

***PSYCHOLOGICAL WELL BEING* PADA PRIA LANJUT
USIA PASCA WAJIB PENSIUN**

SKRIPSI



OLEH :

Eunike Sasongko

NRP : 7103006029

Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2009

***PSYCHOLOGICAL WELL BEING* PADA PRIA LANJUT
USIA PASCA WAJIB PENSIUN**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh
gelar sarjana psikologi



OLEH :

Eunike Sasongko

NRP : 7103006029

Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
Surabaya
2009

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya

Nama : Eunike Sasongko

NRP : 7103006029

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul :

PSYCHOLOGICAL WELL BEING PADA PRIA LANJUT USIA PASCA WAJIB PENSIUN

Benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila dikemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi, tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak yang terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, 19 November 2009

Yang membuat pernyataan,



Eunike Sasongko

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

***PSYCHOLOGICAL WELL BEING* PADA PRIA LANJUT USIA
PASCA WAJIB PENSIUN**

Oleh :

Eunike Sasongko

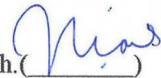
NRP : 7103006029

Telah dibaca, disetujui dan diterima untuk diajukan ke tim penguji
skripsi

Pembimbing Utama : Ratna Yudhawati, S.Psi.,M.Psi.



Pembimbing Pendamping : Monica Eviandaru M.,M.App.Psych.




Surabaya, 19 November 2009

HALAMAN PENGESAHAN

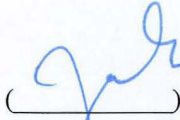
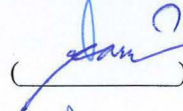
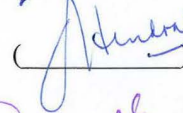
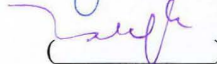
Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Pada tanggal 8 Desember 2009

Mengesahkan,
Fakultas Psikologi,
Dekan,


(Yustina Yettie Wandansari, M.Si.)

Dewan Penguji :

1. Ketua : Jaka Santosa Sudagijono, M.Psi. 
2. Sekretaris : Domnina Rani Puna Rengganis, M.Si. 
3. Anggota : Dra. Lily Hendratno, Psi. 
4. Anggota : Ratna Yudhawati, S.Psi.,M.Psi. 

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH**

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Uniw
Widya Mandala Surabaya:

Nama : Eunike Sasongko
NRP : 7103006029

Menyetujui skripsi / karya ilmiah saya:

Judul:

**PSYCHOLOGICAL WELL BEING PADA PRIA LANJUT USIA
PASCA WAJIB PENSIUN**

Untuk dipublikasikan / ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Unika Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademis sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 20 Desember 2009

Yang membuat pernyataan,


EUNIKE SASONGKO

HALAMAN PERSEMBAHAN

*Karya ini saya persembahkan untuk para
Pria pencari nafkah untuk menghadapi masa
wajib pensiunnya*

HALAMAN MOTTO

”Hidup untuk menghormati DIA dan tak
bisa beralih mencintai DIA sebagai
BAPA”

(Penulis)

UNGKAPAN TERIMA KASIH

How great My Father! Akhirnya penulis telah menyelesaikan penelitian ini dengan melewati berbagai proses pembelajaran, namun semua proses ini tidak penulis lewati sendirian, tetapi dengan berbagai dukungan yang diberikan kepada peneliti hingga mampu menyelesaikannya. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan *thank u so much* buat :

1. **Jesus Christ, my Father.** Atas segala keindahanNya dalam hidupku...Hal yang terindah adalah dapat menyebutNya sebagai Bapa...*I love U so much...*
2. **Papa n Mama** (alias kokong n emak : panggilan sayangku), *support system of my soul...* sahabat diskusi yang paling tulus...*Love u so much too...*
3. **PooH Family...**, si pooh “nonku tersayang” (**Irene Maynanda**) dengan segala ke-*childish*-an dan kedewasaannya yang *always ready* buat jadi ‘penadah’ air mataku n jadi orang kepercayaanku dalam segala hal.. *u are amazing sister n no one could ever take u’r place...*, si tiger “cintaku ciiiiinnnnn” (**Sylvie Ipik**) dengan tingkah-tingkah judes dan anehnya yang *always* bisa buat aku gak niat buat sedih lagi, teman seperjuangan sekaligus peningkat motivasiku untuk bekerja lebih keras dalam skripsi, si *eyore* “uling say..” (**Ong Suk Ling**) yang selalu jadi cermin buat aku karena ketegaran dan kegigihan hidupmu, *partner* kerja kelompok yang klop abiis.., si *rabbit* “betet” (**Bethsie Patricia**) yang telaten ‘ngemong’ sahabat-sahabatnya dengan persediaan bahan-bahan rumah tangga yang ‘seabreg’. Kalian itu adalah kiriman hadiah yang luar biasa indahny... keluarga yang tak tergantikan...

4. **My sister...** 'Senny Beibeh' buat semangat-semangat yang tetep dikasih ke aku di tengah padatnya kesibukan..ketulusanmu itu anugerah yang nggak semua orang bisa dapet..., tapi aku bisa...hehehe..
5. **Ibu Yettie Wandansari** selaku Dekan Fakultas Psikologi, saya ucapkan terima kasih atas kebijaksanaan dan kesempatan yang diberikan kepada saya hingga saya mampu menyelesaikan karya akhir saya di Fakultas Psikologi.
6. **Ibu Ratna Yudhawati**, tak cukup hanya dengan kata terima kasih untuk Ibu yang selalu memberikan ke'adem'an hati..yang selalu terbuka dengan bimbingannya dan 'nggak' pernah kehabisan kata-kata positif untuk membangun saya. Itu yang membuat saya terpacu untuk membuktikannya bu.., 'nggak' rela kalau cuma sekedar jadi pujian..*thank u so much mam..*
7. **Ibu Monica Eviandaru**, terima kasih atas 'pengorbanan' Bu Mon membimbing saya sampai memicu kebutuhan ' pijat refleksi'...saya salut dengan bimbingan Bu mon yang membuat kepala ruwet saya menjadi 'cerah' ...*u are so great mam...*
8. **Seluruh Dewan Penguji, Pak Jaka, Bu Lily dan Bu Rani** untuk saran-sarannya..*specially 4 Pak Jaka* buat keterbukaannya...
9. **Ibu Agnes Maria Sumargi**, terima kasih buat bimbingan yang telaten sampai saya bisa menemukan topik penelitian dan membuat proposalnya di SBM..kelancaran pengajuan proposal saat skripsi adalah berkat bimbingan Bu Agnes...
10. **Ibu May Yustika Sari**, seorang sosok yang banyak mengubah pola pikir saya...kesempatan dan dorongan yang Bu May berikan selalu menantang saya untuk mencoba lebih..., *wonder woman who never forget..thanks mam..*

11. **Ibu Ermida L. Simanjuntak** selaku PA dan seluruh dosen Fakultas Psikologi Widya Mandala Surabaya buat bimbingannya untuk tidak pernah berhenti belajar sejak awal masuk sampai sekarang...makasih banyak Bu..Pak...
12. **Seluruh Staff Tata Usaha** Fakultas Psikologi Widya Mandala Surabaya, **Ibu Eva, Ibu Wati, Ibu Lilis, Pak Heru**. Terima kasih atas kerja samanya selama ini...
13. **Bapak SP dan Bapak PR** atas kerja sama dan ketulusan hatinya yang mau terbuka menjadi informan dalam penelitian ini...semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi para pria sebagai pencari nafkah dalam menghadapi masa wajib pensiun
14. *Schizophrenz Family...*, **Andes** “encek”, **Mariana** “encim”, **Awang** “susuk” n **Frans** “titi” keluarga gila-gilaanku yang nggak ada matinya... hehehe... *thanks* buat *support* dan persahabatan kalian...
15. **Seluruh Warga RPA “TamanHati” tercinta, Cece Ely, Bunda Ririn, Kak Iin, Kak Martha, Kak Stella, Kak Agatha dan semua adek-adek kecilku tersayang..**, *thanks* buat pelajaran hidup yang ‘nggak’ bisa aku dapetin di bangku sekolah.., RPA membuatku menjadi sosok pribadi yang lebih matang...*million kiss for u all...*
16. **Sasa** “motorku”, **Mumu** “helm kecilku”, **Bibi n Batik** “tas kuliahku”, n **Pipi** “komputer tuaku” barang-barang tercinta yang jadi teman setia perjalanan kuliahku...*special thanks 4 Supri n Titit...* (teman setia sasa n mumu)
17. **Koko**..yang jadi ‘bagian penting’ selama 4 tahun...meskipun nggak bisa sampai akhir...tapi ini adalah wujud pemenuhan janjiku dulu buat lulus cepet... *thanks 4 everything..*
18. **Ce Evanthe (’04)** *thanks* buat kiriman transkripnya ya ceceku tercinta..luar biasa membantu, **Ce Esther (’05)** *thanks for ur caring*

(ingat jurnal *well being* kan?hehe), **Ce Orley ('05)** *thanks* buat pelajaran kodingnya ya ce..., **Bobby ('06)** *thanks* buat format halaman-halaman skripsi dan semangatnya yang disalurkan., **Nobitz ('06)** *thanks* buat keringanan tanganmu bantuin transkripku ya *sizt.*, **Anita ('06)** *thanks* buat sepatunya yang berharga brur..muah..

19. **Albert, Andrew, Dicky..***thanks for ur caring n support bro...*
20. Untuk semua pihak yang sudah terlibat dan membantu yang tidak bisa disebutkan satu persatu... *thank u...*

Akhir kata peneliti telah menyelesaikan karyanya, meski tidak terhindar dengan segala keterbatasannya dalam melakukan penelitian ini, peneliti berharap apa yang bisa dilakukannya dalam penelitian ini dapat mendatangkan suatu manfaat bagi semua pihak yang membutuhkan

Surabaya, 20 Desember 2009

Eunike Sasongko

DAFTAR ISI

	Halaman
Surat Pernyataan	i
Halaman Persetujuan	ii
Halaman Pengesahan	iii
Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah	iv
Halaman Persembahan	v
Halaman Motto	vi
Ungkapan Terima Kasih	vii
Daftar Isi	xi
Daftar Tabel	xv
Daftar Gambar	xvi
Daftar Lampiran	xvii
Abstraksi	xviii
BAB I. PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Fokus Penelitian	9
1.3. Tujuan Penelitian	10
1.4. Manfaat Penelitian	10
1.4.1. Manfaat Teoritis	10
1.4.2. Manfaat Praktis	10
BAB II. LANDASAN TEORI	12
2.1. Seputar Lanjut Usia	12
2.1.1. Definisi Lanjut Usia	12

2.1.2. Ciri-ciri Lanjut Usia	12
2.1.3. Tugas perkembangan Lanjut Usia	13
2.1.4. Perkembangan Kepribadian	14
2.2. Seputar Pensiun pada Lanjut Usia	14
2.3. Seputar <i>Psychological well being</i>	18
2.3.1. Definisi <i>Psychological well being</i>	18
2.3.2. Dimensi-dimensi <i>Psychological well being</i>	20
2.3.3. Faktor-faktor yang berkaitan dengan <i>Psychological well being</i>	24
2.4. <i>Psychological well being</i> pada Pria Lanjut Usia Pasca Wajib Pensiun	26
BAB III. METODE PENELITIAN	30
3.1. Pendekatan dalam Penelitian	30
3.2. Informan Penelitian	31
3.2.1. Teknik Penentuan Informan	31
3.2.2. Karakteristik Informan	31
3.3. Metode Pengumpulan Data	33
3.4. Teknik Analisa Data dan Validitas Penelitian	37
3.4.1. Teknik Analisa data	37
3.4.2. Validitas Penelitian	38
3.5 Etika Penelitian	39
BAB IV. PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	40
4.1. Persiapan Pengambilan Data	40
4.1.1. Peneliti	40
4.1.2. Perijinan Penelitian	40
4.2. Proses Pengambilan Data	41

4.2.1. Informan SP	41
4.2.2. Informan PR	46
4.3. Hasil Penelitian	50
4.3.1. Informan SP	50
4.3.1.1. Identitas Informan SP	50
4.3.1.2. Anamnesa Informan SP	51
4.3.2. Informan PR	52
4.3.2.1. Identitas Informan PR	52
4.3.2.2. Anamnesa Informan PR	53
4.3.3. Pengolahan Data	54
4.3.4. Deskripsi tema	60
4.4. Bagan Tiap-Tiap Kasus	81
4.5. Validitas Penelitian	84
 BAB V. PENUTUP	 86
5.1. Pembahasan	86
5.1.1. Bekerja dengan <i>value</i> dengan kepuasan Kerja.....	87
5.1.2. Menjaga keseimbangan antara keluarga-pekerjaan dengan ketenangan terhadap kondisi keluarga	88
5.1.3. Memelihara relasi sosial dengan memiliki relasi sosial yang kaya	89
5.1.4. Melihat masa pensiun sebagai kewajiban dengan penerimaan pensiun	91
5.1.5. Bersikap pro-aktif menghadapi masa pensiun dengan kepuasan diri	91
5.2. Refleksi	93
5.3. Simpulan	96
5.4. Saran	97

DAFTAR PUSTAKA	101
LAMPIRAN	104

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1. Jadwal Interview Informan SP	42
Tabel 4.2. Jadwal Interview Informan PR	48
Tabel 4.3. Bekerja dengan <i>value</i> dan kepuasan kerja	55
Tabel 4.4. Menjaga keseimbangan keluarga-pekerjaan dengan ketenangan terhadap kondisi keluarga	56
Tabel 4.5. Memelihara relasi sosial dengan memiliki relasi sosial yang kaya	57
Tabel 4.6. Melihat masa pensiun sebagai kewajiban dengan penerimaan pensiun	58
Tabel 4.7. Bersikap pro-aktif terhadap masa pensiun dengan kepuasan diri	59

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 4.1. Bagan Kasus I (Informan SP)	82
Gambar 4.2. Bagan Kasus II (Informan PR).....	83
Gambar 5.1. Bagan Pencapaian <i>Psychological well being</i> dan kaitannya dengan gambaran <i>Psychological well being</i> pria lanjut usia pasca wajib pensiun	86

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran A. Tahap Kategorisasi	104
Lampiran B. Form Informasi Mengenai Penelitian	110
Lampiran C. Surat Ijin Pengambilan Data Informan SP.....	112
Lampiran D. Surat Ijin Pengambilan Data Informan PR.....	113
Lampiran E. Surat Kesediaan Berpartisipasi dalam Penelitian Informan SP	114
Lampiran F. Surat Kesediaan Berpartisipasi dalam Penelitian Informan PR.....	115
Lampiran G. Surat Persetujuan Hasil Analisa Data Informan SP.....	116
Lampiran H. Surat Persetujuan Hasil Analisa Data Informan PR.....	117

Eunike Sasongko (2009). "*Psychological Well Being* pada Pria Lanjut Usia Pasca Wajib Pensiun". **Skripsi Sarjana Strata 1**. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

ABSTRAKSI

Kondisi fisik lansia untuk bekerja semakin terbatas. Padahal, sebuah pekerjaan lebih berkaitan dengan kebutuhan psikologis, bukan hanya berkaitan dengan kebutuhan materi semata. Hal ini ditandai dengan kondisi wajib pensiun dimana sebagian besar industri, perusahaan, dan pemerintah mewajibkan pekerja untuk pensiun (55-60 tahun) tanpa mempertimbangkan apakah mereka senang atau tidak.

Masa pensiun mengandung resiko bagi penyesuaian pribadi, penyesuaian sosial, kesehatan mental. Pada pria, kecenderungan stres lebih besar pada saat memasuki pensiun, kehilangan pekerjaan atau jabatan akan berakibat pada munculnya krisis identitas bagi seorang pria. Akan tetapi dapat ditemui para pria lansia yang mengaku puas dan bahagia dengan hidupnya di masa pasca wajib pensiun dan salah satu cara yang dapat dilakukan oleh para lansia untuk mencegah atau mengurangi beban dari masalah-masalah di masa pasca pensiunnya adalah dengan berusaha mencapai *psychological well being*.

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui secara mendalam bagaimana gambaran *psychological well being* pria lanjut usia pasca wajib pensiun serta bagaimana cara mencapai *psychological well being* tersebut. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan metode pengumpulan data melalui wawancara terhadap 2 orang informan pria lanjut usia 60 tahun ke atas yang mengalami wajib pensiun dari tempat kerja serta diketahui suka bekerja.

Dari pembahasan terhadap hasil wawancara, terdapat 5 tema besar cara mencapai *psychological well being* pria lanjut usia pasca wajib pensiun, yaitu bekerja dengan *value*, menjaga keseimbangan antara keluarga dan pekerjaan, memelihara relasi sosial, melihat masa pensiun sebagai kewajiban, dan bersikap pro aktif menghadapi masa pensiun. 5 tema cara mencapai *psychological well being* terkait dengan 5 tema besar gambaran *psychological well being* pria lanjut usia pasca wajib pensiun, yaitu kepuasan kerja, ketenangan terhadap kondisi keluarga, memiliki relasi sosial yang kaya, penerimaan pensiun dan kepuasan diri.

Kata kunci : *psychological well being*, cara mencapai *psychological well being*, pria lanjut usia, wajib pensiun.