

PERAN KONSEP DIRI TERHADAP RESILIENSI PADA PENSIUNAN

Dwiaprinda Rachmawati, Ratih Arruum Listiyandini
Fakultas Psikologi Universitas YARSI
dwiaprinda.rachmawati@gmail.com; ratih.arruum@yarsi.ac.id

Abstract. *Someone who works in agency would have retirement. As elderly, retired person would have some changes in the aspect of physical, social, and emotional. The changes would have an impact on their view about themselves, named self-concept. In the other side, to have good psychological well being, they should have ability to bounce back and adapt in their retirement life. Based on the theoretical perspective, self concept is one of the factors that affect resilience, a person's ability to be able to bounce back from hard times. The study was conducted to look at the role of self-concept on the resilience of pensioners. The design of this study is associative. The sampling technique used in this study is incidental sampling with a sample size of 80 people. Self-concept and resilience measurement is using questionnaire. The results of the study showed the value of $F = 81.53$ and $p = 0.000$ ($p < 0.01$), which means self-concept predicts resilience significantly. Magnitude of the role of self-concept to the resilience is 51.1% and the remaining 48.9% is influenced by other factors. It can be concluded that self-concept contribute significantly to the pensioners resilience.*

Keywords: *Self Concept, Resilience, Retirement*

Abstrak. *Seseorang yang bekerja dalam suatu instansi tentunya akan pensiun. Saat memasuki usia pensiun, yang merupakan masa dewasa akhir, seseorang akan mengalami berbagai perubahan seperti fisik, sosial, dan emosional. Perubahan-perubahan tersebut mempengaruhi pandangan mengenai diri sendiri, atau dengan kata lain, konsep diri para pensiunan tersebut. Di sisi lain, agar lebih sejahtera secara psikologis, para pensiunan juga harus mampu beradaptasi dan bangkit dari kesulitan yang dialami pada masa pensiun. Berdasarkan teori, ditemukan bahwa konsep diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk dapat bangkit kembali dari masa sulit atau disebut dengan resiliensi. Penelitian dilakukan untuk melihat adakah peran konsep diri terhadap resiliensi pada pensiunan. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah asosiatif. Teknik pemilihan sampel menggunakan incidental sampling dengan jumlah sampel sebanyak 80 orang. Pengukuran menggunakan kuesioner konsep diri yang dibuat sendiri oleh peneliti dan kuesioner resiliensi yang diadaptasi dari Wagnild dan Young. Hasil dari analisis regresi diperoleh nilai $F = 83,51$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$), yang artinya konsep diri dapat memprediksi resiliensi secara signifikan. Besarnya peran konsep diri terhadap resiliensi yaitu 51,1% dan sisanya 48,9% dipengaruhi oleh faktor lainnya. Dengan demikian dapat*

disimpulkan bahwa konsep diri berperan secara signifikan terhadap resiliensi pensiunan.

Kata Kunci: Konsep Diri, Resiliensi, Pensiunan

PENDAHULUAN

Manusia dewasa memiliki siklus kehidupan normal, ada masa mulai berkarya dengan bekerja, berkarir, bahkan beberapa orang mampu mencapai puncak karirnya. Seiring perjalanan kehidupan yang terus berkembang dan berkesinambungan, seseorang yang bekerja di organisasi, perusahaan atau intitusi akan mengalami masa pensiun. Baik pensiun secara normal karena masa tugas yang telah habis ataupun pensiun karena sesuatu hal walaupun masa tugasnya belum berakhir.

Masa pensiun yang merupakan masa lansia menurut Erikson (dalam Monks, Knoers dan Haditono, 2006) termasuk dalam fase integritas diri atau keputusasaan. Pensiunan yang termasuk dalam fase integritas diri adalah pensiunan yang mampu memiliki kebermaknaan hidup. Pensiunan yang termasuk dalam fase ini memiliki sifat bijaksana, dan mampu menyelesaikan permasalahannya dengan baik, sehingga ia mampu memiliki kesejahteraan dan kebermaknaan hidup. Namun sebaliknya, bagi pensiunan yang termasuk dalam fase keputusasaan memandang hidupnya memiliki banyak permasalahan yang sulit diselesaikan, sehingga pensiunan yang berada pada fase ini kurang memiliki kesejahteraan dalam hidupnya.

Para pensiunan yang kurang memiliki kesejahteraan dalam hidupnya, memandang masa pensiun merupakan salah satu masa yang menyakitkan bahkan sebagai suatu masalah atau musibah, karena menurut Eyde (dalam Eliana, 2003) saat masa pensiun, seseorang akan kehilangan peran dalam sosial masyarakat, prestis, kekuasaan, kontak sosial, ekonomi, bahkan harga diri. Kondisi tersebut dapat memicu stres atau bahkan depresi yang berujung dengan keterpurukan. Oleh karena itu, untuk memperdalam fenomena yang terjadi, peneliti melakukan studi awal (wawancara) pada April 2014 dengan 4 partisipan pensiunan.

Hasil wawancara menunjukkan konsep diri pensiunan negatif. Asumsi tersebut disimpulkan dari hasil wawancara, bahwa seluruh partisipan menarik diri untuk tidak bergaul dengan mantan rekan kerja ataupun lingkungan tempat tinggalnya, karena mereka juga merasa bahwa mereka tidak lagi dihargai oleh mantan rekan kerjanya. Kehidupan yang mapan selagi mereka aktif bekerja, tidak ada lagi saat ini, karena segala sesuatunya saat ini penuh keterbatasan, baik ekonomi, sosial, peran, dan fisik.

Hasil wawancara juga menunjukkan resiliensi pensiunan yang hasilnya para pensiunan kurang resilien. Asumsi tersebut disimpulkan dari hasil wawancara yang menunjukkan seluruh partisipan juga menganggap dirinya sudah tidak produktif seperti dulu, sehingga mereka tidak berkeinginan untuk bekerja kembali dalam bidang apapun. Bahkan saat ini, seluruh partisipan juga memiliki penyakit yang tidak ringan seperti sakit jantung, diabetes, hipertensi, dan saraf terjepit, yang semuanya membutuhkan biaya yang tidak sedikit secara berkepanjangan. Keadaan ini menambah pemikiran yang seolah tidak ada jalan keluarnya, sehingga mereka mengalami stres dan menyebabkan keterpurukan.

Adapun penelitian bahwa masa pensiun memiliki dampak buruk sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Rahe (dalam Eliana, 2003), bahwa pensiun menempati ranking 10 besar untuk posisi stres seseorang. Penelitian yang dilakukan oleh Vahtera (dalam Republika, 2009) yang dilakukan di Perancis menyebutkan 15.000 pekerja di

Paris mengalami susah tidur setelah 7 tahun memasuki masa pensiun. Gangguan tidur tersebut meningkat 26% dari sebelum para pekerja tersebut pensiun.

Kondisi yang sudah dipaparkan di atas, menunjukkan bahwa individu yang pensiun perlu menyesuaikan diri dengan masa pensiunnya. Oleh karena itu, mereka membutuhkan kemampuan untuk mengatasi stress dan permasalahan, yang disebut resiliensi (Janas dalam Dewi, Djoenaina, dan Malisa, 2004). Resiliensi merupakan hal penting pada saat seseorang ingin bangkit kembali dari permasalahan. Menurut Wagnild dan Young (1993) resiliensi ialah kemampuan seseorang untuk beradaptasi dalam menghadapi kesulitan hidup. Jadi dapat disimpulkan bahwa seseorang yang memiliki resilien, maka ia dapat bangkit dari keterpurukannya atau kesulitan dalam hidupnya.

Resiliensi dapat terbentuk karena dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu faktor eksternal meliputi pengalaman masa kecil, seperti hubungan dekat dengan lingkungan (Beardslee dalam Wagnild dan Young, 1993), peran model yang dapat menimbulkan kebahagiaan dan kemandirian (Drugs dan Douglas dalam Wagnild dan Young, 1993), dan kontribusi dari dukungan keluarga secara efektif (Richmond dan Beardslee dalam Wagnild dan Young, 1993).

Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri seseorang (karakteristik seseorang). Seseorang yang memiliki resiliensi menurut Rutter (dalam Wagnild dan Young, 1993) dapat dipengaruhi oleh harga diri yang tinggi, keyakinan pada dirinya sendiri, penyelesaian masalah, dan kepuasan hubungan interpersonal. Demikian pula menurut Richmond et. all (dalam Wagnild & Young, 1993) bahwa resiliensi dapat dipengaruhi kedisiplinan diri, kepercayaan diri, rasa ingin tahu, harga diri, dan konsep diri.

Pensiun bisa membawa dampak pada konsep diri seseorang, menjadi cenderung negatif seperti memandang dirinya buruk serta tidak mampu untuk menghargai dirinya sendiri (Hurlock dalam Eliana, 2003). Longhurst (dalam Eliana, 2003) mengatakan bahwa harga diri yang rendah terjadi karena orang pensiun kehilangan beberapa aspek penting dalam kehidupannya. Konsep diri yang negatif juga akan dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang. Efek dari konsep diri yang negatif ini akan mempengaruhi baik itu hubungan interpersonal maupun fungsi mental lainnya (Benner dalam Eliana, 2003). Mengingat pentingnya konsep diri bagi pensiunan, maka peneliti tertarik untuk meneliti hal tersebut. Peneliti tertarik untuk mengetahui sejauh mana konsep diri ini berperan terhadap resiliensi seseorang terutama pada masa pensiun.

Berdasarkan uraian-uraian tersebut, peneliti membuat judul penelitian “Peran konsep diri terhadap resiliensi pada pensiunan serta tinjauannya dalam sudut pandang Islam”

Konsep Diri

Definisi konsep diri yang digunakan dalam penelitian ini didasarkan dari pendapat Fitts (dalam Agustiani, 2006) yaitu gambaran diri yang disadari, diri yang diamati, dialami, dan dinilai oleh individu itu sendiri.

Pengenalan konsep diri lebih jauh dan mendalam dapat dilihat melalui dua dimensi pokok sebagaimana teori menurut Fitts (dalam Agustiani, 2006) yaitu:

1. Dimensi Internal

Dimensi internal merupakan penilaian seseorang atas dirinya sendiri berdasar pengalaman dan dunia didalam dirinya. Terbentuk melalui penilaian seseorang dengan dirinya sendiri. Dimensi ini memiliki tiga bentuk yaitu :

a. Diri Identitas (*Identity Self*)

Diri identitas merupakan dimensi yang paling mendasar yang mencakup label-label dan simbol-simbol yang diberikan pada diri sendiri untuk menggambarkan identitasnya. Hal ini akan berkembang terus dengan bertambahnya usia dan interaksi dengan lingkungan serta pengetahuan seseorang tentang dirinya, sehingga yang bersangkutan dapat melengkapi keterangan tentang dirinya dengan lebih kompleks.

b. Diri Pelaku (*Behavioural Self*)

Diri pelaku berkaitan erat dengan diri identitas, merupakan persepsi seseorang tentang tingkah lakunya, berisi kesadaran apa yang dilakukan dirinya.

c. Diri Penerimaan/ Penilai (*Judging Self*)

Diri penerima/penilai lebih sebagai perantara (*mediator*) antara diri identitas dan diri pelaku, dimana dapat berfungsi sebagai pengamat, penentu standar dan sebagai evaluator. Diri penilai menentukan kepuasan seseorang akan dirinya, dimana kepuasan diri yang rendah akan menimbulkan harga diri (*self esteem*) yang rendah dan ketidakpercayaan diri berkembang mendasar dalam dirinya. Sebaliknya bagi individu yang memiliki kepuasan diri yang tinggi maka kesadaran dirinya lebih realistis. Individu juga akan terfokuskan pada keluar diri sehingga berfungsi lebih konstruktif.

Dapat disimpulkan bahwa dari ketiga bentuk dalam dimensi internal memiliki peranan yang berbeda-beda namun saling berinteraksi dan saling melengkapi, sehingga membentuk diri yang menyeluruh dan utuh.

2. Dimensi Eksternal

Dimensi eksternal merupakan penilaian individu atas dirinya melalui hubungan dan aktifitas sosialnya, nilai-nilai yang dianutnya, serta hal-hal lain diluar dirinya. Dimensi ini sangat luas misalkan diri berkaitan dengan lingkungan, sekolah, agama, dan sebagainya. Fitts (dalam Agustiani, 2006) melihat dimensi eksternal lebih bersifat umum bagi semua orang. Dimensi ini melibatkan penilaian dari diri sendiri dan lingkungan. Ia membedakan dimensi eksternal menjadi 5 bentuk yaitu :

a. Diri Fisik (*Physical Self*)

Diri fisik menggambarkan persepsi seseorang terhadap keadaan dirinya, mengenai kesehatan dirinya, maupun keadaan tubuhnya.

b. Diri Etik-Moral (*Moral-Ethic*)

Diri etik moral menggambarkan persepsi seseorang terhadap dirinya dengan melihat standar pertimbangan nilai moral dan etika, kepuasan seseorang akan kehidupan beragamanya dan nilai moral yang dipegang, atau lebih kepada batasan baik atau buruk.

c. Diri Pribadi (*Personal Self*)

Diri pribadi menggambarkan persepsi seseorang tentang keadaan pribadinya. Sejauh mana seseorang merasa sebagai pribadi yang tepat atau merasa puas terhadap pribadinya. Contoh: Saya sesuai dengan apa yang saya harapkan.

d. Diri Keluarga (*Family Self*)

Diri keluarga menggambarkan perasaan dan harga diri seseorang dalam kedudukannya sebagai anggota keluarga. Penggambaran rasa keterlibatan, seberapa besar peran maupun fungsi yang dijalankan sebagai anggota dari suatu keluarga. Contoh: Kehadiran saya selalu membawa suasana keluarga menjadi lebih ceria.

e. Diri Sosial (*Social Self*)

Diri sosial lebih menggambarkan penilaian seseorang terhadap interaksi dirinya dengan lingkungan disekitar maupun dengan orang lain. Contoh: Saya menolong tetangga ketika mereka memerlukan pertolongan.

Dimensi internal dan eksternal yang telah dipaparkan diatas, berinteraksi dan membentuk satu kesatuan yang utuh untuk menjelaskan hubungan antara dimensi internal dan eksternal. Dengan demikian, dari ketiga dimensi internal dan kelima dimensi eksternal tersebut akan dapat dihasilkan lima belas kombinasi.

Resiliensi

Wagnild dan Young (1993) mengatakan resiliensi dapat dilihat dari:

“..persons who display courage and adaptability in the wake of life’s misfortune”.

Apabila diartikan, maka dapat dikatakan bahwa orang yang resilien adalah mereka yang memiliki keberanian dan kemampuan beradaptasi di tengah tidak beruntungnya hidup. Jadi bila disimpulkan, resiliensi adalah kemampuan beradaptasi yang ditunjukkan seseorang dalam menghadapi kesulitan hidup.

Wagnild dan Young (1993) menggambarkan dimensi resiliensi menjadi 5 dimensi yaitu :

1. *Equanimity*

Equanimity merupakan pandangan yang seimbang mengenai kehidupan dan pengalaman. Seseorang yang memiliki *equanimity* akan memandang bahwa hidup adakalanya diatas dan dibawah, atau bahagia dan sulit. Contoh dari seseorang yang memiliki *equanimity*: Seorang pensiunan memandang bahwa masa pensiun bukan akhir dari segalanya.

2. *Perseverance*

Perseverance merupakan tindakan dalam bentuk ketekunan meskipun dalam situasi sulit dan kehilangan semangat. Seseorang yang memiliki *perseverance* bila mengalami kesulitan atau keputusan akan tetap menginginkan untuk melanjutkan perjuangannya dan melaksanakannya dengan disiplin. Contoh: Meski memasuki masa pesiun, seseorang bekerja kembali dengan berwirausaha, di bidang yang dia senangi.

3. *Self Reliant*

Self reliant adalah kemampuan untuk bergantung pada diri sendiri dan mengenal kekuatan serta keterbatasan dirinya. Seseorang yang memiliki *self reliant*, maka ia yakin pada diri dan kemampuannya. Contoh: Seorang pensiunan yakin mengatasi kondisi keuangannya tidak dengan bergantung pada orang lain, melainkan dengan usahanya sendiri.

4. *Meaningfulness*

Meaningfulness merupakan hidup yang nyata memiliki tujuan dan nilai yang bermakna. Seseorang yang memiliki *meaningfulness* akan melakukan berbagai hal dengan berdasarkan tujuan dan memberi nilai yang bermakna dalam hidupnya. Contoh: Seorang pensiunan mengisi masa pensiunnya dengan menjadi dosen guna menyalurkan kemampuan dan pengalaman yang dimilikinya kepada mahasiswa sebagai generasi penerus.

5. *Existential aloneness*

Existential aloneness merupakan kenyataan bahwa setiap orang memiliki jalan hidup yang unik. Seseorang yang mempunyai *existential aloneness* maka ia akan merasa

bebas dan unik atau berbeda dengan lainnya. Contoh: Seorang pensiunan memandang bahwa keberuntungan setiap orang berbeda.

Wagnild dan Young (1993) kemudian mengkategorisasikan 5 dimensi tersebut menjadi 2 dimensi utama yaitu :

1. Kompetensi personal. Kompetensi personal meliputi *self reliant*, dan *perseverance*.
2. Penerimaan terhadap kehidupan dan diri. Terdiri dari *meaningfulness*, *existential aloneness*, dan *equanimity*.

Pensiun

Pada fase *retirement* (fase pensiun), masa pensiun terbagi dalam 4 fase besar, yaitu fase *honeymoon*, fase *disenchancement*, fase *reorientation*, dan fase *stability*. Pada fase pertama atau fase *honeymoon*, terjadi tidak lama setelah orang memasuki masa pensiun. Pensiunan yang memasuki fase ini, biasanya tumbuh perasaan gembira karena terbebaskan dari pekerjaan dan rutinitas. Biasanya orang mulai mencari kegiatan pengganti lain seperti mengembangkan hobi. Kegiatan ini tergantung pada kesehatan, keuangan, gaya hidup dan situasi keluarga. Lamanya fase ini tergantung pada kemampuan seseorang. Orang yang selama masa kegiatan aktifnya bekerja dan gaya hidupnya tidak bertumpu pada pekerjaan, biasanya akan lebih mampu menyesuaikan diri dan mengembangkan kegiatan lain yang juga menyenangkan.

Fase kedua setelah fase *honeymoon* berakhir, maka akan masuk pada fase kedua yakni fase *disenchancement*. Pada fase ini pensiunan mulai merasa depresi, merasa kosong. Pada fase ini, beberapa orang merasa kehilangan baik itu kehilangan kekuasaan, martabat, status, penghasilan, teman kerja, aturan tertentu (Jacob dalam Eliana, 2003). Pensiunan yang terpukul pada fase ini akan memasuki *reorientation phase*, yaitu fase dimana seseorang mulai mengembangkan pandangan yang lebih realistis mengenai alternatif hidup. Mereka mulai mencari aktivitas baru baik dengan bekerja kembali atau dengan menekuni kegiatan atau hobi baru. Setelah mencapai tahapan ini, para pensiunan akan masuk pada *stability phase* yaitu fase dimana mereka mulai mengembangkan suatu rancangan kriteria mengenai pemilihan aktivitas, dimana mereka merasa dapat hidup tenang dengan pilihannya.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah asosiatif. Asosiatif menurut Sugiyono (2009) merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih. Penelitian ini mendapatkan teori yang berfungsi untuk menjelaskan, meramalkan, dan mengontrol suatu gejala.

Hipotesis Penelitian

Konsep diri berperan secara signifikan terhadap resiliensi pada pensiunan.

Partisipan Penelitian

Adapun karakteristik partisipan dalam penelitian ini yaitu :

1. Pensiunan yang secara aturan sudah memasuki waktu pensiun (*compulsory /mandatory retirement*).

Alasan memilih tersebut dikarenakan pada masa pensiunan banyak gejala psikologis yang muncul, serta pada masa ini terdapat bermacam-macam respon dalam penerimaan pensiun atau tidak (Eliana, 2003).

2. Usia >50 tahun.

Alasannya dikarenakan pada usia tersebut sudah memasuki fase dewasa akhir dimana banyaknya gejala psikologis yang disebabkan dari banyaknya perubahan seperti ekonomi, keluarga, status, dan sebagainya (Eliana, 2003). Selain itu, dikarenakan baragamnya aturan mengenai usia pensiun seperti pada Peraturan Pemerintah R.I. no.21 Pasal 2 yang membahas usia pensiun PNS yaitu 58 tahun, 60 tahun, dan ada juga 65 tahun. Selain itu dalam Peraturan UU no.34 pada pasal 71 yang mengatur akan usia pensiun pada TNI bagi yang Bintara dan Tamtama yaitu 53 tahun.

Instrumen Penelitian

Skala Konsep Diri

Peneliti menyusun sendiri alat ukur konsep diri yang mengukur tingkat konsep diri yang dimiliki oleh partisipan berdasarkan kombinasi dari dua dimensi, meliputi satu *subself* dari dimensi internal (identitas, penilaian, perilaku) serta satu *subself* dari dimensi eksternal (fisik, moral-etik, personal, keluarga dan sosial). Dari gabungan kedua dimensi tersebut didapatkan 15 kombinasi yang masing-masing diwakili oleh 3 aitem. Mereka diminita untuk memberikan penilaian mengenai diri mereka sebagai pensiunan. Contoh dari item dalam skala konsep diri seperti: “*Saya menyukai penampilan fisik saya sekarang*”, “*Saya memiliki tubuh yang sehat*”, dan “*Saya mengalami kesulitan berbicara dengan orang yang tidak saya kenal*”.

Setiap aitem memiliki alternatif jawaban yang menunjukkan derajat kesesuaian atau ketidaksesuaian pernyataan konsep diri dengan diri partisipan. Alternatif jawaban terdiri atas 4 pilihan dengan skor yang berbeda-beda, dari skala 1 (sangat tidak sesuai) sampai 4 (sangat sesuai), yang dibuat dalam bentuk item *favorable* dan *unfavorable*. Semakin tinggi skor seseorang, maka semakin positif pula konsep diri seseorang. Sebaliknya, semakin rendah skor seseorang, maka semakin negatif konsep diri seseorang.

Uji validitas menurut Nisfianoor (2013) merupakan suatu indeks yang menentukan alat ukur tersebut benar-benar mengukur apa yang diukur. Valid/sahihnya kuesioner yang disusun dapat dilihat dari validitas item yang diperoleh dari *corrected item total correlation* dimana menurut Nisfianoor (2009) dengan nilai minimal 0,2 item dapat dikatakan valid. Pada penelitian ini, pengujian menggunakan uji validitas isi yaitu dengan menyusun alat ukur berdasarkan rancangan yang telah ada dan dilakukan dengan konsultasi pada ahli. Hasil dari konsultasi pada ahli didapatkan bahwa item yang telah dibuat, perlu ditambahkan lembar persetujuan, profil demografi seperti tempat tinggal pensiun, dan pernyataan bahwa pensiun merasakan adanya perubahan selama masa pensiun. Selain itu, didapatkan juga bahwa beberapa item konsep diri adanya pengubahan kalimat item. Setelah item sudah dapat digunakan, peneliti melakukan uji psikometri.

Selanjutnya, pengujian reliabilitas dilakukan untuk melihat sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya atau diandalkan (Nisfianoor, 2013). Reliabilitas yang digunakan pada alat ukur ini adalah konsistensi internal-*single trial test*. Melalui pendekatan ini, dengan satu kali pengenaan tes akan diperoleh satu distribusi skor dari kelompok partisipan bersangkutan (Azwar, 2011). Menurut Kerlinger dan Lee (2000),

skor koefisien reliabilitas sudah cukup baik untuk penelitian adalah yang berada minimal pada 0,5 ($\alpha = 0,5$). Peneliti menghitung reliabilitas menggunakan analisa statistik *Cronbach's Alpha* (α) melalui SPSS for Windows 17,0.

Berdasarkan uji psikometri alat ukur, didapatkan hasil reliabilitas pada skala konsep diri dengan $\alpha = 0,918$. Pada uji psikometri alat ukur, tidak hanya hasil reliabilitas yang didapat, melainkan juga hasil validitas item. Hasil validitas item tersebut dapat diamati dari nilai yang diperoleh dari *corrected item total corelation*, dimana menurut Nisfianoor (2013) bahwa nilai validitas yang dianggap memadai adalah $>0,2$. Pada uji psikometri alat ukur terhadap 45 item awal, terdapat 9 item yang hasil validitasnya $< 0,2$ sehingga dihapus. Dengan demikian, terdapat 36 item yang digunakan pada skala konsep diri saat pengambilan data.

Skala Resiliensi

Peneliti menggunakan skala resiliensi oleh Wagnild dan Young (1993) yang terdiri dari 25 aitem dan sudah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Alimi (dalam Listiyandini, 2011). Skala ini berdasarkan 5 dimensi utama yaitu *equanimity*, *meaningfulness*, *perseverance*, *self reliant*, dan *existensial aloneness*. Selanjutnya, Wagnild dan Young mengkategorisasikan 5 dimensi tersebut pada 2 dimensi utama, yaitu kompetensi personal dan penerimaan terhadap diri dan kehidupan. Contoh dari aitem pada skala Resiliensi adalah: “*Bagi saya menjaga ketertarikan dalam berbagai hal adalah penting*”, “*Hidup saya bermakna*”, dan “*Saya selalu menjalankan rencana yang saya buat*”.

Pada skala resiliensi ini terdapat 4 pilihan jawaban (1= Sangat Tidak Sesuai, 2=Tidak sesuai, 3=Sesuai, 4=Sangat sesuai). Semakin tinggi nilai seseorang, maka semakin tinggi pula resiliensi yang dimilikinya. Sebaliknya, semakin rendah skor resiliensi yang diperoleh, maka semakin rendah pula resiliensi yang dimilikinya.

Pengukuran reliabilitas setelah dilakukan uji psikometri ulang oleh peneliti didapatkan $\alpha = 0,938$. Kemudian, peneliti juga melakukan konsultasi pada ahli atau *expert judgement* yang didapatkan hasil bahwa skala resiliensi sudah dapat digunakan, hanya saja ada penambahan indikator. Selanjutnya, peneliti melakukan uji validitas item yang didapatkan skor *corrected item total corelation* setiap item lebih dari 0,2. Nisfianoor (2012) mengatakan bahwa item yang memiliki validitas lebih dari 0,2 adalah item yang valid atau dapat mengukur apa yang ingin diukur.

ANALISIS DAN HASIL

Hasil Analisis Statistik

a. Profil Demografik Partisipan

Tabel 1. Profil Demografik Partisipan

| Kategori | | Jumlah | Persentase |
|----------------|--------------|-------------|------------|
| Jenis Kelamin | Laki-laki | 49 | 61,3% |
| | Perempuan | 31 | 38,8% |
| Tempat Tinggal | Sendiri | 6 | 7,5% |
| | Anak/Saudara | 61 | 80% |
| | Panti | 1 | 1,3% |
| | Lain-lain | 9 | 11,3% |
| | Usia | 50-55 tahun | 13 |
| | 56-60 tahun | 18 | 22,5% |
| | >60 tahun | 49 | 61,3% |
| Instansi | PNS | 34 | 42,5% |

| | | | |
|---------------------|-------------|----|-------|
| | BUMN | 16 | 20% |
| | Swasta | 15 | 18,8% |
| | Lain-lain | 15 | 18,8% |
| Jabatan | Pejabat | 26 | 32,5% |
| | Non-pejabat | 54 | 67,5% |
| Lama Pensiun | ≤ 5 tahun | 34 | 42,5% |
| | >5 tahun | 46 | 57,5% |

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa mayoritas partisipan adalah laki-laki (61,3%), tinggal dengan anak/saudara (80%), pensiun dari instansi PNS (42,5%), dan berusia >60 tahun (61,3%).

b. Kategorisasi Konsep Diri Partisipan

Tabel 2. Kategori Konsep Diri Partisipan

| Kategori | Jumlah | Persen |
|------------------|---------------|---------------|
| Positif (> mean) | 42 | 52,5% |
| Negatif (< mean) | 38 | 47,5% |

Berdasarkan tabel 2 di atas, tampak bahwa sebagian besar pensiunan, yaitu sebesar 52,5%, memiliki konsep diri yang positif.

c. Analisis Regresi Peran Konsep Diri terhadap Resiliensi

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan SPSS 17.0, data yang akan digunakan peneliti dikategorikan sebagai data yang terdistribusi normal karena jumlah nilai signifikansi atau p untuk konsep diri ialah $p=0,792$ dan resiliensi $p= 1,072$. Uji linieritas juga menunjukkan bahwa $p=0,185$ dimana menurut Nisfianoor (2012) $p>0,05$ adalah linier.

Sebelum melakukan analisis regresi, dilakukan uji korelasi dimana didapatkan hasil $r=0,721$ ($p<0,01$). Berdasarkan tabel kategorisasi menurut Nisfianoor (2012) nilai $r=0,721$ dikategorikan memiliki hubungan yang kuat. Selain itu, dengan hasil $p=0,000$ ($p<0,01$) maka berarti terdapat hubungan positif dan signifikan antara konsep diri dengan resiliensi. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa semakin positif konsep diri pensiunan, maka semakin tinggi resiliensi yang dimilikinya. Sebaliknya, semakin negatif konsep diri pensiunan, maka semakin rendah juga resiliensinya.

Analisis regresi digunakan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat, serta bagaimana variabel terikat dapat diprediksikan melalui variabel bebas (Nisfianoor. 2013). Hasil uji regresi antara konsep diri terhadap resiliensi didapatkan nilai $F=81,536$ dan $p=0,000$ ($p<0,01$), yang artinya konsep diri berperan secara signifikan terhadap resiliensi pada pensiunan. Selain itu, didapatkan juga koefisien determinasi (R square) yaitu 0,511 atau 51,1%, yang artinya besar pengaruh konsep diri terhadap resiliensi adalah 51,1% dan 48,9% dipengaruhi oleh faktor lain.

Berdasarkan uji regresi didapatkan konstanta (a) yaitu 20,28 yang menunjukkan bahwa jika tidak ada kenaikan konsep diri, maka resiliensi akan mencapai 20,28. Nilai $0,442X$ merupakan koefisien regresi yang menunjukkan setiap ada penambahan 1 nilai angka untuk konsep diri, maka akan ada kenaikan resiliensi 0,442. Dengan demikian, didapatkan persamaan perhitungan sebagai berikut:

$$Y = 20,28 + 0,442X$$

Keterangan :

Y = Resiliensi

X = Konsep Diri

DISKUSI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipan yang memiliki konsep diri positif maka tinggi resiliensinya. Begitu juga sebaliknya, seseorang yang memiliki konsep diri negatif maka rendah resiliensinya. Dengan demikian, hasil menunjukkan bahwa hipotesis penelitian, yaitu konsep diri berperan secara signifikan terhadap resiliensi, dapat diterima. Resiliensi menurut Masten, Best dan Garmezy (dalam Fayombo, 2010) adalah kemampuan seseorang untuk sukses beradaptasi dari keadaan sulit atau terpuruk. Soderstorm, Dolbier, Leiferman dan Steinhardt (dalam Susanto, 2013) menjelaskan seseorang yang resilien akan mampu bangkit kembali dari masa sulitnya.

Kontribusi konsep diri terhadap resiliensi adalah sebesar 51,1% dan 48,9% diperankan faktor lain. Hasil tersebut sesuai dengan pendapat Wagnild dan Young (1993), yang menyatakan bahwa resiliensi dipengaruhi oleh faktor internal. Faktor internal mencakup faktor-faktor yang ada dalam diri seseorang, termasuk salah satunya adalah konsep diri.

Konsep diri pensiunan menurut Eliana (2003) memiliki ketidakstabilan dikarenakan banyaknya gejala psikologis pada masa pensiun. Hal ini disebabkan oleh banyaknya perubahan dalam hidup pensiunan, seperti perubahan sosial, fisik, bahkan emosional. Perubahan bisa mengakibatkan pensiunan mengalami keterpurukan sehingga mereka memiliki konsep diri yang negatif. Namun pernyataan tersebut tidak dapat terbukti dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa 52,5% konsep diri pensiunan pada penelitian ini tergolong positif.

Konsep diri yang positif menurut Calhoun dan Accocella (dalam Djudiyah, 2010) menunjukkan adanya penerimaan diri. Mereka yang memiliki konsep diri positif mampu mengenal dirinya sendiri dengan baik seperti apa kelebihan yang dimilikinya serta batasan-batasan dalam dirinya. Mayoritas partisipan selama pengambilan data menyatakan bahwa mereka mendapatkan pelatihan dan tanggung jawab selama bekerja. Peneliti menduga bahwa mayoritas partisipan mampu menerima diri tampaknya dikarenakan oleh adanya pelatihan dan tanggung jawab yang dipercayakan kepadanya. Pelatihan yang dilaluinya terdiri dari bermacam-macam topik, tergantung dari kompetensi yang ingin didapatkan. Munandar (2001) mengatakan bahwa pelatihan sangat dibutuhkan oleh perusahaan sehingga biasanya hal ini akan selalu diadakan dalam perusahaan, karena dapat bertujuan meningkatkan mutu dari perusahaan serta bagi karyawannya itu sendiri. Hal ini sesuai dengan teori menurut Fitts (dalam Agustiani, 2006) bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi konsep diri yaitu adanya kompetensi dan kesempatan untuk aktualisasi diri.

Selain adanya kesempatan untuk aktualisasi diri, konsep diri yang positif pada para pensiunan dalam penelitian ini tampaknya juga bisa dikaitkan dengan masih adanya sumber dukungan sosial dari orang di sekitar. Ditemukan bahwa mayoritas partisipan (80%) masih memiliki saudara atau anggota keluarga untuk tinggal bersama. Dengan adanya sumber dukungan sosial yang memadai, para pensiunan akan lebih

mampu menerima dirinya. Pernyataan ini didukung oleh pendapat Fitts (dalam Agustiani, 2006) bahwa pengalaman interpersonal akan mempengaruhi konsep diri seseorang.

Peneliti menemukan bahwa mayoritas partisipan sudah memasuki fase pensiun lebih dari 5 tahun (61,3%). Peneliti menduga bahwa jangka waktu pensiun yang sudah relatif lama tersebut membuat para partisipan tampaknya sudah memasuki fase stabil. Eliana (2003) menyatakan bahwa fase stabil ditandai dengan kondisi pensiunan yang sudah mulai menerima akan dirinya dan sudah mulai mengembangkan suatu rancangan aktivitas agar hidup tentram. Oleh karena itu, pada penelitian selanjutnya, kelompok populasi bisa dispesifikkan lagi pada mereka yang baru mengalami pensiun, misalnya kurang dari 2 tahun.

Selain itu, peneliti juga menemukan bahwa mayoritas partisipan adalah laki-laki (61,3%). Hal ini menunjukkan bahwa individu yang biasa bekerja hingga memasuki masa pensiun sebagian besar adalah laki-laki. Laki-laki sebagian besar masih memegang tanggung jawab dalam hal perekonomian keluarga. Hal ini didukung oleh pendapat Supriyantini (2002) yang menyatakan bahwa laki-laki memiliki tanggung jawab mencari nafkah dan bekerja di luar rumah. Dengan demikian, pada penelitian selanjutnya, dapat juga mengidentifikasi ada tidaknya perbedaan dalam hal resiliensi dan konsep diri berdasarkan gender.

SIMPULAN

1. Hasil penelitian menunjukkan konsep diri berperan secara signifikan terhadap resiliensi.
2. Konsep diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi seseorang. Kontribusi atau peran konsep diri terhadap resiliensi pensiunan adalah 51,1% dan 48,9% dijelaskan oleh faktor lainnya.

SARAN

Saran Praktis

Perlunya pelatihan, atau konseling dengan tujuan meningkatkan konsep diri bagi para karyawan yang ingin pensiun sehingga resiliensi mereka juga lebih baik. Saran tersebut didukung oleh hasil penelitian Listiyandini (2013) bahwa resiliensi dapat ditingkatkan melalui intervensi psikologis.

Saran Metodologis

Hasil dari penelitian didapatkan bahwa mayoritas partisipan sudah memiliki konsep diri positif dan mayoritas usia lebih dari >60 tahun. Jadi untuk saran peneliti selanjutnya untuk meneliti dengan kelompok partisipan yang lebih spesifik lagi jika ingin memilih sampel pensiunan, misalnya pada mereka yang baru pensiun. Selain itu, penelitian berikutnya juga bisa menggali mengenai ada tidaknya perbedaan konsep diri dan resiliensi berdasarkan profil demografis (gender, lama pensiun, usia, asal institusi, dan sebagainya).

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, H. (2006). *Psikologi Perkembangan: Pendekatan Ekologi dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja*. Bandung: PT.Rafika Aditama.
- Azwar, S. (2011). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar

- Dewi, F.I.R, Djoenaina, V., dan Meilisa. (2004). Hubungan antara resiliensi dengan depresi pada perempuan pasca pengangkatan payudara (Masektomi). *Jurnal Psikologi*. Vol.2, No.2.
- Djudiyah. (2010). *Model Pengembangan Konsep Diri dan Daya Resiliensi melalui Support Group Therapy: Upaya Meminimalkan trauma psikis remaja single parent*. Laporan Penelitian. Diakses pada Juni 2014 (www.research-report.umm.ac.id)
- Eliana, R. (2003). Konsep Diri Pensiunan. *Tesis*. Medan :USU. Diakses pada April 2014 (www.library.USU.ac.id)
- Kerlinger, F.N. dan Lee, H.B. (2000). *Foundation of Behavioral Research* (4th edition). Orlando: Harcourt College Publishers.
- Listiyandini, R. A. (2013). *Intervensi Kelompok Untuk Mengembangkan Resiliensi Perempuan yang Mengalami Peristiwa Trafiking*. Jurnal Psikogenesis Fakultas Psikologi Universitas YARSI. Vol.2, no.1, Desember 2013.
- Monks, F.J. Knoers, A.M.P, dan S.R. Haditono. (2006). *Psikologi Perkembangan Pengantar Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Munandar, A.S. (2001). *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta: Universitas Indonesia (UI-Press).
- Nisfianoor, M. (2009). *Pendekatan Statistika Modern untuk Ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Nisfianoor, M. (2013). *Pendekatan Statistika Modern*. Jakarta: Universitas Trisakti.
- Setyowati, A., Hartati, S, dan D.R. Sawitri. (2010). *Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Resiliensi pada Siswa Penghuni Rumah Damai*. *Jurnal Psikologi UNDIP*. Vol.7 No.1.
- Sugiyono. (2009). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: CV Alfabeta.
- Supriyantini, S. (2002). *Hubungan antara Pandangan Peran Gender dengan Keterlibatan Suami dalam Kegiatan Rumah Tangga*. *Tesis*. Meda: USU.
- Susanto, M.D. (2013). *Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan Kemampuan Coping dan Resiliensi Remaja*. *Jurnal Sains dan Praktik Psikologi*, vol.2, no.2.
- Wagnild, G.M. dan Young, H.M. (1993). *The Development and Evaluation of The Resilience Scale*. *Journal of Nursing Measurement*. Springer Publication

Internet/Media Massa

- _____. (2009). *Memasuki Usia pensiun, Pria Sulit Tidur* (www.republika.co.id) diunduh pada April 2014.