


“Kami Tetap Bertahan” (Strategi Adaptasi oleh Pensiunan Karyawan PTPN 2 Kebun Sampali Menghadapi Keberlangsungan Hidup)

Pramudita^{1*}, Sry Lestari Samosir²

^{1,2}Pendidikan Antropologi, Universitas Negeri Medan, Jl. Willem Iskandar Pasar V Medan Estate, Kota Medan, Sumut

E-mail: pramfisip@gmail.com

* Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.5977>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 01 Mar 2026

Revised: 15 Mar 2026

Accepted: 31 Mar 2026

Kata Kunci:

Strategi, Pensiunan, Adaptasi Sosial, Pola Hidup Sehat, Ketahanan Mental

Keywords:

Strategy, Retirement, Social Adaptation, Healthy Lifestyle, Mental Resilience



ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan mengkaji strategi pensiunan PTPN 2 dalam memenuhi kebutuhan hidup pasca-berhenti bekerja. Metode yang digunakan adalah kualitatif deskriptif melalui observasi, wawancara mendalam, dokumentasi, dan studi pustaka. Hasil menunjukkan adanya pergeseran perspektif ekonomi dari kondisi mapan menjadi lebih sederhana setelah pensiun. Aktivitas sehari-hari seperti kegiatan keagamaan, kerja ringan, dan interaksi sosial dilakukan untuk menjaga kesehatan fisik dan stabilitas psikologis. Adaptasi sosial terlihat melalui pembentukan komunitas informal dan keterlibatan dalam kegiatan lingkungan, sementara aktivitas religius menjadi mekanisme koping yang efektif. Penelitian ini merekomendasikan perhatian terhadap hak pensiunan, termasuk keterlambatan pembayaran pensiun, serta dukungan kelembagaan berupa pelatihan kewirausahaan, layanan psikososial, dan penguatan komunitas guna mendukung adaptasi yang berkelanjutan.

This study aims to examine the strategies of PTPN 2 retirees in meeting their living needs after retiring from work. The method used is descriptive qualitative through observation, in-depth interviews, documentation, and literature review. The results indicate a shift in economic perspective from a stable state to a simpler one after retirement. Daily activities such as religious activities, light work, and social interactions are carried out to maintain physical health and psychological stability. Social adaptation is seen through the formation of informal communities and involvement in environmental activities, while religious activities become an effective coping mechanism. This study recommends attention to retiree rights, including delays in pension payments, as well as institutional support in the form of entrepreneurship training, psychosocial services, and community strengthening to support sustainable adaptation.



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

How to Cite: Pramudita, et al (2026). “Kami Tetap Bertahan” (Strategi Adaptasi oleh Pensiunan Karyawan PTPN 2 Kebun Sampali Menghadapi Keberlangsungan Hidup), 4(4) 23168-23174. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.5977>

PENDAHULUAN

Pensiunan PTPN 2 sebagai masyarakat yang terlihat realistis dan bermotif ekonomi tentunya memiliki strategi tersendiri dalam menghadapi masa pensiun di salah satu Badan Usaha Milik Negara (BUMN) yang memiliki unit usaha yang dahulu berada di sekitar kota medan, namun seiring perkembangan situasi sosial, unit usaha yang dahulu terdapat di sekitar kota medan, seperti kebun sampali, kebun saentis, kebun Helvetia dan kebun mariendal, status HGU nya tidak aktif lagi dan berubah statusnya menjadi Eks HGU yang secara otomatis menyebabkan unit kebun/produksi yang dahulu merupakan asset aktif milik PTPN 2 kini menjadi tidak lagi produktif. Sebagai kelompok dari genus ‘*Homo Sapiens*’, manusia tentunya memiliki strategi dalam mempertahankan keberlanjutan hidupnya berbekal akal dan nalurinya. Pensiunan PTPN 2 Kebun Sampali sebagai makhluk sosial yang

rasional tentunya memiliki strategi adaptasi dalam menghadapi masa tua yang dapat saja mudah diprediksi atau bahkan dapat juga menjadi sulit untuk diprediksi karena tiap individu tentunya memiliki respon yang beragam terhadap persiapan masa pensiun. Dalam melihat permasalahan mengenai strategi adaptasi oleh pensiunan ptpn 2 Kebun Sampali, hal ini senada dengan pernyataan bahwa adaptasi merupakan penyesuaian terhadap lingkungan, pekerjaan dan segala sesuatu yang lain ketika seseorang itu berada pada suatu lingkungan. Seperti yang dikatakan Marzali dalam bukunya bahwa strategi adaptasi secara luas merupakan upaya yang dilakukan seseorang dalam menentukan strategi adaptasi yang tepat melalui tindakan atau perbuatannya sehingga dapat mengalokasikan sumber daya yang dimilikinya untuk menghadapi berbagai masalah sebagai suatu pilihan yang tepat agar sesuai dengan lingkungan sosial, kultur dan ekologis ditempat yang ditinggalkannya (Marzali dalam Agapa, 2023:82). Sebagian besar informan yang merupakan pensiunan ptpn 2 unit kerja Kebun Sampali mengatakan bahwa sudah tidak memiliki penghasilan tetap seperti pada saat mereka masih aktif berdinis, sehingga saat ini hal itu berdampak pada ‘insting rasional’ mereka, yakni harus lebih memperhatikan kebutuhan yang menjadi prioritas dalam mempergunakan keuangan. salah satu kutipan terkenal dari Weber (2003) yang terkait dengan sikap rasionalitas berasal dari bukunya *The Protestant Ethic and the Spirit of Capitalism* : “*The fully developed capitalist economic order is today bound to the technical and economic conditions of machine production which today determine the lives of all the individuals who are born into this mechanism... with irresistible force. Perhaps it will so determine them until the last ton of fossilized coal is burnt.*” Pernyataan tersebut sangat terkait dengan jiwa kapitalis yang seakan dipaksakan kepada mental masyarakat yang sebenarnya belum siap untuk memasuki fase persaingan kapitalisme tersebut. Jika dikaitkan dengan teori weber tadi, penulis akan melihat adakah teori weber mengenai rasionalitas manusia tersebut menyiratkan seolah kehidupan masyarakat (Pensiunan PTPN 2) ditentukan oleh sistem ekonomi dan teknologi yang sangat mekanistik yang tidak bisa dihindari dan mengikat semua orang yang lahir di dalamnya yang dalam pengejawantahannya berupa strategi yang diterapkan oleh informan yang menjadi motivasi utama mereka dalam melahirkan perspektif mereka akan pengelolaan keuangan serta perspektif mereka tentang ‘masa hari tua’. Seiring berjalannya waktu para pensiunan PTPN 2 Kebun Sampali tidak dapat berpangku tangan begitu saja dalam mengantisipasi kebutuhan hidup yang terus berjalan, maka beberapa pensiunan PTPN 2 Kebun Sampali mengungkapkan beberapa aspek sosial budaya yang sebagian besar berupa perspektif yang menjadi strategi bagi mereka untuk menjalani kehidupan yang lebih baik di masa tua.

METODE

Dalam penelitian ini penulis ingin mendeskripsikan secara mendalam kegiatan dan keseharian yang merupakan strategi para pensiunan PTPN 2 Kebun Sampali dalam mengisi ‘hari tua’ mereka, sehingga penulis memilih penelitian jenis kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Lokasi penelitian yang dipilih penulis yaitu berlokasi di Desa Sampali Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang. Hal yang melatarbelakangi penulis memilih lokasi penelitian di lokasi tersebut ialah akses yang mudah dijangkau dari kota medan, hal ini disebabkan karena Kebun sampali menjadi salah satu unit kebun milik PTPN2 yang lokasinya berada tepat di perbatasan Kota Medan dan Kabupaten Deli Serdang, hal yang mejadi bahan pertimbangan penulis selain itu ialah fakta bahwa kebun sampali merupakan lokasi yang memiliki kisah sejarah yang panjang, mengingat lokasi kebun sampali merupakan eks ‘deli maatschappij’.

Hal tersebut membuat kebun sampali memiliki pensiunan yang jumlahnya tidak sedikit mengingat berdirinya PTPN 2 yang merupakan perusahaan hasil nasionalisasi yang berakar dari ‘Deli Maatschappij’ yang merupakan perusahaan tembakau deli milik pemerintah kolonial belanda, terlebih para pensiunan tersebut masih banyak yang menempati perumahan dinas mereka yang berada di wilayah Kebun Sampali walaupun mereka sudah tidak aktif berdinis lagi di PTPN 2. Pemilihan lokasi penelitian tersebut telah dipertimbangkan secara cermat oleh penulis karena penulis ingin mendapatkan informasi yang akurat sesuai dengan kemudahan akses penulis dalam mendapatkan informasi. oleh karena itu penulis merasa lokasi tersebut dapat menjadi lokasi yang tepat bagi penulis untuk mendapatkan informasi atau data yang mendalam dan dapat menjawab masalah penelitan.

Teknik pengumpulan data melalui metode observasi, wawancara mendalam, , studi pustaka serta penulis lengkapi dengan dokumentasi visual sebagai data sekunder yang memudahkan khalayak umum sebagai pembaca dalam membayangkan fenomena sosial yang terjadi di lokasi penelitian. Untuk

mendukung hasil yang baik dari penelitian ini, penulis mengumpulkan data yang didapat dari hasil wawancara mendalam dengan beberapa informan yang telah dikategorikan sebagai pensiunan (individu yang terlibat langsung dalam kegiatan produksi PTPN 2 Kebun Sampali saat masa dinas) dan kategori yang kedua adalah keluarga pensiunan (anggota keluarga yang tinggal satu rumah dengan individu yang merupakan pensiunan PTPN 2). Dalam mengumpulkan data penelitian, penulis melakukan observasi secara partisipatif yakni penulis terlibat secara langsung dalam memilih informan yang dianggap kompatibel memberikan jawaban untuk tujuan penelitian, mengumpulkan foto hingga studi pustaka untuk memudahkan penulis melakukan kajian ilmiah berdasarkan data-data yang didapat dari penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Strategi Adaptasi Ekonomi oleh Pensiunan

Purna tugas dari pekerjaan formal sering kali menjadi titik balik signifikan dalam kehidupan ekonomi seseorang, khususnya bagi mantan karyawan perusahaan perkebunan milik negara seperti PTPN 2 Kebun Sampali. Setelah puluhan tahun bekerja dalam struktur kerja yang stabil, pensiunan menghadapi kenyataan baru berupa absennya pendapatan tetap serta tunjangan beras atau tunjangan sewa rumah yang tidak diberikan lagi setelah memasuki masa pensiun dan bermuara pada tuntutan untuk mengelola keuangan secara mandiri. Dalam konteks ini, adaptasi ekonomi pasca-pensiun menjadi aspek krusial untuk mempertahankan keberlangsungan hidup. Hasil penelitian lapangan menunjukkan bahwa beberapa pensiunan memanfaatkan dana Santunan Hari Tua (SHT) sebagai sumber utama untuk memulai aktivitas ekonomi baru sementara itu beberapa pensiunan yang lain mengaku belum menerima dana tersebut. Aktivitas tersebut umumnya berbentuk usaha mikro dan informal, seperti warung sembako, ternak sapi, ternak kambing dan beberapa ternak ayam (dalam skala kecil), hingga usaha kuliner rumahan. Pilihan ini cenderung dipengaruhi oleh keterbatasan modal, keterampilan usaha, tenaga/fisik yang sudah tidak memadai dikarenakan sudah berusia lanjut, dan tingkat akses terhadap peluang ekonomi formal.

Namun demikian, keberhasilan adaptasi ekonomi tersebut sangat bervariasi. Beberapa pensiunan mampu mempertahankan usaha kecil mereka, terutama jika didukung oleh lingkungan keluarga yang kondusif dan keterampilan tertentu yang dimiliki jauh sebelum memasuki masa pensiun, misalnya bertani dan berternak sebagai bentuk antisipasi ekonomi di hari tua. Sebaliknya, tidak sedikit pensiunan mengalami kegagalan dalam membangun usaha akibat rendahnya kapasitas kewirausahaan, absennya perencanaan keuangan, dan penggunaan SHT/dana taktis untuk kebutuhan darurat seperti biaya kesehatan atau sewa rumah yang kerap tidak dapat diantisipasi. Salah satu informan mengungkapkan bahwa “uang pensiun langsung habis buat biaya berobat kami satu rumah dan bayar utang, bahkan kami sampai harus menjual sebagian sapi kami”, menggambarkan rapuhnya kondisi ekonomi pasca-pensiun serta minimnya perlindungan sosial. Temuan ini memperkuat hasil studi Anwas (2020), yang menunjukkan bahwa sebagian besar pensiunan di sektor BUMN belum memiliki kesiapan dalam keterampilan kewirausahaan dan cenderung mengalami keterpurukan ekonomi setelah pensiun. Ia menyoroti bahwa tanpa pendampingan dan pelatihan keterampilan kerja baru, pensiunan cenderung terjebak dalam usaha informal yang tidak berkelanjutan. Hal ini menunjukkan bahwa orientasi kebijakan pensiun masih bersifat transaksional (lumpsum) dan belum menyentuh aspek keberlanjutan ekonomi pasca-pensiun (Anwas, 2020).

Dalam perspektif teori ekonomi kesejahteraan, situasi ini menunjukkan kegagalan sistemik dalam menyediakan perlindungan sosial yang berkelanjutan bagi kelompok lansia. Menurut Barr dan Diamond (2008), sistem pensiun seharusnya tidak hanya memberikan manfaat finansial sesaat, tetapi juga memberikan keamanan ekonomi jangka panjang, termasuk peluang untuk tetap produktif melalui dukungan pelatihan atau akses modal usaha. Pendekatan ini sejalan dengan konsep social investment yang menekankan pentingnya membangun kapasitas individu setelah masa kerja berakhir (Morel et al., 2012). Selain itu, dalam studi Asia Tenggara, Balgos (2019) mencatat bahwa lansia yang tidak memiliki program transisi kerja dan kewirausahaan seringkali mengalami eksklusi sosial-ekonomi, terutama ketika tinggal di wilayah urban pinggiran yang minim fasilitas. Pensiunan yang tidak siap secara ekonomi berisiko masuk ke dalam kategori rentan miskin, terutama ketika mereka tidak lagi menjadi bagian dari sistem produksi formal dan tidak memiliki jaminan penghasilan alternatif.

Strategi adaptasi ekonomi oleh pensiunan PTPN 2 Kebun Sampali menunjukkan kecenderungan pola survival ekonomi berbasis modal terbatas dan dukungan sosial informal. Tanpa intervensi sistemik

yang bersifat promotif dan preventif, kelompok ini berisiko tinggi mengalami kemiskinan struktural di usia lanjut. Oleh karena itu, perlu dirumuskan kebijakan terintegrasi yang meliputi pelatihan kewirausahaan, akses pembiayaan mikro, serta pendampingan sosial-ekonomi berbasis komunitas sebagai bagian dari tanggung jawab institusi dan negara terhadap kesejahteraan pensiunan.

Adaptasi Sosial dan Peran Modal Sosial

Peralihan dari status sebagai karyawan aktif menuju masa pensiun tidak hanya berdampak pada kondisi ekonomi, tetapi juga berimplikasi signifikan terhadap dimensi sosial kehidupan individu. Dalam konteks pensiunan PTPN 2 Kebun Sampali, kehilangan tunjangan rumah dinas ataupun kewajiban meninggalkan rumah dinas setelah tidak lagi aktif berdinasi tidak hanya merepresentasikan perubahan fisik, tetapi juga menyebabkan disintegrasi sosial dari jaringan komunitas kerja yang telah terbentuk selama puluhan tahun, meskipun pada realitanya masih banyak yang menempati rumah dinas. Rumah dinas bukan sekadar hunian, melainkan ruang relasi sosial, simbol keanggotaan kolektif, dan tempat berlangsungnya interaksi komunitas yang intensif antar tetangga dalam 'emplasmen'. Berdasarkan hasil observasi lapangan, sebagian pensiunan mengalami kesulitan dalam mempertahankan ikatan sosial lama akibat relokasi ke tempat tinggal yang terpencar. Meski demikian, mereka menunjukkan upaya untuk membangun kembali jaringan sosial melalui pembentukan komunitas informal pensiunan. Bentuk-bentuk adaptasi sosial ini meliputi komunikasi via grup WhatsApp, pertemuan bulanan di lokasi tertentu, kegiatan arisan, hingga saling mengunjungi dalam momen-momen khusus seperti pernikahan, kematian, atau hari raya, bahkan beberapa informan juga mendirikan komunitas pada keluarga besarnya masing-masing dalam bentuk arisan keluarga sebagai wujud kebutuhan akan silaturahmi (Sosial) di lingkungan keluarga luas.

Jaringan sosial ini berfungsi ganda: pertama, sebagai saluran informasi mengenai peluang kerja ringan, bantuan sosial, serta informasi tentang hak-hak pensiunan yang masih belum terealisasi; dan kedua, sebagai sumber dukungan emosional dalam menghadapi tekanan psikologis, kesehatan, atau kesulitan ekonomi. Dalam kerangka teori modal sosial sebagaimana dikemukakan oleh Putnam (2000), bentuk jaringan sosial ini dapat dipahami sebagai wujud dari bonding social capital yakni solidaritas internal yang terbangun berdasarkan kedekatan emosional dan kesamaan latar belakang sosial. Namun, akses terhadap jaringan ini tidak merata. Sebagian pensiunan mengalami eksklusi karena keterbatasan kemampuan teknologi (seperti penggunaan smartphone dan aplikasi pesan instan), keterbatasan mobilitas fisik, serta jarak geografis yang mempersulit partisipasi dalam pertemuan komunitas. Beberapa informan juga menyatakan bahwa mereka tidak mengetahui adanya grup komunikasi atau merasa canggung untuk kembali menjalin hubungan sosial yang telah lama terputus. Fenomena ini mengindikasikan bahwa modal sosial dalam komunitas pensiunan bersifat parsial dan belum sepenuhnya inklusif.

Dalam kajian sosiologi lansia, keterhubungan sosial merupakan faktor pelindung penting yang dapat memperkuat ketahanan sosial dan psikologis individu. Susilowati dan Rahardjo (2020) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa komunitas pensiunan yang memiliki struktur organisasi yang jelas dan partisipatif mampu menjadi sumber resiliensi sosial dan menjaga kualitas hidup para anggotanya. Sayangnya, dalam kasus Kebun Sampali, komunitas ini tumbuh secara organik dan swadaya, tanpa adanya dukungan institusional baik dari perusahaan tempat mereka dahulu bekerja maupun dari pemerintah daerah setempat.

Studi dari Ibarra (1995) tentang jaringan sosial pekerja yang mengalami transisi kerja menyatakan bahwa kekuatan hubungan sosial sangat menentukan keberhasilan adaptasi dalam masa-masa sulit. Individu dengan jaringan sosial yang luas dan aktif cenderung memiliki akses yang lebih baik terhadap peluang dan sumber daya. Namun, dalam konteks pensiunan PTPN 2, dominasi hubungan bonding yang eksklusif justru membatasi kemampuan mereka untuk membangun bridging capital yakni jembatan yang menghubungkan mereka dengan komunitas yang lebih luas dan akses terhadap sumber daya eksternal.

Kondisi ini memunculkan urgensi perlunya fasilitasi kelembagaan dalam penguatan komunitas pensiunan. Institusi seperti koperasi pensiunan, forum pensiunan BUMN, atau komunitas lansia desa dapat dioptimalkan menjadi wadah formal yang menjembatani antara kebutuhan sosial pensiunan dengan ekosistem dukungan sosial yang tersedia. Pendekatan ini bukan hanya bersifat kultural, tetapi strategis dalam memperkuat kohesi sosial serta meminimalkan risiko keterasingan sosial (social alienation). Oleh karena itu, strategi adaptasi sosial pensiunan PTPN 2 menunjukkan pentingnya modal sosial sebagai mekanisme coping dalam masa transisi. Namun, keberlanjutan dan perluasan fungsi

modal sosial tersebut sangat tergantung pada adanya dukungan struktural dari aktor-aktor eksternal, baik negara, perusahaan, maupun organisasi masyarakat sipil. Tanpa intervensi sistemik, risiko fragmentasi sosial dan eksklusi sosial tetap akan membayangi kelompok lansia pasca-pensiun, terutama yang berasal dari sektor kerja formal yang telah kehilangan jejaring institusionalnya.

Adaptasi Psikologis dan Spiritualitas

Masa pensiun kerap menjadi fase kritis dalam kehidupan individu, terutama bagi mereka yang terbiasa berada dalam struktur kerja yang terorganisir, seperti di lingkungan PTPN 2 Kebun Sampali. Perpindahan dari rumah dinas yang telah dihuni selama puluhan tahun tidak hanya mengubah kondisi tempat tinggal secara fisik, tetapi juga menandai hilangnya ruang yang sarat dengan simbol sosial dan identitas. Rumah dinas tidak sekadar tempat tinggal, melainkan juga ruang kenangan, status sosial, dan rasa keterikatan dengan institusi. Oleh karena itu, perpindahan ini menjadi tekanan psikologis yang cukup signifikan bagi para pensiunan. Proses adaptasi terhadap perubahan tersebut menunjukkan variasi yang cukup luas, tergantung pada faktor usia, tingkat kesiapan mental, kondisi ekonomi, dukungan keluarga, serta pendekatan spiritual masing-masing individu. Informan dalam penelitian ini mengungkapkan adanya gejala tekanan psikologis ringan yang dialami beberapa pensiunan, seperti perasaan kehilangan arah, kesepian, dan kekosongan aktivitas. Hal ini sejalan dengan studi Elder dan Shanahan (2006), yang menekankan bahwa masa transisi besar dalam kehidupan, termasuk pensiun, sangat berpotensi menimbulkan stres psikososial apabila tidak diimbangi dengan strategi coping yang adaptif.

Salah satu bentuk mekanisme coping yang banyak ditemukan dalam studi ini adalah keterlibatan aktif dalam aktivitas keagamaan. Sebagian besar pensiunan memilih untuk mengisi hari-hari mereka dengan mengikuti pengajian rutin, shalat berjamaah di masjid, tadarus Al-Qur'an, serta mengikuti komunitas dakwah lokal. Aktivitas keagamaan ini bukan hanya bentuk ekspresi spiritual, tetapi juga menjadi medium sosial yang memungkinkan mereka untuk merasa tetap bermakna dan terhubung dengan komunitas. Kegiatan spiritual tersebut terbukti menjadi strategi efektif dalam mereduksi stres dan kecemasan, sekaligus meningkatkan rasa syukur dan penerimaan terhadap kondisi baru. Temuan ini diperkuat oleh Fitriani dan Rohmat (2019) yang menunjukkan bahwa keterlibatan religius pada lansia memiliki efek protektif terhadap gangguan psikologis seperti stres dan depresi, khususnya dalam fase-fase perubahan besar seperti pensiun atau kehilangan pasangan. Spiritualitas memberi makna terhadap pengalaman hidup yang sulit dan memperkuat daya lenting (*resilience*) dalam menghadapi tekanan hidup.

Pernyataan informan seperti “Rezeki sudah ada yang ngatur, yang penting kita tetap ibadah dan bersyukur” merefleksikan bentuk penerimaan transendental yang memungkinkan individu untuk berdamai dengan realitas hidup. Menurut Pargament (2001), strategi coping religius dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu *positive religious coping* (yang bersifat membangun dan mendekatkan diri pada Tuhan) dan *negative religious coping* (yang cenderung fatalistik atau menyalahkan diri sendiri atau Tuhan). Mayoritas pensiunan dalam penelitian ini menunjukkan kecenderungan pada bentuk coping religius yang positif. Namun demikian, tidak semua pensiunan mampu mengakses bentuk coping ini secara efektif. Masih ditemukan kasus pensiunan yang mengalami penurunan kualitas hidup akibat isolasi sosial, kesulitan finansial, dan rendahnya penerimaan terhadap perubahan hidup. Mereka cenderung mengalami gejala depresi ringan dan menarik diri dari interaksi sosial. Dalam kasus ini, peran konseling profesional dan layanan psikososial sangat dibutuhkan. Menurut Lachman dan Agrigoroaei (2010), intervensi psikososial berbasis komunitas sangat penting untuk memfasilitasi proses adaptasi lansia, terutama dalam masa transisi peran sosial dan ekonomi.

Sayangnya, di lingkungan pensiunan PTPN 2 Kebun Sampali, layanan dukungan psikologis atau konseling belum tersedia secara formal, baik dari pihak perusahaan maupun dari pemerintah daerah. Dengan demikian, mekanisme adaptasi psikologis sepenuhnya diserahkan pada individu dan lingkaran sosial terdekat, yang tentu saja tidak selalu memadai. Kondisi ini memperlihatkan pentingnya integrasi pendekatan spiritual dan psikologis dalam kerangka perlindungan sosial terhadap lansia, terutama mereka yang berasal dari latar belakang kerja formal. Adaptasi psikologis dan spiritual para pensiunan menunjukkan bahwa aspek non-material memainkan peran yang tidak kalah penting dibanding aspek ekonomi dalam menentukan kualitas hidup pasca-pensiun. Dalam konteks ini, spiritualitas berfungsi sebagai pelindung mental dan eksistensial, sementara dukungan psikososial yang terstruktur menjadi kebutuhan mendesak untuk mencegah risiko psikopatologi yang lebih berat di masa tua.

Hasil studi menunjukkan bahwa adaptasi sosial oleh pensiunan PTPN 2 Kebun Sampali terwujud melalui jalinan komunitas informal yang memperkuat bonding social capital, yaitu jaringan internal yang memberi dukungan emosional dan akses informasi ekonomi, sementara bridging social capital eksternal masih sangat terbatas karena hambatan teknologi dan jarak (Chen et al., 2023). Penelitian Bai et al. (2021) menemukan bahwa modal sosial seperti partisipasi serta koneksi interpersonal yang kuat secara signifikan mengurangi rasa kesepian pada lansia, menegaskan fungsi komunitas pensiunan sebagai pelindung psikososial (loneliness–social capital). Terputusnya akses ke jaringan kelembagaan maupun layanan formal membuat adaptasi sosial menjadi upaya swadaya yang bergantung pada kemampuan individu membangun solidaritas komunitas besar. Dalam konteks yang sejalan, studi oleh Matsuura et al. (2023) menunjukkan bahwa kohesi sosial tingkat komunitas (community-level social capital) efektif mencegah kebutuhan akan layanan perawatan jangka panjang pada lansia, yang relevan dengan pentingnya komunitas kuat untuk kesejahteraan pensiunan. Dengan demikian, strategi adaptasi sosial yang hanya berbasis hubungan lokal tanpa penguatan struktural dari institusi kemungkinan tidak cukup untuk menjaga kualitas hidup pensiunan. Temuan ini memperkuat urgensi kebijakan yang mendukung pembentukan forum pensiunan, koperasi komunitas, dan jejaring sosial yang terstruktur agar modal sosial tidak eksklusif melainkan inklusif dan berkelanjutan dalam jangka panjang.

SIMPULAN

Strategi adaptasi yang dilakukan oleh pensiunan PTPN 2 Kebun Sampali dalam menghadapi keberlangsungan hidup bersifat multidimensional, melibatkan upaya ekonomi, sosial, serta psikologis dan spiritual yang saling berkaitan dan mempengaruhi. Adaptasi ekonomi dilakukan dengan memanfaatkan dana santunan hari tua untuk membuka usaha mikro, namun keterbatasan keterampilan kewirausahaan menjadikan sebagian besar usaha tidak berkelanjutan dan berisiko tinggi terhadap kerentanan finansial. Di sisi sosial, pensiunan berupaya membangun komunitas informal sebagai bentuk modal sosial internal yang dapat memperkuat dukungan emosional dan akses terhadap informasi, meskipun keterhubungan dengan jaringan eksternal masih sangat terbatas dan belum difasilitasi oleh lembaga formal. Dari aspek psikologis dan spiritual, partisipasi dalam kegiatan keagamaan menjadi strategi coping yang penting untuk membangun ketahanan mental, namun sebagian pensiunan tetap mengalami tekanan psikososial akibat minimnya akses terhadap layanan konseling dan pendampingan profesional. Kondisi ini mencerminkan adanya ketimpangan dalam sistem transisi pasca-pensiun yang terlalu menekankan aspek kompensasi ekonomi dan mengabaikan kebutuhan intervensi sosial dan psikologis secara berkelanjutan. Oleh karena itu, diperlukan desain kebijakan yang lebih holistik, yang tidak hanya memberikan hak-hak finansial bagi pensiunan, tetapi juga menyediakan pelatihan keterampilan, memperkuat komunitas sosial, serta menjamin akses terhadap layanan psikososial dan kesehatan mental agar proses adaptasi berjalan secara manusiawi, bermartabat, dan berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada pihak yang sudah berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian dan penyusunan artikel ini.

REFERENSI

- Anwas, O. M. (2020). Pemberdayaan masyarakat melalui pengembangan usaha ekonomi bagi pensiunan PNS. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat: Media Pemikiran dan Dakwah Pembangunan*, 4(1), 15–26. <https://doi.org/10.14421/jpm.2020.041-02>
- Bai, Z., et al. (2021). Association between social capital and loneliness among older adults. *BMC Geriatrics*, 21, 1–12. <https://doi.org/10.1186/s12877-020-01973-2>
- Balgos, C. Q. (2019). Retirement and Economic Vulnerability of the Elderly in Southeast Asia: Trends and Interventions. *Asian Social Work and Policy Review*, 13(2), 112–125. <https://doi.org/10.1111/aswp.12173>
- Barr, N., & Diamond, P. (2008). *Reforming Pensions: Principles and Policy Choices*. Oxford University Press.
- Bourdieu, P. (1986). The Forms of Capital. In J. Richardson (Ed.), *Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education* (pp. 241–258). Greenwood.
- Chen, Y., et al. (2023). Social capital and loneliness among older adults in community dwellings and

- nursing homes. *Frontiers in Public Health*, 11, Article 1150310. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1150310>
- Elder, G. H., & Shanahan, M. J. (2006). The Life Course and Human Development. In W. Damon & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of Child Psychology* (6th ed., Vol. 1, pp. 665–715). Wiley.
- Fitriani, H., & Rohmat, D. (2019). Strategi Coping Spiritual pada Lansia dalam Menghadapi Masalah Kehidupan Pasca Pensiun. *Jurnal Psikologi Islami*, 5(2), 89–102. <https://doi.org/10.21580/jpi.2019.5.2.4153>
- Ibarra, H. (1995). Race, Opportunity, and Diversity of Social Circles in Managerial Networks. *Academy of Management Journal*, 38(3), 673–703. <https://doi.org/10.5465/256742>
- Lachman, M. E., & Agrigoroaei, S. (2010). Promoting Functional Health in Midlife and Old Age: Long-Term Protective Effects of Control Beliefs, Social Support, and Physical Exercise. *PLoS ONE*, 5(10), e13297. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0013297>
- Matsuura, H., et al. (2023). Preventive role of community-level social capital in the need for long-term care among older adults. *Environmental Health and Preventive Medicine*, 28, Article 46. <https://doi.org/10.1265/ehpm.22-00126>
- Morel, N., Palier, B., & Palme, J. (Eds.). (2012). *Towards a Social Investment Welfare State? Ideas, Policies and Challenges*. Policy Press. <https://doi.org/10.1332/policypress/9781847429247.001.0001>
- Pargament, K. I. (2001). *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*. New York: Guilford Press.
- Putnam, R. D. (2000). *Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community*. New York: Simon & Schuster.
- Susilowati, E., & Rahardjo, T. (2020). Ketahanan Sosial Pensiunan Melalui Komunitas Lansia di Perkotaan. *Jurnal Pembangunan Sosial*, 17(2), 115–128. <https://doi.org/10.22146/jps.v17i2.57398>