

HUBUNGAN ANTARA RELIGIUSITAS DENGAN KECENDERUNGAN *POST POWER SYNDROME*

Arvita Prasetyanti, Yeniari Indriana

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto SH Tembalang Semarang 50275

arvitaprasetyanti@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dengan kecenderungan *post power syndrome*. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif. Sampel diambil berdasarkan teknik *purposive insidental sampling*. Subjek penelitian adalah lansia pensiunan pegawai PT "X" dengan jumlah 60 orang. Alat pengumpulan data penelitian menggunakan dua buah skala psikologi yaitu Skala Kecenderungan *Post Power Syndrome* (34 aitem valid, $\alpha = 0,945$) dan Skala Religiusitas (27 aitemvalid ($\alpha = 0,735$)). Hasil analisis dengan menggunakan analisis regresi sederhana menunjukkan nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar $-0,695$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,001$) menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti, yaitu terdapat hubungan negatif yang signifikan antara religiusitas dengan kecenderungan *post power syndrome* diterima. Semakin tinggi religiusitas maka semakin rendah kecenderungan *post power syndrome* dan sebaliknya. Religiusitas memberikan sumbangan efektif sebesar 33% terhadap variasi kecenderungan *post power syndrome*.

Kata kunci: kecenderungan *post power syndrome*; religiusitas; pensiun; dewasa lanjut

Abstract

This research purposed to know the correlation between religiosity with a tendency of post power syndrome. Population for this research consist of elderly retired employees of PT "X", with sample of research is 60 retired employees collected by purposive incidental sampling. Collecting data are conducted by the scale of religiosity (27 item valid, $\alpha = .735$) and the scale of tendency of post power syndrome (34 item valid, $\alpha = .945$). Hypothesis proposed there is a negative correlation and significant between religiosity and a tendency of post power syndrome. Simple regression analysis technique showed coefficient correlation $r_{xy} = -.695$ ($p < .001$), means there is the negative correlation and significant between religiosity and a tendency of post power syndrome. Religiosity give 33% effective contribution for tendency of post power syndrome, and the rest is influenced by the other factor. Suggestion to the next research is to associate the variable of post power syndrome with the other factor, either internal or external factor.

Keywords: tendency of post power syndrome; religiosity; retired; elderly

PENDAHULUAN

Pensiun merupakan fenomena yang pasti terjadi dan tidak dapat dihindari, pensiun bertujuan supaya individu dewasa lanjut dapat menikmati masa tua. Hasil penelitian individu yang memiliki pandangan positif mengenai pensiun menganggap bahwa pensiun merupakan suatu masa yang menyenangkan, namun bagi beberapa individu yang memiliki pandangan negatif yang menganggap pensiun sebagai suatu masa yang menakutkan dan tidak menyenangkan (Aiken, 2002). Kecenderungan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008), diartikan sebagai tendensi, kecondongan hati, kesudian, keinginan, dan kesukaan. Menurut Ajzen (2005), ada hubungan antara kecenderungan dengan munculnya perilaku, individu akan melakukan perilaku tersebut ketika sudah memiliki kecenderungan sebelumnya.

Menurut Indriana (2012), pandangan negatif di masa pensiun yang menakutkan dan tidak menyenangkan dapat menimbulkan kecemasan, stres, dan depresi yang merupakan akibat dari ketidakmampuan individu melakukan penyesuaian diri dengan berbagai perubahan sosial akibat

pensiun. Pensiun dianggap sebagai penanda bahwa individu sudah tidak berguna dan tidak dibutuhkan lagi karena penurunan produktivitas, dan tanpa disadari akan membuat pegawai menjadi takut menghadapi pensiun, sangat sensitif, subjektif, dan kurang realistis, sehingga mengakibatkan kecenderungan *post power syndrome*. Semiun (2006), mendefinisikan *post power syndrome* sebagai reaksi somatik sekumpulan simptom penyakit, luka-luka, serta kerusakan fungsi-fungsi jasmaniah dan rohaniah yang bersifat progresif, penyebabnya ialah pensiun atau karena individu sudah tidak mempunyai pekerjaan, jabatan dan kedudukan atau kekuasaan lagi. *Post power syndrome* merupakan sindrom yang bersumber dari kehilangan identitas akibat berakhirnya jabatan atau kekuasaan individu yang menyebabkan individu tidak mampu lagi untuk berpikir realistis tidak mampu menerima kenyataan bahwa bukan lagi pejabat, pegawai, dan sudah memasuki masa pensiun (Suardiman, 2011). Hawari (2013), mengemukakan bahwa *Post power syndrome* terjadi akibat kekuasaan dan kekuatan (*powerless*) yang dimiliki dan dicintai telah tiada (*lost of love object*). Dampak dari *lost of love object* adalah keseimbangan mental emosional yang terganggu dengan munculnya berbagai keluhan fisik (somatik), kecemasan dan depresi.

Post power syndrome dipahami sebagai kumpulan gejala yang terjadi karena individu hidup dalam bayang bayang kebesaran masa lalu (jabatan, karier, kekuasaan, kecerdasan, dan kepemimpinan) individu seakan tidak mampu menerima perubahan keadaan setelah pensiun. Kepuasan hidup dan kondisi mental mampu menentukan mekanisme reaktif individu ketika menghadapi masa pensiun. Individu yang tidak mampu menerima kondisi baru setelah pensiun, maka akan merasa kecewa, stres, kecemasan dan pesimis sehingga dapat menimbulkan konflik batin dan emosi negatif seperti ketakutan, putus asa dan rasa rendah diri (Kartono, 2012). Putus asa merupakan salah satu gejala terjadinya kecenderungan *post power syndrome*, putus asa muncul akibat individu tidak mampu untuk beradaptasi dengan perubahan lingkungan (Kartono, 2012). Jacobson, dkk (2004), menjelaskan bahwa spiritualitas dan religiusitas berpengaruh terhadap keputusan individu, individu yang berputus-asa akan mengalami kesulitan untuk menerima kondisi dan keadaan dalam hidup, mengalami kecemasan dan depresi sehingga berpengaruh terhadap kesehatan psikologis.

Jalaluddin (2007), mendefinisikan religiusitas sebagai sesuatu keadaan yang mendorong individu bertingkah laku sesuai dengan kadar ketaatannya terhadap agama. Religiusitas adalah seberapa jauh pengetahuan, keyakinan, pelaksanaan ibadah dan kaidah, serta penghayatan atas agama yang dianut (Nashori & Mucharam, 2002). Menurut Thouless (2000), religiusitas lebih terpusat pada seperangkat kepercayaan dan keyakinan terhadap adanya Tuhan atau dewa-dewa yang disembah sebagai pembeda. Skinner (dalam Ancok & Suroso, 2011), menjelaskan religiusitas merupakan suatu ungkapan bagaimana manusia dengan pengkondisian peran belajar hidup didunia yang dikuasai oleh hukum ganjaran. Religiusitas menurut Glock dan Stark (dalam Shepard, 2013) adalah cara-cara individu dalam mengekspresikan kepentingan agama dan keyakinannya yang dapat dilihat melalui aktivitas atau perilaku individu yang bersangkutan dengan agama atau keyakinan iman yang dipercaya.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Darmawanti (2012), menunjukkan bahwa individu yang memiliki tingkat religiusitas tinggi cenderung menggunakan tingkah laku koping dalam menghadapi ketegangan-ketegangan akibat perubahan serta permasalahan yang terjadi, individu yang religius memiliki daya tahan yang baik dalam menghadapi stres akibat peristiwa yang menekan. Menurut Spilka (dalam Indriana, 2012), individu yang memiliki emosi positif disertai dengan peran agama akan membantu individu dalam menghadapi situasi sulit, sehingga individu religius dapat mencapai kebahagiaan dan kepuasan hidup.

Salah satu situasi sulit yang dihadapi individu adalah ketika menghadapi masa pensiun. Menurut Argyle (2013), religiusitas membantu individu untuk dapat mempertahankan kesehatan mental individu pada saat-saat sulit dalam hidup, dan individu yang benar-benar religius akan terhindar dari keresahan-keresahan serta terjaga keseimbangan jiwa dan selalu siap menghadapi segala sesuatu yang terjadi termasuk perubahan pola hidup. Keyakinan dan penghayatan mengenai ajaran agama sering disebut dengan religiusitas. Religiusitas penting bagi kehidupan individu, religiusitas akan memproyeksikan bagaimana agama berpengaruh terhadap cara pandang individu, cara individu bersikap, dan cara individu berperilaku dalam kehidupan sehari-hari, sehingga digunakan sebagai pedoman dalam kehidupan khususnya bagi dewasa lanjut (Papalia, Sterns, Feldman & Camp, 2007).

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, maka dapat dilihat bahwa religiusitas memiliki peranan penting dalam mengatasi kecenderungan *post power syndrome* pada pensiunan dewasa lanjut. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang negatif antara religiusitas dengan kecenderungan *post power syndrome* pada pensiunan pegawai. Semakin tinggi religiusitas maka semakin rendah kecenderungan *post power syndrome*, sebaliknya, semakin rendah religiusitas maka semakin tinggi kecenderungan *post power syndrome* pensiunan dewasa lanjut.

METODE

Subjek penelitian ini adalah para anggota pensiunan pegawai PT "X" wilayah Kota Semarang yang berusia 60-70 tahun atau berada pada kategori dewasa lanjut. Populasi dalam penelitian berjumlah 315 pensiunan dengan berbagai tingkat jabatan dan usia, dengan jumlah sampel *tryout* sebanyak 40 orang pensiunan dan jumlah sampel penelitian sebanyak 60 orang pensiunan. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive incidental sampling*. Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala. Skala adalah alat pengumpulan data yang digunakan untuk mengukur aspek afektif. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala religiusitas dan skala kecenderungan *post power syndrome*. Hasil uji validitas skala religiusitas menunjukkan 27 aitem yang valid dengan koefisien reliabilitas skala .919. Sedangkan pada skala kecenderungan *post power syndrome* terdapat 34 aitem yang valid dengan koefisien reliabilitas .880

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan uji normalitas terhadap variabel kecenderungan *post power syndrome*, diperoleh nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar .945 dengan signifikansi $p = .334$ ($p > 0,05$). Hasil uji normalitas terhadap variabel religiusitas diperoleh nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar .735 dengan signifikansi $p = .653$ ($p > 0,05$). Menunjukkan bahwa data distribusi normal yang berarti uji normalitas terpenuhi. Uji linearitas hubungan antara variabel religiusitas dengan variabel kecenderungan *post power syndrome* menghasilkan nilai koefisien $F = 28.541$ dengan nilai signifikansi sebesar $p = .000$. Hasil tersebut menunjukkan hubungan antara kedua variabel penelitian adalah linear.

Hasil uji hipotesis dengan analisis regresi sederhana menunjukkan koefisien korelasi antara religiusitas dengan kecenderungan *post power syndrome* adalah $-.695$ dengan $p = .000$ ($p < 0.001$). Koefisien korelasi yang bernilai negatif menunjukkan bahwa arah hubungan kedua variabel adalah negatif, artinya semakin positif religiusitas maka semakin rendah kecenderungan *post power syndrome*, dan sebaliknya jika religiusitas negatif maka semakin tinggi kecenderungan *post power syndrome*. Tingkat signifikansi korelasi $p = .000$ ($p < 0,001$)

menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dan kecenderungan *post power syndrome*. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti, diterima.

Nilai koefisien determinasi (*R square*) sebesar .330, artinya religiusitas memberikan sumbangan efektif sebesar 33% terhadap kecenderungan *post power syndrome*. Sedangkan sisanya sebesar 67% ditentukan oleh faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini. Hasil penelitian membuktikan bahwa hipotesis diterima, yakni terdapat hubungan negatif yang signifikan antara religiusitas dengan kecenderungan *post power syndrome* pada pensiunan PT “X” wilayah Kota Semarang.

Hasil analisis regresi sederhana yang diperoleh berdasarkan hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara religiusitas dengan kecenderungan *post power syndrome* pada pensiunan PT “X” wilayah Kota Semarang. Nilai koefisien korelasi sebesar $-.574$ dengan ($p < .001$). Arah hubungan kedua variabel adalah negatif, artinya semakin positif religiusitas maka semakin rendah kecenderungan *post power syndrome*. Sebaliknya, semakin negatif religiusitas maka akan semakin tinggi kecenderungan *post power syndrome*. Hal tersebut juga membuktikan bahwa hipotesis terdapat hubungan negatif antara religiusitas dengan kecenderungan *post power syndrome* diterima.

Hasil analisis deskriptif mengenai kategorisasi religiusitas dapat dilihat bahwa tidak ada pensiunan yang berada pada kategori sangat rendah dan rendah, 26.67% memiliki religiusitas tinggi, dan 73.30% pensiunan yang memiliki religiusitas sangat tinggi. Dapat dilihat secara keseluruhan religiusitas pensiunan PT “X” wilayah Kota Semarang memiliki rata-rata religiusitas yang sangat tinggi. Artinya, subjek dapat lebih mudah untuk melakukan penyesuaian sehingga individu tidak memiliki kemungkinan putus asa yang menyebabkan kecenderungan *post power syndrome*. Religiusitas yang positif adalah ketika individu dapat menginternalisasi ajaran agama dalam perilaku keseharian individu

Pada hasil analisis variabel kecenderungan *post power syndrome* menunjukkan bahwa tidak ada pensiunan yang memiliki kecenderungan *post power syndrome* sangat tinggi dan tinggi, sebanyak 58.30% pensiunan berada pada kategori rendah, dan 47.70% memiliki kecenderungan *post power syndrome* yang sangat rendah. Dapat disimpulkan apabila kecenderungan *post power syndrome* pada pensiunan PT “X” wilayah Kota Semarang berada pada kategori rendah yakni sebanyak 58.30%. Kecenderungan *post power syndrome* yang rendah pada pensiunan selain karena religiusitas yang dimiliki sebagian besar pensiunan menyebabkan individu menjadi lebih bersyukur, bersabar, berserah diri pada Tuhan atas perubahan pola kehidupan yang menyebabkan tekanan menjadi salah satu faktor yang mendorong rendahnya kecenderungan *post power syndrome*.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara religiusitas dengan kecenderungan *post power syndrome* pada pensiunan PT “X” wilayah Kota Semarang. Semakin positif religiusitasnya maka akan semakin rendah kecenderungan *post power syndrome* pada pensiunan. Begitu juga sebaliknya, semakin negatif religiusitas pensiunan PT “X” wilayah Kota Semarang maka semakin tinggi kecenderungan *post power syndrome*.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajzen, I. (2005). *Attitudes, personality and behaviour*. Berkshire: Open University Press.
- Aiken, L. R. (2002). *Psychological testing and assesment*. Boston : Allyn Bacon.
- Ancok, D.& Suroso, F.N. (2011). *Psikologi islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Argyle. M. (2013). *The psychology of happiness*. New York: Routledge.
- Darmawanti, I. (2012). Hubungan antara tingkat religiusitas dengan kemampuan dalam mengatasi stres (coping stress).*Jurnal Psikologi dan Terapan*, 2(2).
- Hawari, D. (2013). *Managemen stres, cemas dan depresi*. Jakarta: FKUI.
- Indriana, Y. (2012). *Gerontologi dan progeria*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Jalaluddin. (2012). *Psikologi agama*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Jacobson, dkk. (2004). Belief in an afterlife, spiritual well-being and end-of-life despair in patients with advanced cancer.*Journal General Hospital Psychiatry*,26(6), 484-486.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. (2008). Jakarta: Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional.
- Kartono, K. (2012). *Patologi sosial 3*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Nashori, F.& Mucharam, R.D. (2002).*Mengembangkan kreativitas dalam perspektif psikologi islami*. Yogyakarta: Menara Kudus.
- Papalia, D.E., Sterns, H.L., Feldman, R.D.& Camp, C.J. (2007).*Adult development and aging. 3rd Edition*. New York: McGraw-Hill.
- Semiun, Y. (2006). *Kesehatan mental 2*. Yogyakarta: Kanisius.
- Shepard, J. M. (2013). *Sociology*. Belmont: Wadsworth Cengange Learning.
- Suardiman, S. P. (2011). *Psikologi usia lanjut*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Thouless, R. H. (2000). *Pengantar psikologi agama*. Alih Bahasa oleh Machnun Husein. Jakarta: Raja Grafindo Persada.