitu tugas yang berkaitan dengan perubahan minat (Havighurst, disitat dalam Hurlock, 1990). Kegiatan yang berorientasi pada keluarga juga sebagai upaya memenuhi tugas perkembangannya yaitu tugas-tugas yang berkaitan dengan kehidupan keluarga.

Simpulan dan Saran

Kegiatan yang dilakukan oleh pensiunan di Surabaya pada masa pensiun dapat dibagi menjadi dua yaitu kegiatan yang berhubungan dengan diri sendiri dan kegiatan yang berhubungan dengan orang lain. Kegiatan yang berhubungan dengan diri sendiri ada yang tidak menghasilkan uang dan ada yang menghasilkan uang. Kegiatan yang tidak menghasilkan uang adalah kegiatan yang berorientasi pada keluarga dan berhubungan dengan hobi. Kegiatan yang menghasilkan uang adalah bekerja paruh waktu dan berwiraswasta. Kegiatan yang berhubungan dengan orang lain adalah kegiatan sosial.

Berdasarkan analisis faktor diperoleh tujuh faktor pensiun melakukan kegiatan pada masa pensiun yaitu faktor orientasi kegiatan, faktor wawasan baru, faktor aktualisasi diri, faktor orientasi keinginan pribadi, faktor orientasi keluarga, faktor orientasi kenyamanan, dan faktor orientasi ketenangan. Berdasarkan analisis *cluster* dari tujuh faktor tersebut ada empat faktor yang dominan yaitu *faktor aktualisasi diri, faktor orientasi kenyamanan, faktor orientasi kegiatan, dan faktor orientasi ketenangan*.

Hasil penelitian menunjukkan banyak pensiunan masih aktif berkegiatan. Hendaknya program pra-pensiun yang ada di perusahaan sesuai dengan kebutuhan pensiun. Pensiunan juga dapat menambah ragam kegiatan yang dilakukan saat pensiun. Untuk kegiatan berhubungan dengan diri sendiri yang tidak menghasilkan uang misalnya arisan keluarga, menjadi tenaga pengajar keagamaan. Kegiatan berhubungan dengan diri sendiri yang menghasilkan uang, misalnya membuat usaha kecil-kecilan yang berhubungan dengan hobi. Kegiatan yang berhubungan dengan orang lain, misalnya bergabung dalam komunitas pensiunan dan melakukan kunjung-

an sosial kepada pensiunan yang kesusahan.

Pustaka Acuan

- Awaluddin. (2007). *4.465 karyawan telkom pensiun dini*. Diunduh 2 Mei 2007, dari <http://www.suaramerdeka.com/harian/0307/01/nas2.htm>
- Bee, H. L. (1996). *The journey of adulthood* (3rd ed). New Jersey: Prentice Hall.
- Hall, C. S., & Lindsey. G. (1995). *Psikologi kepribadian: Teori-teori holistik (organismik-fenomenologis) (Supratiknya, Pengalih bhs)*. Yogyakarta: Kanisius.
- Hayat, E. (2004). *Bibingan kewirausahaan bagi PNS yang akan pensiun*. Diunduh 5 Mei 2007, dari <http://gerbang.jabar.go.id/gerbang/index.php?index=16&idberita=412>
- Hoyer, W. J., & Roodin, P. A. (2003). *Adult, development, and aging* (5 th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Hurlock, E. B. (1990). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (5 th ed.) (Istiwidayanti & Soedjarwo, pengalih bhs.). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Huovinen, P., & Piekkola, H. (2002). *Are leisure time activities boosting the popularity of early retirement?*. Diunduh 1 April 2007, dari http://www.etla.fi/files/920_FES_02_2_early_retirement.pdf
- Inderayati, L. H. (2002). *Identifikasi masalah-masalah yang dihadapi lansia saat pensiun di kelurahan kepanjin kabupaten sumenep*. Diunduh 5 Mei 2007, dari <http://digilib.itb.ac.id/gdl.php?mod=browse&op=read&id=jiptumm-gdl-s3-2002-liput-5330-2002&q=Kesehatan>
- Kuntjoro, Z. S. (2002). *Lansia dan pekerjaan*. Diunduh 5 Februari 2007, dari <http://www.e-psikologi.com/usia/pensiun.htm>
- Mangkunegara, A. P. (2000). *Manajemen sumber daya manusia perusahaan*. Bandung: Rosda
- Mappiare, A. (1983). *Psikologi orang dewasa*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Papalia D. E., Sterns H. L., Feldman R. D., & Camp C. J. 2002. *Adult development and aging* (2nd ed.). New York: The McGraw-Hill Companies.
- Rini, J. F. (2001). *Pensiun dan pengaruhnya*. Diunduh 5 Februari 2007, dari <http://www.e-psikologi.com/usia/pensiun.htm>

Sa'id, E. G. (2001). *Prospek bisnis kecil dimasa pensiun: Peluang khusus pada usaha di bidang agribisnis*. Diunduh 5 Mei 2007, dari <http://digilib.itb.ac.id/gdl.php?mod=browse&op=read&id=jbptipbmma-gdl-grey-2001-e-4693-egum&q=Hidup>

Santrock, J. W. (2002). *Life span development: Perkembangan masa hidup* (5th ed.). Jakarta: Penerbit Erlangga.

Siapkan sendiri program pensiun sejak dini. (2007). Diunduh 6 Februari 2007, dari <http://www.portalhr.com/beritahr/seputarhr/1id495.html>