

# HUBUNGAN ANTARA *SELF-ESTEEM* DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA ANGGOTA PERKUMPULAN PENSIUNAN PUPUK KALTIM

Anisah Nur Zahrah<sup>1</sup>, Ika Zenita Ratnaningsih<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro  
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Jawa Tengah 50725

[anisahnurz89@gmail.com](mailto:anisahnurz89@gmail.com)

## ABSTRAK

*Self-esteem* merupakan penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang mencerminkan sejauh mana individu merasa berharga, mampu, dan memiliki nilai positif. *Subjective well-being* merupakan evaluasi individu terhadap kehidupannya yang meliputi kepuasan hidup serta pengalaman emosi positif dan negatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dengan *subjective well-being* pada perkumpulan pensiunan Pupuk Kaltim. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Populasi penelitian adalah perkumpulan pensiunan Pupuk Kaltim yang tergabung dalam Perkumpulan Pensiunan Pupuk Kaltim di Kota Bontang, Kalimantan Timur. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *non-probability* sampling dengan metode *convenience sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 60 orang pensiunan laki-laki dengan rata-rata usia 63,7 tahun. Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan skala *self-esteem* dan skala *subjective well-being*. Hasil uji reliabilitas menunjukkan koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar 0,934 untuk skala *Self-Esteem* (31 item valid) dan 0,841 untuk skala *Subjective Well-Being* (19 item valid). Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi *Spearman Rank* dengan bantuan program SPSS versi 26.0. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self-esteem* dengan *subjective well-being* dengan nilai koefisien korelasi  $r_s = 0,722$  dan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki individu maka semakin tinggi pula tingkat *subjective well-being* pada anggota perkumpulan pensiunan Pupuk Kalimantan Timur.

**Kata kunci:** *self-esteem*; *subjective well-being*; pensiunan

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-ESTEEM AND SUBJECTIVE  
WELL-BEING AMONG MEMBERS OF THE PUPUK KALTIM RETIREES  
ASSOCIATION**

**Anisah Nur Zahrah<sup>1</sup>, Ika Zenita Ratnaningsih<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>*Faculty of Psychology, Diponegoro University  
Prof. Mr. Sunarto, Tembalang, Semarang, 50275*

[anisahnurz89@gmail.com](mailto:anisahnurz89@gmail.com)

**ABSTRACT**

*Self-esteem is an individual's evaluation of oneself, reflecting the extent to which a person feels valuable, capable, and possesses positive self-worth. Subjective well-being refers to an individual's evaluation of life, including life satisfaction and the experience of positive and negative emotions. This study aimed to examine the relationship between self-esteem and subjective well-being among members of the Pupuk Kaltim Retirees Association. The study employed a quantitative approach with a correlational research design. The population consisted of retired employees who were members of the Pupuk Kaltim Retirees Association in Bontang City, East Kalimantan. The sampling technique used was non-probability sampling with a convenience sampling method. The sample comprised 60 male retirees with an average age of 63.7 years. Data were collected using the Self-Esteem Scale and the Subjective Well-Being Scale. Reliability testing showed Cronbach's Alpha coefficients of 0.934 for the Self-Esteem Scale (31 valid items) and 0.841 for the Subjective Well-Being Scale (19 valid items). Data were analyzed using the Spearman Rank Correlation test with SPSS version 26.0. The results revealed a significant positive relationship between self-esteem and subjective well-being ( $r_s = 0.722$ ,  $p = 0.000$ ,  $p < 0.05$ ). These findings indicate that higher levels of self-esteem are associated with higher levels of subjective well-being among members of the Pupuk Kaltim Retirees Association.*

**Keywords:** *self-esteem: subjective well-being: retirees.*

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Dalam beberapa dekade terakhir, perhatian dunia terhadap isu kesehatan mental dan kesejahteraan individu menunjukkan tren yang terus meningkat (Centers for Disease Control and Prevention, 2023). Kondisi psikologis yang sehat merupakan pondasi utama untuk mencapai kualitas hidup yang prima, terutama bagi kelompok lansia (adiyuswa) yang sedang melewati berbagai transisi fisik, sosial, dan emosional. Di Indonesia, urgensi penanganan kelompok ini makin nyata seiring dengan lonjakan populasi lansia dari 9,78% pada tahun 2020 menjadi 11,75% pada tahun 2023, yang menandakan bahwa negara ini mulai memasuki era penuaan penduduk atau *ageing population* (Badan Pusat Statistik, 2020, 2023). Fenomena demografi tersebut membawa dampak psikologis yang signifikan, khususnya bagi lansia laki-laki yang sering kali mengalami krisis identitas setelah tidak lagi bekerja. Oleh karena itu, mempertahankan tingkat harga diri yang baik menjadi tameng esensial bagi para lansia agar tetap dapat menikmati kepuasan hidup yang optimal di tengah pergeseran struktur sosial dan penurunan kondisi fisik mereka.

Salah satu perubahan paling krusial yang dialami oleh kelompok adiyuswa berpusat pada aspek pekerjaan, di mana penambahan usia secara alami menurunkan kapasitas fisik dan produktivitas kerja. Ketika memasuki usia purna tugas, seorang pekerja akan menyudahi aktivitas profesionalnya dan memulai fase transisi penting dalam siklus kehidupannya (Wang & Henkens, 2020). Secara konseptual, pensiun

diartikan sebagai proses penarikan diri dari pasar tenaga kerja formal yang dibarengi dengan dinamika psikologis tertentu serta berkurangnya keterlibatan dalam aktivitas kerja penuh waktu (Wang, 2016; Rudolph et al., 2018). Lebih dari sekadar berhenti bekerja, masa purna bakti ini merupakan fase perkembangan dewasa akhir yang menuntut individu untuk beradaptasi dengan peran baru dan menyesuaikan diri dengan kehidupan di luar lingkungan kerja konvensional (Gerstorf & Smith, 2020).

Di Indonesia, mekanisme dan hak-hak terkait masa purna tugas ini telah diatur secara legal melalui sejumlah payung hukum, seperti UU No. 11 Tahun 1992 tentang Dana Pensiun, UU No. 40 Tahun 2004 tentang Sistem Jaminan Sosial Nasional, serta Peraturan Pemerintah (PP) No. 45 Tahun 2015 mengenai Penyelenggaraan Program Jaminan Pensiun. Berdasarkan UU No. 11 Tahun 1992, manfaat pensiun akan diserahkan ketika pekerja telah memasuki usia purna bakti yang umumnya berada pada rentang 55 hingga 60 tahun. Di sisi lain, PP No. 45 Tahun 2015 menetapkan batas usia pensiun minimal yang awalnya berada di angka **56 tahun**, lalu ditingkatkan secara bertahap dari tahun ke tahun hingga disesuaikan menjadi **59 tahun** pada tahun 2025.

Kemudahan individu lanjut usia dalam menyesuaikan diri dengan masa pensiun sangat dipengaruhi oleh kualitas kesehatan yang prima, stabilitas finansial, keterlibatan aktif dalam berbagai aktivitas, serta dukungan sosial yang solid dari keluarga maupun lingkungan sekitar (Wang et al., 2011; Henkens, 2020). Ditinjau dari teori perkembangan psikososial Erik Erikson, masa tua merupakan fase *integrity vs despair*, yaitu periode akhir kehidupan di mana individu melakukan

refleksi mendalam terhadap perjalanan hidup yang telah dilalui serta mengupayakan penerimaan diri seutuhnya (Santrock, 2019; Gerstorf, 2020). Sebagai salah satu disrupsi terbesar dalam siklus hidup, pensiun dapat menjadi pemicu stres atau justru momentum peningkatan kesejahteraan, tergantung pada kesiapan mental dan kondisi personal masing-masing individu. Masalah yang kerap mencuat adalah ketidaksiapan dalam menghadapi masa purna tugas, yang memicu kecemasan terkait pemenuhan kebutuhan dasar. Selain persoalan fisik dan finansial yang semakin nyata (Puspita dkk, 2023), tantangan psikologis juga tidak kalah mendominasi. Transisi ini merubah rutinitas harian secara drastis, mengurangi interaksi sosial dengan rekan sejawat, serta menurunkan pendapatan sekaligus status sosial (Wang et al., 2011; Henkens, 2020). Kegagalan dalam mengadaptasi perubahan tersebut berisiko memunculkan pandangan pesimistis dan menurunkan kesejahteraan psikologis secara umum (Gerstorf et al., 2020).

Sebagai langkah sistematis untuk meredam dampak negatif pasca-berakhirnya masa bakti, PT Pupuk Kaltim menginisiasi program Masa Persiapan Pensiun (MPP) bagi karyawannya. Program ini dirancang untuk membekali calon pensiunan dengan berbagai kompetensi strategis, meliputi pelatihan kewirausahaan demi kemandirian finansial, tata kelola keuangan, edukasi kesehatan, hingga sosialisasi aspek psikososial untuk mengantisipasi krisis identitas. Melalui penyediaan fasilitas eksternal ini, perusahaan berkomitmen mendampingi masa transisi pegawainya agar taraf kesejahteraan psikologis mereka tetap terjaga di masa tua. Namun, realitas di lapangan menunjukkan bahwa kesiapan objektif yang difasilitasi oleh organisasi tidak selalu berbanding lurus dengan kesiapan subjektif

di tingkat individu. Dukungan eksternal perusahaan sering kali belum mampu menyentuh ranah terdalam dari kesiapan mental personal karyawan dalam menghadapi masa pensiun.

Fase purna tugas pada kenyataannya tetap menjadi periode kritis yang berpotensi menggerus harga diri (*self-esteem*), terutama bagi para pensiunan yang identitas pribadinya terikat kuat dengan status profesional terdahulu. Observasi awal mengindikasikan adanya gejala psikologis berupa krisis identitas dan penurunan rasa keberhargaan diri akibat hilangnya peran pekerjaan. Adanya kesenjangan antara dukungan organisasional melalui program MPP dengan dinamika psikologis internal individu dalam mencapai kesejahteraan inilah yang menjadi urgensi utama dilakukannya penelitian ini. Fenomena tersebut menegaskan bahwa kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) tidak semata-mata bertumpu pada sokongan materiil atau fasilitas luar, melainkan sangat ditentukan oleh kapasitas individu dalam memberikan penilaian yang positif dan apresiatif terhadap dirinya sendiri.

Meskipun perusahaan telah berupaya maksimal memberikan pembekalan administratif dan praktis melalui program Masa Persiapan Pensiun (MPP), risiko gangguan psikologis pada pensiunan tidak dapat dihilangkan begitu saja. Salah satu ancaman nyata yang kerap muncul adalah fenomena *post-power syndrome*, sebuah kondisi krisis identitas dan terkikisnya rasa otoritas yang dialami individu setelah melepaskan jabatannya. Perubahan drastis dari seorang figur korporasi yang berpengaruh menjadi warga masyarakat biasa cenderung memicu persepsi ketidakberdayaan, terutama bagi mereka yang selama masa produktifnya sangat

mengidentifikasi diri dengan status sosial pekerjaan. Kegagalan dalam menata ulang orientasi diri ini berdampak langsung pada kebahagiaan, yang merupakan bagian dari kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) sekaligus indikator utama kualitas hidup manusia (Diener, 2000). Ketidakmampuan beradaptasi di masa purna tugas ini berisiko memicu distress psikologis seperti kesedihan mendalam, kecemasan, hingga merosotnya harga diri (Rudolph et al., 2018). Kondisi ini dipertegas oleh data Badan Pusat Statistik (2021) yang menunjukkan bahwa kelompok usia pensiun di Indonesia memiliki tingkat kebahagiaan yang relatif lebih rendah dibandingkan kelompok usia lainnya, sebuah indikasi nyata adanya masalah kesejahteraan subjektif pada populasi adiyuswa.

Secara konseptual, *subjective well-being* dipahami sebagai bentuk evaluasi personal individu terhadap kualitas hidupnya, termasuk cara mereka menilai dan merespons transisi besar seperti pensiun (Diener et al., 2018; Wang, 2016). Dalam konteks ini, kesejahteraan tidak hanya disetir oleh faktor-faktor objektif seperti kondisi fisik, usia, atau stabilitas finansial, melainkan sangat bergantung pada kapasitas adaptif individu dari ritme kerja menuju masa pensiun. Kesejahteraan subjektif ini ditopang oleh dua dimensi utama, yakni komponen kognitif dan afektif (Diener, 2006; Diener et al., 2018). Komponen kognitif melibatkan kepuasan hidup menyeluruh (*life satisfaction*) serta kepuasan pada ranah spesifik (*domain satisfaction*) seperti kesehatan, pernikahan, hubungan sosial, dan keluarga. Sementara itu, komponen afektif merepresentasikan manifestasi emosional individu. Seseorang dengan *subjective well-being* yang tinggi akan lebih dominan merasakan emosi positif (*positive affect*), sedangkan mereka yang memiliki tingkat

kesejahteraan rendah cenderung memandang hidupnya secara negatif dan lebih sering dilingkupi emosi tidak menyenangkan (*negative affect*) seperti kecemasan, kesedihan, atau kemarahan (Diener, 2000; Diener et al., 2018).

Guna memahami bagaimana kesejahteraan ini terbentuk, teori *top-down* menjelaskan bahwa manusia pada dasarnya memiliki kecenderungan internal dalam menginterpretasikan setiap pengalaman hidupnya. Individu dengan pola pikir yang positif akan lebih luwes dalam memaknai setiap peristiwa sebagai hal yang menyenangkan, sehingga mampu memproduksi tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup yang lebih tinggi (Diener et al., 2018; Lucas, 2018). Teori ini menegaskan bahwa tingkat kesejahteraan subjektif seseorang tidak melulu didikte oleh stimulus eksternal seperti lingkungan atau pendapatan, melainkan oleh cara individu tersebut membingkai maknanya. Gejala adanya guncangan pada dimensi internal ini terlihat jelas dari fenomena *post-power syndrome* yang terungkap dalam observasi awal, di mana sejumlah pensiunan mengaku merindukan rutinitas kerja terdahulu dan merasa kurang mendapatkan pengakuan di lingkungan sosial barunya. Oleh karena itu, harga diri (*self-esteem*) hadir sebagai determinan yang sangat krusial; pensiunan yang tetap mampu mempertahankan penilaian positif terhadap eksistensi dirinya meski telah kehilangan atribut profesional, diprediksi memiliki peluang yang jauh lebih besar untuk mencapai *subjective well-being* yang optimal di hari tua.

Dalam menghadapi masa purna tugas, harga diri (*self-esteem*) memegang peranan yang sangat krusial sebagai determinan internal bagi individu. Bagaimana cara seorang pensiunan mengevaluasi dan menghargai eksistensi dirinya tanpa bergantung pada atribut profesional masa lalu akan sangat menentukan taraf

kebahagiaan serta kepuasan hidup yang dirasakannya. Individu yang berhasil menjaga penilaian diri secara positif cenderung memperlihatkan resiliensi yang lebih kokoh dalam menghadapi pergeseran peran sosial. Kemampuan adaptasi inilah yang membuat mereka tetap mampu mempertahankan tingkat kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) yang optimal, meskipun sudah tidak lagi aktif di dunia kerja formal.

Bagi kaum laki-laki, pekerjaan sering kali memiliki makna mendalam yang tidak sekadar berfungsi sebagai sumber mata pencaharian, melainkan juga sebagai pilar utama identitas diri dan harga diri. Oleh karena itu, transisi menjadi seorang pensiunan membawa risiko psikologis yang cukup besar bagi laki-laki, terutama terkait dengan munculnya perasaan kehilangan peran sebagai pencari nafkah utama (*provider*) sekaligus figur otoritas. Tanpa adanya landasan harga diri yang kokoh, hilangnya status profesional ini dapat memicu kemerosotan drastis pada kebahagiaan dan kepuasan hidup mereka. Atas dasar dinamika tersebut, penelitian ini secara khusus memfokuskan perhatian pada anggota perkumpulan pensiunan yang mayoritas populasinya adalah laki-laki, guna menganalisis sejauh mana harga diri mampu membentengi dan menjaga kesejahteraan psikologis mereka di hari tua.

Di sisi lain, bagi kelompok adiyuswa yang telah menyudahi kariernya sebagai karyawan, kehadiran wadah atau komunitas sosial sering kali terbentuk secara alamiah sebagai sarana penyedia dukungan sosial. Komunitas semacam ini berfungsi sebagai ruang interaksi yang strategis bagi para pensiunan untuk merawat relasi sosial, sekaligus mempermudah proses penyesuaian diri terhadap perubahan peran pasca-purna tugas. Salah satu wadah nyata yang mengintegrasikan fungsi

tersebut adalah perkumpulan pensiunan Pupuk Kaltim, sebuah organisasi yang menghimpun para mantan karyawan yang telah menyelesaikan masa pengabdian panjang mereka di perusahaan tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada 11 September 2024 terhadap dua orang anggota perkumpulan pensiunan Pupuk Kaltim, terungkap dinamika psikologis yang berbeda dalam menghadapi masa purna tugas. Subjek pertama, Bapak HNF (64 tahun), mengalami penurunan kondisi psikologis yang signifikan setelah memasuki tahun kelima masa pensiunnya. Beliau menunjukkan indikasi *post-power syndrome* yang dicirikan oleh persepsi bahwa pengaruhnya dalam keluarga mulai memudar serta adanya penurunan atensi dari lingkungan sosial. Dampak dari kondisi tersebut memicu perasaan tidak berdaya akibat merosotnya kapasitas fisik, yang disertai rasa bersalah karena belum mampu menyediakan fasilitas ideal bagi keluarga. Rendahnya kepuasan hidup yang dialami Bapak HNF bersumber dari kejenuhan terhadap rutinitas harian yang minim tantangan profesional. Selain itu, ketidaksiapan menghadapi masa depan dan munculnya memori masa lalu seperti saat melihat kembali seragam atau foto lama ketika masih aktif bekerja sering kali memantik emosi negatif berupa kesedihan dan kecemasan. Dari aspek finansial, kendati hilangnya tunjangan rutin tidak serta-merta meruntuhkan harga diri personalnya, kebahagiaan yang dirasakan cenderung bersifat temporer karena rasa aman finansialnya sangat bergantung pada sisa saldo tabungan, sehingga beliau harus menerapkan penghematan yang ketat demi menjamin kelangsungan hidup di masa tua.

Kondisi yang relatif berbeda ditunjukkan oleh subjek kedua, Bapak NS (61

tahun), yang merasa masih memiliki kendali atas hidupnya karena tetap dipercaya oleh keluarga untuk mengelola keuangan. Beliau merasa sangat dihargai oleh anak dan cucu, memiliki kebanggaan moral atas rekam jejak kerjanya yang bersih, serta terus menjaga produktivitas melalui keterlibatan aktif di komunitas pensiunan. Meskipun emosi positif kerap hadir melalui rasa syukur, kualitas kepuasan hidup Bapak NS tetap dibayangi oleh kecemasan terhadap lonjakan harga kebutuhan pokok dan berkurangnya dana simpanan. Berbagai tantangan emosional seperti hambatan adaptasi, kecemasan akan pendapatan, hingga ketakutan kehilangan pasangan dikelola olehnya melalui pendekatan spiritual. Secara spesifik, beliau mengkhawatirkan penurunan kondisi fisik dan finansialnya dapat menghambat penyelesaian tanggungan pendidikan anak. Hilangnya pemasukan rutin bulanan sangat dirasakan dampaknya terhadap pemenuhan kebutuhan rumah tangga. Akibatnya, muncul kecemasan besar akan merepotkan anak di masa depan, yang kemudian diantisipasi dengan melakukan efisiensi keuangan secara ketat demi menjaga martabat pribadinya.

Kenyataan di lapangan tersebut membuktikan bahwa meskipun persiapan administratif dan finansial telah terpenuhi, masa purna tugas tetap memicu dinamika psikologis yang kompleks. Hasil observasi awal pada anggota perkumpulan mengonfirmasi bahwa perasaan kehilangan identitas sosial dan penurunan rasa keberhargaan diri akibat hilangnya rutinitas serta status profesional masih sering ditemukan. Kesenjangan ini mengindikasikan bahwa bekal materiil dari perusahaan tidak serta-merta menjamin tingginya tingkat kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) apabila tidak dibarengi dengan evaluasi diri yang

positif dari dalam individu itu sendiri. Dalam konteks inilah peran harga diri (*self-esteem*) menjadi sangat krusial. Bagaimana seorang pensiunan memandang dan menghargai dirinya di luar identitas pekerjaannya akan menentukan sejauh mana ia mampu meraih kebahagiaan dan kepuasan hidup. Individu yang memiliki harga diri positif cenderung lebih resilien dalam menghadapi pergeseran peran, sehingga mereka tetap mampu mencapai kesejahteraan subjektif yang optimal meskipun telah meninggalkan dunia kerja formal.

*Subjective well-being* atau kesejahteraan subjektif merepresentasikan cara individu dalam mengevaluasi dan menilai seluruh aspek kehidupannya. Penilaian komprehensif tersebut ditopang oleh dua dimensi utama, yakni evaluasi kognitif yang tercermin lewat tingkat kepuasan hidup, serta reaksi afektif yang berupa manifestasi emosi positif maupun negatif terhadap berbagai peristiwa yang dilewati (Diener, 2002; Diener et al., 2018). Individu yang berhasil mencapai tingkat kesejahteraan subjektif yang tinggi umumnya senantiasa merefleksikan lebih banyak pola pikir serta perasaan positif dalam menjalani kesehariannya (Diener, 1995). Kondisi psikologis ini sendiri disetir oleh beragam faktor multisektoral, mulai dari karakteristik kepribadian, tingkat optimisme, dukungan sosial, nilai budaya dan lingkungan, proses kognitif, hingga variabel demografis seperti usia, jenis kelamin, pendapatan, dan status pernikahan (Diener et al., 2018). Di antara kepingan faktor tersebut, dimensi internal dari dalam diri (*self*) memegang peranan yang sangat krusial, khususnya harga diri (*self-esteem*) yang merefleksikan sejauh mana seseorang memandang dirinya secara positif dan merasa bermakna. Evaluasi terhadap diri sendiri ini berkontribusi besar pada ketahanan psikologis sekaligus

menjadi modal adaptif utama dalam meredam berbagai tekanan hidup (Baumeister et al., 2003; Orth & Robins, 2014).

Akan tetapi, studi pendahuluan yang dilakukan pada anggota perkumpulan pensiunan Pupuk Kaltim justru menyingkap adanya fenomena penurunan *self-esteem* pada sejumlah anggota setelah mereka memasuki masa purna tugas. Pergeseran peran sosial yang drastis serta lenyapnya identitas profesional tidak jarang memicu persepsi ketidakberdayaan dan perasaan kurang berharga di kalangan pensiunan. Terdepresinya tingkat *self-esteem* ini berkelindan erat dengan rendahnya kesejahteraan subjektif, di mana individu yang memandang dirinya secara negatif cenderung mengalami kemerosotan kepuasan hidup dan kesehatan mental (Orth & Robins, 2014; Gerstorf et al., 2020). Dalam beberapa momentum, dinamika ketidakpuasan ini bahkan tereskalasi menjadi aksi demonstrasi yang dilakukan oleh para pensiunan guna menyuarakan aspirasi mereka, seperti tuntutan pemenuhan Manfaat Pensiun Seumur Hidup (MPS) dan desakan peningkatan dukungan sosial dari pihak manajemen perusahaan. Realitas pergerakan ini mencerminkan adanya resistensi psikologis serta persepsi kolektif bahwa hak-hak kesejahteraan mereka pasca-kerja kurang mendapatkan atensi yang layak (Putri, 2024).

Penelitian ini menempatkan *self-esteem* sebagai fokus utama karena posisinya yang sentral dalam pembentukan identitas individu. Cara seseorang menilai dirinya secara positif tidak hanya akan memengaruhi tingkat produktivitas dan kebahagiaan, melainkan juga mengarahkan kepuasan hidup serta kesejahteraan psikologisnya secara makro. Individu dengan harga diri yang kokoh cenderung

lebih luwes dalam mengaktualisasikan potensi personal, menikmati hidup, dan memproduksi afek-afek positif (Baumeister et al., 2003; Diener et al., 2018). Menurut Ulrich Orth dan Richard W. Robins (2014), *self-esteem* pada dasarnya adalah bentuk evaluasi personal terhadap eksistensi diri sendiri (*the evaluation of oneself*) yang menunjukkan kadar penilaian positif atau negatif seseorang. Meskipun dipandang sebagai karakteristik psikologis yang relatif stabil, *self-esteem* sejatinya tetap bersifat dinamis dan berkembang selaras dengan kronologi usia individu. Perkembangannya mengikuti kurva khas sepanjang rentang kehidupan, yaitu terus menanjak sejak masa remaja hingga paruh baya, menyentuh titik kulminasi pada rentang usia 50–60 tahun, lalu secara perlahan menunjukkan tren penurunan saat memasuki fase lansia (Orth & Robins, 2014). Fluktuasi ini sangat dipengaruhi oleh akumulasi pengalaman sosial, capaian karier, dan kualitas hubungan interpersonal yang membentuk cara pandang individu terhadap nilai dirinya. Kebalikannya, mereka yang memiliki *self-esteem* rendah akan jauh lebih rentan untuk terjebak dalam bias negatif saat menilai diri sendiri maupun realitas lingkungan di sekitarnya.

Ulrich Orth dan Richard W. Robins (2014) mengemukakan bahwa *self-esteem* mengalami perkembangan yang dinamis di sepanjang rentang kehidupan manusia, di mana nilainya cenderung menanjak pada masa dewasa awal, berada pada grafik yang relatif stabil pada usia pertengahan, dan mulai menunjukkan penurunan saat memasuki fase lansia. Kemunduran harga diri pada masa tua ini umumnya dipicu oleh beberapa stimulus, seperti reduksinya status sosial di masyarakat, merosotnya fungsi kesehatan fisik, serta melemahnya jejaring

dukungan sosial. Kendati demikian, lansia yang dibekali dengan karakteristik kepribadian yang positif, pemaknaan hidup yang mendalam, serta hubungan interpersonal yang harmonis terbukti tetap mampu mempertahankan tingkat *self-esteem* yang tinggi (Gerstorf et al., 2020). Stabilitas harga diri pada masa purna bakti ini memegang peranan yang sangat krusial dalam mendongkrak kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*), sebab individu akan tetap merasa bermakna sekaligus mampu merespons berbagai dinamika perubahan lewat cara pandang yang lebih optimistis.

Hingga saat ini, studi yang menguji keterkaitan antara *self-esteem* dan *subjective well-being* sebetulnya telah banyak diulas melalui pendekatan kuantitatif pada beragam kelompok subjek, mulai dari karyawan (Lubis, 2011), siswa (Pratiwi, 2016), praktisi pendidikan (Kuswara & Izzati, 2022), hingga ibu bekerja (Rahima & Nugraha, 2023). Secara general, akumulasi riset tersebut mengonfirmasi adanya korelasi positif yang signifikan antara kedua variabel, yang menegaskan bahwa individu dengan *self-esteem* prima pasti memiliki tingkat kesejahteraan subjektif yang jauh lebih baik (Orth & Robins, 2014; Diener et al., 2018). Walaupun demikian, literatur ilmiah yang secara spesifik membidik kelompok pensiunan sebagai subjek utama sejauh ini masih sangat terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini diinisiasi untuk mengeksplorasi hubungan antara *self-esteem* dan *subjective well-being* pada anggota Perkumpulan Pensiunan Pupuk Kaltim. Secara teoretis, kajian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata bagi khazanah ilmu psikologi, khususnya pada domain kesejahteraan psikologis masa tua, sekaligus menjembatani kesenjangan yang masih ditemukan dalam literatur terdahulu.

Urgensi pelaksanaan penelitian ini menjadi semakin nyata apabila disandingkan dengan proyeksi demografis yang ada. Populasi adiyuswa di Indonesia diprediksi akan terus mengalami lonjakan, yang otomatis berbanding lurus dengan semakin kompleksnya tantangan kesehatan mental dan kesejahteraan yang mereka hadapi di masa depan. Atas dasar tersebut, signifikansi temuan dari penelitian ini tidak hanya akan bermanfaat bagi internal Perkumpulan Pensiunan Pupuk Kaltim semata, melainkan juga relevan bagi berbagai instansi atau organisasi lain yang menaungi kelompok lansia. Selain berkontribusi secara praktis bagi pengurus perkumpulan dan lembaga sosial dalam merancang program intervensi psikologis yang efektif, hasil riset ini juga diharapkan dapat menjadi bahan rujukan strategis bagi para pembuat kebijakan. Melalui pemahaman yang utuh mengenai keterkaitan antara *self-esteem* dan *subjective well-being*, regulasi serta program kerja nasional dapat diarahkan secara lebih tepat untuk mendongkrak kualitas hidup lansia melalui pemenuhan agenda pengembangan diri serta penguatan kepercayaan diri mereka.

Dinamika psikologis para pensiunan ini diperkuat oleh munculnya berbagai aspirasi di lapangan, salah satunya tercermin dari tuntutan terkait Manfaat Pensiun Seumur Hidup (MPS). Fenomena tersebut mengindikasikan bahwa para pensiunan masih menaruh harapan besar terhadap adanya pengakuan serta jaminan nyata atas kontribusi dan dedikasi yang telah mereka berikan kepada perusahaan di masa lalu. Adanya ketidakpastian atau hambatan dalam mengakomodasi aspirasi ini berpotensi besar menggoyahkan keyakinan internal mereka mengenai eksistensi diri. Ketika individu merasa bahwa suara dan jasa masa lalunya kurang dihargai

oleh lingkungan, kondisi tersebut dapat menekan tingkat harga diri (*self-esteem*), yang pada dasarnya akan mengonversi penurunan pada skor kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) mereka secara akumulatif.

Nilai kebaruan dari penelitian ini terletak pada pemilihan subjek yang sangat spesifik, yaitu para pensiunan dari sektor industri manufaktur berskala besar (PT Pupuk Kaltim) yang terintegrasi dalam wadah organisasi resmi. Berbeda dengan mayoritas studi terdahulu yang cenderung menelaah kelompok lansia atau pensiunan secara umum, riset ini secara khusus menyoroti dinamika *self-esteem* pada individu yang notabene telah dibekali program Masa Persiapan Pensiun (MPP) oleh pihak korporasi. Melalui karakteristik subjek tersebut, studi ini diproyeksikan mampu menyajikan gambaran yang komprehensif mengenai sejauh mana kekuatan internal individu tetap memegang posisi sebagai faktor determinan utama bagi *subjective well-being*, sekalipun intervensi dan dukungan eksternal dari organisasi telah terpenuhi secara optimal.

Berdasarkan dari pemikiran tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji secara lebih mendalam mengenai signifikansi peran kekuatan internal berupa *self-esteem* dalam mengonstruksi *subjective well-being* pada para pensiunan, terlepas dari fasilitas penunjang yang telah disediakan oleh perusahaan. Berlandaskan pada latar belakang fenomena dan kesenjangan teoretis yang telah diuraikan, maka diinisiasilah sebuah penelitian yang berjudul "*Hubungan antara Self-Esteem dengan Subjective Well-Being pada Anggota Perkumpulan Pensiunan Pupuk Kaltim*". Melalui pelaksanaan riset ini, diharapkan dapat dirumuskan berbagai strategi intervensi psikologis yang efektif dan aplikatif, baik untuk kemaslahatan

individu pensiunan secara personal maupun bagi penguatan komunitas secara kolektif di masa tua.

## **B. Rumusan Masalah**

Bersandarkan pada fenomena yang telah diuraikan pada latar belakang tersebut, peneliti merumuskan pertanyaan esensial dalam studi ini, yaitu: “Apakah ada keterkaitan antara *self-esteem* dan *subjective well-being* pada kelompok anggota Perkumpulan Pensiunan PT Pupuk Kaltim?”

## **C. Tujuan Peneliti**

Tujuan utama dari pelaksanaan riset ini adalah untuk mengetahui hubungan empiris yang terbentuk antara *self-esteem* dan *subjective well-being* pada kelompok lansia yang tergabung dalam Perkumpulan Pensiunan PT Pupuk Kaltim.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoretis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata bagi akselerasi dan pengembangan ilmu psikologi, terutama dalam ranah psikologi sosial serta psikologi perkembangan dewasa akhir. Secara lebih spesifik, studi ini diproyeksikan untuk kajian empiris dan literatur ilmiah yang mengupas secara mendalam mengenai dinamika hubungan antara *self-esteem* dan *subjective well-being*, khususnya pada populasi individu yang tengah menjalani masa purna bakti atau pensiun.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Subjek Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan

pemahaman kepada para pensiunan Pupuk Kaltim mengenai pentingnya *self-esteem* dalam menunjang *subjective well-being* pada masa pensiun. Dengan demikian, para pensiunan diharapkan lebih mampu mengenali kondisi psikologisnya serta mengoptimalkan potensi diri untuk mencapai kesejahteraan hidup yang lebih baik.

b. Bagi Organisasi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi bagi organisasi serupa lainnya yang memiliki anggota adiyuswa dalam menghadapi tantangan kesehatan mental dan kesejahteraan kelompok lansia.

c. Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan edukasi dan pemahaman yang mendalam bagi masyarakat luas, khususnya bagi para pekerja aktif, mengenai urgensi kesiapan mental dan pengelolaan psikologis yang matang dalam menyongsong masa purna tugas.

d. Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diproyeksikan dapat memberikan kontribusi akademik sebagai referensi ilmiah maupun data sekunder bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengeksplorasi topik serupa, atau menguji variabel-variabel lain yang relevan dengan penguatan kesejahteraan psikologis pada populasi pensiunan.

