

KAJIAN KE ATAS KUALITI HIDUP PESARA: ANALISIS SOROTAN SISTEMATIK

A STUDY ON QUALITY OF LIFE AMONGST RETIREES: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

¹Amirah Saliha Godfrey

²Dzurizah Ibrahim

Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan, Universiti Malaysia Sabah,

¹mieragodfrey600@gmail.com

²idzuri@ums.edu.my

Tarikh dihantar: 14 Mac 2021 / Tarikh diterima: 25 April 2021

Abstrak: Kualiti hidup mempunyai konsep yang kompleks, dinamik dan dapat ditentukan melalui beberapa komponen berbeza. Kajian ini dilakukan bertujuan untuk mengenalpasti apakah aspek yang dapat mempengaruhi kualiti hidup terutamanya pesara. Ia dilakukan dengan menggunakan kajian literatur secara sistematik. Kajian ini dijalankan dengan meneliti sebanyak enam artikel terpilih yang diperolehi dari pangkalan data Science Direct. Artikel yang dirujuk adalah artikel yang telah diterbitkan antara tahun 2011 sehingga tahun 2021. Pemilihan artikel adalah berdasarkan ciri-ciri *inclusion* dan *exclusion* yang telah ditetapkan oleh pengkaji. Artikel tersebut kemudiannya dikaji dan dikelaskan mengikut beberapa tema yang dihasilkan selepas penelitian dilakukan. Hasil daripada analisis kajian mendapati bahawa terdapat tiga tema yang dapat diketengahkan. Tema pertama ialah kualiti hidup pesara dipengaruhi oleh penyertaan sosial dan sokongan sosial, tema kedua ialah pengaruh kesihatan fizikal dan mental/psikologi ke atas kualiti hidup, dan tema yang ketiga ialah pengaruh ekonomi dan suasana tempat tinggal ke atas kualiti hidup. Hampir semua artikel yang dikaji adalah berdasarkan kajian kuantitatif dan merupakan kajian dari luar negara. Akhir sekali, hasil daripada kajian tersebut dapat menerangkan bahawa hubungan sosial, kesihatan mental dan fizikal serta kewangan yang stabil boleh mempengaruhi kualiti hidup pesara.

Kata kunci: kualiti hidup, pesara, sorotan literatur sistematik

Abstract: *Quality of life has a complex, dynamic concept and can be determined through several different components. This study aims to identify what aspects can affect the quality of life, especially retirees. It is done using a systematic literature review. This study was conducted by examining a total of six selected articles obtained from the Science Direct database. The referenced articles are articles that have been published between 2011 to 2021. The selection of articles is based on the characteristics of inclusion and exclusion that have been set by the researcher. The articles were then reviewed and classified according to several themes generated after the research was conducted. Analysis results show that there were three themes that can be identified. Firstly, the quality of life amongst retirees affected by social participation and social support, secondly, the influence of physical and mental health/psychology to quality of life, and third, the influence of economy and living environment to the quality of life. Almost all of the articles reviewed are based on quantitative studies and are studies from abroad. Finally, the results of the study can identify that stable social, mental and physical health and financial relationships can affect the quality of life of retirees.*

Keywords: *Quality of Life, retirees, systematic literature review*

PENDAHULUAN

Makalah ini bertujuan untuk membincangkan faktor yang mempengaruhi kualiti hidup pesara. Hal ini kerana kualiti hidup mempunyai konsep yang kompleks, dinamik, dan berhubungkait dengan beberapa komponen yang mana ianya dapat dibezakan secara subjektif dan objektif. Komponen tersebut terdiri daripada beberapa domain utama yang digunakan untuk mengukur kualiti hidup antaranya persekitaran, sosial, kesihatan dan psikologi. Perkara ini dapat dibuktikan berdasarkan data daripada World Health Organization (WHO) (2012) yang menyatakan bahawa kualiti hidup dapat didefinisikan sebagai persepsi individu terhadap kedudukan mereka dalam kehidupan dalam konteks budaya, sistem nilai yang mana mereka hidup adalah untuk mencapai matlamat, jangkaan, standard, keseimbangan yang mana ianya adalah konsep yang luas yang mana ianya mempengaruhi secara kompleks akan kesihatan fizikal seseorang, keadaan psikologi, tahap kebebasan, hubungan sosial, kepercayaan peribadi dan hubungan mereka dengan ciri-ciri penting di persekitaran mereka. WHO (2012) juga turut menyatakan bahawa terdapat beberapa komponen utama yang digunakan untuk mengukur kualiti hidup tersebut iaitu kesihatan fizikal, psikologikal, tahap kebergantungan, hubungan sosial, persekitaran dan aspek keagamaan/ kepercayaan.

Pesara ialah kumpulan atau individu yang telah berhenti daripada pekerjaan asalnya kerana telah mencapai umur persaraan atau menghadapi keadaan yang menyebabkannya untuk bersara termasuk bersara secara sukarela, mempunyai masalah kesihatan dan sebagainya. Manakala Akta Pencen 1980 menyatakan bahawa terdapat empat jenis persaraan iaitu persaraan paksa, persaraan atas kehendak kerajaan, persaraan pilihan dan juga persaraan kerana penswastaaan. Sebagaimana yang diperuntukkan dalam Akta Pencen 1980 Klausula 10, persaraan paksa boleh berlaku atas beberapa keadaan seperti apabila pesara telah mencapai umur persaraan minimum antara 55 tahun sehingga 60 tahun, persaraan disebabkan faktor kesihatan, serta persaraan atas sebab penghapusan jawatan. Persaraan paksa juga boleh berlaku disebabkan oleh faktor penyusunan semula organisasi, pekerjaan anggota telah ditamatkan demi kepentingan awam, kerana memperoleh kewarganegaraan asing atau dilucutkan kewarganegaraan Malaysia. Akhir sekali, persaraan paksa juga boleh berlaku atas sebab pesara memberi maklumat palsu bagi maksud pelantikan anggota ke dalam perkhidmatan kerajaan (Akta Pencen 1980).

Manakala, Klausula 11 Akta Pencen 1980 turut menyatakan bahawa persaraan atas kehendak kerajaan adalah untuk kepentingan negara, dan bersara demi kepentingan awam atau perkhidmatan pihak berkuasa berkanun atau pihak berkuasa tempatan. Klausula 12 Akta Pencen 1980 juga turut menyatakan bahawa persaraan pilihan pula ialah persaraan atas pilihan pesara itu sendiri, dan persaraan kerana penswastaaan adalah disebabkan oleh dilantik untuk berkhidmat dalam pertubuhan.

Kualiti hidup dapat diukur melalui material living condition (OECD, 2011). Hal ini merangkumi ukuran terhadap pendapatan isi rumah, pendidikan, kesihatan, pemilikan rumah, aset dan perkara yang berkaitan dengan kebendaan dalam kehidupan. Justeru itu, untuk mendapatkan akses kepada *material living condition* yang baik, pendapatan dan juga kemampuan daripada segi kewangan adalah penting. Sementara itu, Gawlik (2013) menyatakan bahawa kualiti hidup dapat diukur dengan *material* dan *non-material* yang mana *non-material* melibatkan melibatkan emosi serta hubungan sesama manusia dan tidak melibatkan kewangan. Sehubungan dengan itu, Jackson (2002) menyatakan bahawa peratusan populasi pesara semakin meningkat dan dijangka akan meningkat daripada 15 peratus dari tahun semasa kepada 25 peratus menjelang pada tahun 2030. Tambahan pula, pesara juga dikatakan akan mengalami krisis persaraan termasuk daripada segi kemiskinan (UNDESA, 2016). Krisis tersebut salah satunya berpunca apabila mereka tidak mempunyai simpanan wang yang mencukupi selepas bersara disebabkan nilai gaji yang sedikit semasa masih bekerja dan

sebagainya. Oleh itu adalah amat penting untuk mengkaji apakah faktor dan komponen yang mempengaruhi kualiti hidup terutamanya bagi golongan pesara.

METODOLOGI

Kajian ini dijalankan dengan menganalisis sorotan literatur secara sistematik. Pangkalan data *Science Direct* dipilih untuk mendapatkan artikel yang berkaitan dengan kualiti hidup pesara. Ciri-ciri bagi *inclusion* dan *exclusion* juga dimasukkan untuk memastikan artikel yang dipilih menepati jangka masa, kualiti dan sesuai untuk kajian. Proses *screening* dan *eligibility* juga turut digunakan dalam kajian ini untuk mendapatkan artikel yang menepati dengan kehendak, skop serta tujuan kajian.

Carian data digunakan dengan memfokuskan kepada beberapa kata kunci dan digabungkan dengan menggunakan teknik *Boolean Operator* seperti berikut:

Boolean operator:

(“*quality of life*” OR “*wellbeing*” AND “*retiree*” OR “*retirement*”)

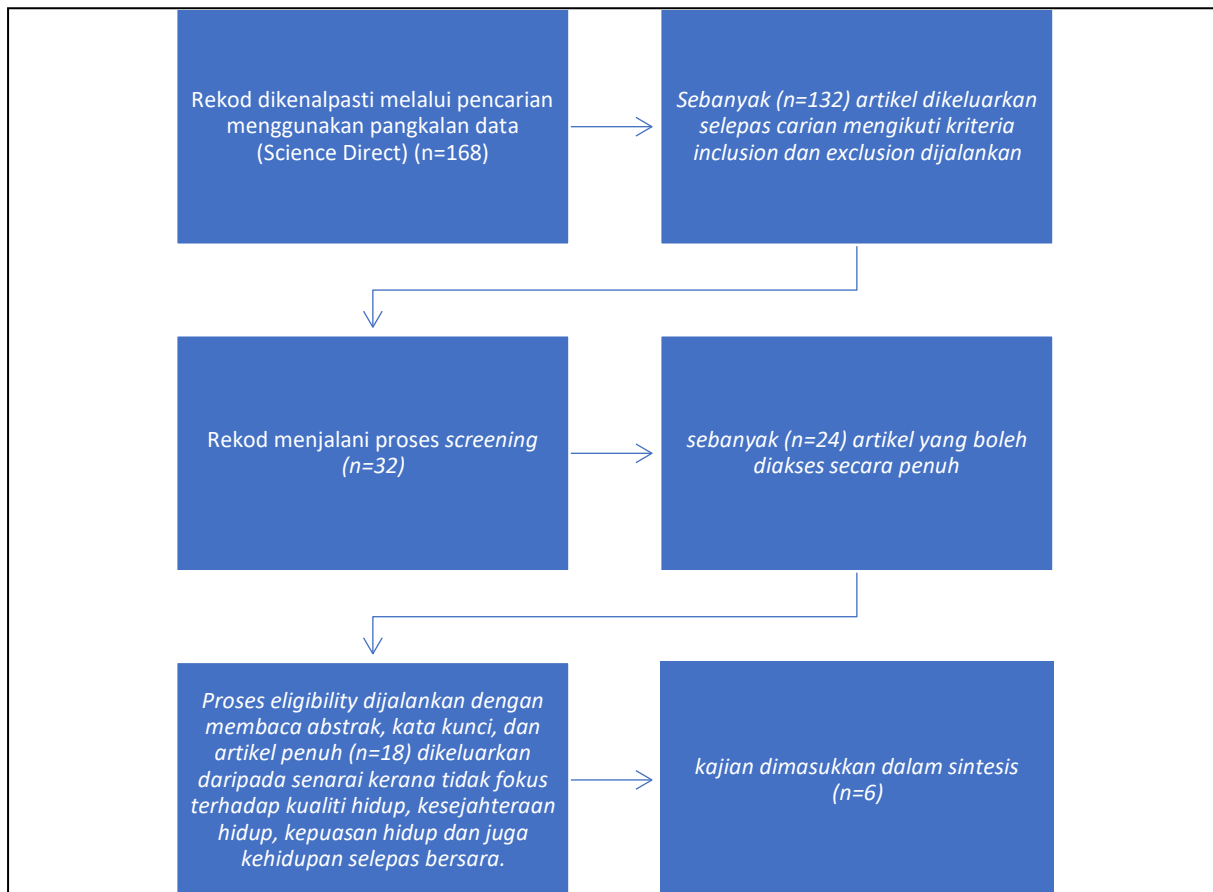
Seterusnya, pangkalan data menunjukkan sebanyak 168 buah artikel yang berkaitan dengan kajian dan juga kata kunci yang digunakan. Langkah seterusnya, pengkaji menggunakan kaedah carian data dengan menentukan kriteria *inclusion* dan *exclusion* yang dipilih oleh pengkaji seperti yang diilustrasikan dalam Jadual 1 berikut.

Jadual 1: Ciri-ciri *Inclusion* dan *Exclusion* di dalam pangkalan data

Ciri-ciri	<i>Exclusion</i>	<i>Inclusion</i>
Tahun/jangkamasa	Artikel dari tahun 2010 ke bawah	Tahun 2011 sehingga Tahun 2021
Jenis artikel	-	Review, research article
Bidang	Selain daripada sains sosial	Sains sosial
Negara	-	Semua negara
Bahasa		Bahasa Inggeris

Inclusion merupakan ciri yang dimasukkan dan dipilih oleh pengkaji manakala *exclusion* ialah ciri yang dikeluarkan dan tidak dipilih dalam carian artikel. Hanya artikel yang diterbitkan antara tahun 2011 sehingga tahun 2021 sahaja yang dipilih. Jenis artikel yang dipilih adalah *review article* dan juga *research article*. Bidang kajian artikel yang dipilih adalah bidang sains sosial, artikel daripada semua negara dipilih dalam kajian ini dan pengkaji memilih artikel yang ditulis dalam bahasa Inggeris sahaja.

Hasil daripada itu, pangkalan data menunjukkan sebanyak 36 artikel yang tinggal dan berkaitan dengan kata kunci dan kajian ini. Proses tapisan (*screening*) dijalankan ke atas 36 artikel. Sebelum proses tapisan dijalankan untuk memastikan artikel penuh boleh diakses adalah sebanyak 24 artikel. Kesemua 24 artikel ini kemudiannya melalui proses *eligibility* dengan proses pembacaan artikel penuh, abstrak dan kata kunci kajian bagi artikel tersebut perlu diambil kira.



Rajah 1: Proses mendapatkan sorotan literatur secara sistematik

DAPATAN KAJIAN

Selepas proses pembacaan dan penelitian artikel penuh, pengkaji mendapati terdapat tiga tema yang dapat dilihat daripada pembacaan artikel. Tema pertama ialah kualiti hidup dipengaruhi oleh penyertaan sosial/ sokongan sosial, tema kedua ialah pengaruh kesihatan fizikal dan mental/ psikologi ke atas kualiti hidup, dan tema yang ketiga ialah pengaruh faktor ekonomi dan suasana tempat tinggal ke atas kualiti hidup. Tema dibentuk hasil daripada analisis terhadap beberapa artikel yang mempunyai persamaan daripada aspek dapatan kajian. Berikut merupakan pecahan artikel mengikut tema selepas pembacaan dan penelitian artikel dijalankan:

Tema 1: Kualiti Hidup dipengaruhi oleh Penyertaan Sosial / Sokongan Sosial

Jadual 2.0: Pengaruh Penyertaan Sosial / Sokongan Sosial ke atas Kualiti Hidup

Penulis (Tahun)	Tajuk Artikel	Kaedah Kajian	Populasi/ Sampel	Dapatan Kajian
Septi Kurnia Lestari, Xaview de Luna, Malin Eriksson, Gunnar	<i>A Longitudinal Study on Social Support, Social Participation Europeans' Quality of Life.</i>	Kuantitatif	Populasi warga tua di 16 buah Negara Eropah bersamaan 64,478	Penyertaan sosial dan juga sokongan sosial merupakan perkara yang penting dalam

<p>Malmberg, Nawi Ng. (2021)</p>			<p>individu berumur dalam lingkungan 50 tahun dan ke atas.</p>	<p>“<i>healthy ageing policy</i>” di Eropah. Mereka yang boleh dan terlibat dalam aktiviti sosial mempunyai kualiti hidup yang lebih baik berbanding yang tidak boleh terlibat dalam aktiviti sosial.</p>
<p>Ziggi Ivan Santini, Paul E. Jose, Ai Koyanagi, Charlotte Meilstrup, Line Nielsen, Katrine R. Madsen, Vibeke Koushede (2020)</p>	<p><i>Formal social participation protects physical health through enhanced mental health: A longitudinal mediation analysis using three consecutive waves of the Survey of Health, Ageing, and Retirement in Europe (SHARE)</i></p>	<p>Kuantitatif</p>	<p>Sebanyak 28982 individu daripada 12 buah negara Eropah yang berumur dalam lingkungan 50 tahun dan ke atas.</p>	<p>Penyertaan sosial secara formal akan meningkatkan lagi tahap kualiti hidup yang mana penyertaan sosial dikatakan mampu mengurangkan tahap kemurungan terutama dalam kalangan warga tua.</p>
<p>Rebecca C. Chandler, Oliver C. Robinson. (2014)</p>	<p><i>Wellbeing in retirement villages: Eudaimonic Challenges and Opportunities</i></p>	<p>Kualitatif dan kuantitatif</p>	<p>18 individu/ residen daripada dua “<i>retirement village</i>” di Selatan Timur England. Residen berumur antara 55 tahun ke atas.</p>	<p>Antara aktiviti yang dijalankan dalam “<i>retirement village</i>” adalah termasuk pengalaman yang kondusif seperti membina kenalan baru, merasa diri selamat dan dilindungi dan pelbagai aktiviti yang mana ianya adalah untuk memupuk hubungan sosial yang baik dalam</p>

				kalangan residen/ pesara.
--	--	--	--	------------------------------

Berdasarkan kajian Kurnia et al. (2021) penyertaan sosial pada hari tua akan meningkatkan lagi kualiti hidup ketahap yang lebih baik. Penyertaan sosial termasuk aktiviti sosial seperti sukarelawan, kerja amal, pendidikan, sukan, kelab sosial, komuniti dan sebagainya yang mana melalui aktiviti ini warga tua boleh bersosial dan bergaul secara aktif antara satu sama lain. Hal ini demikian disokong oleh teori penuaan yang mana teori tersebut menekankan bahawa dengan kekal aktif melalui aktiviti sosial warga tua boleh mengekalkan identiti personal, keyakinan diri, kepuasan dan juga kesejahteraan hidup mereka.

Selanjutnya Ivan et al. (2020) menyatakan bahawa penyertaan sosial akan dapat meningkatkan tahap kualiti hidup terutamanya warga tua atau pesara. Tahap kemurungan atau depresi dalam kalangan pesara atau warga tua juga boleh berkurang dengan wujudnya penyertaan sosial yang tinggi dalam kalangan warga tua. Hal ini kerana, warga tua atau pesara sudah pasti akan mengalami perubahan dalam keadaan hidup mereka yang mana mereka akan kurang bergaul atas sebab faktor kesihatan dan akan cenderung menyebabkan kemurungan. Oleh itu, dengan adanya penyertaan sosial sama ada secara formal atau tidak formal dalam kalangan pesara atau warga tua dengan melibatkan diri mereka dalam aktiviti seperti sukarelawan, kerja amal, bersukan, menyertai organisasi dalam komuniti atau politik, serta aktiviti keagamaan. Melalui penglibatan warga tua atau pesara dalam aktiviti tersebut sudah pastinya akan mengurangkan tahap kemurungan dan menambahbaik kesihatan mental mereka sekaligus meningkatkan lagi tahap kualiti hidup mereka.

Sehubungan dengan itu, berdasarkan sorotan kajian lepas Aishah (2018) menyatakan bahawa komunikasi interpersonal mampu membentuk hubungan interpersonal yang mana hubungan tersebut akan dapat membantu komuniti/ individu dalam pelbagai perkara antaranya seperti mendapatkan pekerjaan, dan sokongan sosial. Malah, hubungan sosial bukan hanya menjurus kepada aktiviti dalam kekeluargaan sahaja malah ia juga merupakan hubungan antara individu dengan masyarakat yang berada disekitar mereka. Hubungan ini tidak hanya wujud dengan hubungan kekeluargaan malah boleh wujud sekiranya terdapat mutual interest sama ada daripada segi gaya hidup, umur dan minat yang sama antara mereka. Kesefahaman yang wujud sudah pastinya akan mewujudkan hubungan sosial dan jaringan sosial yang baik antara mereka. Hal ini sudah semestinya penting bagi pesara dalam memastikan kualiti hidup yang lebih bermakna.

Tema 2: Pengaruh Kesihatan fizikal dan mental / Psikologi ke atas kualiti hidup

Jadual 3.0: Pengaruh Kesihatan Fizikal dan Mental/Psikologi ke atas kualiti hidup

Penulis	Tajuk Artikel	Kaedah Kajian	Populasi/ Sampel	Dapatan Kajian
Ziggi Ivan Santini, Paul E. Jose, Ai Koyanagi, Charlotte Meilstrup, Line Nielsen, Katrine R. Madsen,	<i>Formal social participation protects physical health through enhanced mental health: A longitudinal mediation analysis using three consecutive waves of the</i>	Kuantitatif	Sebanyak 28982 individu daripada 12 buah negara Eropah yang berumur dalam lingkungan 50 tahun dan ke atas.	Persaraan atau usia tua seringkali dikaitkan dengan perubahan hidup, kesunyian, kesihatan merosot, kurang aktiviti sosial sehingga menyebabkan berlakunya kemurungan dalam kalangan warga tua. Kemurungan merupakan salah satu faktor yang

Vibeke Koushede (2020)	<i>Surver of Health, Ageing, and Retirement in Europe (SHARE)</i>			mempengaruhi kualiti hidup terutama di usia tua.
Rebecca C. Chandler, Oliver C. Robinson. (2014)	<i>Wellbeing in retirement villages: Eudaimonic Challenges and Opportunities</i>	kuantitatif dan kualitatif	18 individu/ residen daripada dua “retirement village” di Selatan Timur England. Residen berumur antara 55 tahun ke atas.	Perasaan terhadap penerimaan diri, perasaan selamat dan dilindungi dalam <i>retirement village</i> membuatkan pesara/residen mendapatkan kesejahteraan hidup yang baik.
Lirong Kou, Honggang Xu, Kevin Hannam. (2017)	<i>Understanding seasonal mobilities, health and wellbeing to Sanya, China</i>	Kualitatif	Temubual mendalam terhadap 57 orang pesara migran, 12 orang pegawai kerajaan dan 6 orang ketua daripada <i>Elderly Association of Snowbirds</i> di Sanya, China.	Pesara boleh mengekalkan kesejahteraan hidup mereka dengan baik dengan mengambilkira penjagaan kesihatan mereka. Terdapat beberapa perkara yang menyebabkan pesara/ warga tua berpindah ke Sanya, China. Antaranya adalah kerana mengambil kira faktor kesihatan mereka. Kedua, dengan mengatur kembali kesejahteraan hidup mereka, dan akhir sekali adalah kerana faktor sosial.

Ivan et al. (2020) menjelaskan bahawa kesihatan mental dan psikologi merupakan hal yang penting dalam kualiti hidup. Ini kerana emosi merupakan salah satu perkara yang perlu diambil kira untuk mendapatkan kualiti serta kesejahteraan hidup terutama di usia tua. Kemurungan akan menyebabkan seseorang mengalami pelbagai perkara negatif seperti kemerosotan tahap kesihatan dan mengganggu aktiviti seharian.

Tambahan pula, Chandler dan Robinson (2014) menyatakan bahawa kesejahteraan hidup ialah suatu pengalaman yang subjektif dan ianya berkait rapat dengan kepuasan dan kebahagiaan secara psikologi. Kajian yang dijalankan adalah dengan mengambilkira kepuasan dan tahap kesejahteraan hidup residen/pesara yang tinggal dalam *retirement village* yang mana dapat dilihat dalam beberapa komponen antaranya adalah *personal growth, autonomy, self-acceptance, environmental mastery, positive relations*, dan juga *purpose in life*. Keenam-enam komponen yang digunakan dalam mengenalpasti kesejahteraan hidup pesara/residen adalah berkait rapat dengan kesihatan mental dan fizikal, aktiviti sosial dan persekitaran yang mana ia sejajar dengan pengukur kualiti hidup.

Selain daripada itu, Kou et al. (2020) menyatakan bahawa golongan warga tua di China cenderung untuk keluar dan berpindah dari rumah dan tempat tinggal mereka apabila mereka sudah mencapai usia tua. Kajian beliau mendapati bahawa mereka akan memilih untuk berpindah ke Sanya China kerana mengambil kira faktor kesihatan fizikal apabila sudah lanjut usia. Dalam pada itu, Sanya dikatakan kawasan yang strategik dan mampu memberikan terapi kepada golongan tua kerana mempunyai cuaca yang panas serta udara segar. Hal ini demikian sesuai bagi mereka yang ingin sembuh dan menghidap pelbagai penyakit kronik yang dihadapi terutama di usia tua. Keputusan mereka untuk bermigrasi tidak dinafikan memberi impak kepada hubungan sosial mereka dengan keluarga kerana mereka terpaksa meninggalkan keluarga mereka di kampung halaman. Namun, mereka juga didapati menjalankan hubungan sosial di tempat tinggal yang baru selepas beradaptasi dengan masyarakat sekeliling mereka. Sekaligus, ia mampu memberi impak yang baik kepada kualiti hidup dan kesejahteraan hidup mereka dengan mempunyai hubungan sosial yang positif disamping mendapatkan kesihatan yang baik selepas bermigrasi.

Tema 3: Pengaruh Faktor ekonomi dan suasana tempat tinggal ke atas kualiti hidup

Jadual 4.0: Pengaruh Faktor ekonomi dan suasana tempat tinggal ke atas kualiti hidup

Penulis (Tahun)	Tajuk Artikel	Kaedah Kajian	Populasi/ Sampel	Dapatan Kajian
Marco Tosi, Emily Grundy. (2018)	<i>Returns home by children and changes in parents' well-being in Europe</i>	Kuantitatif dan kualitatif	Individu berumur 50 tahun dan ke atas daripada negara Eropah dikumpul dan di temubual di antara tahun 2007, tahun 2011, tahun 2013, dan tahun 2015	Kualiti hidup ibu bapa/ warga tua akan meningkat sekiranya anak mereka berpindah keluar dari rumah mereka atas sebab berkahwin, mendapat pekerjaan dan menyambung pelajaran. Namun, kualiti hidup mereka akan berkurang apabila anak mereka pulang kerumah sekiranya sudah tidak mempunyai pekerjaan, berpisah dengan pasangan dan sebagainya. Hal ini kerana mereka perlu memberi sokongan kewangan kepada anak mereka dan memberikan tempat tinggal sekiranya anak mereka pulang ke rumah.
Martin Lakomy (2018)	<i>The effects of prolonged working life on</i>	Kuantitatif	Individu yang berumur 50 tahun dan ke atas	Hasil daripada kajian ini mendapati bahawa terdapat pesara yang

	<i>subjective quality of life across Europe</i>		daripada 16 buah negara Eropah	bekerja kembali walaupun sudah bersara. Hal ini kerana ianya sebagai langkah untuk memenuhi keperluan hidup mereka dari aspek ekonomi dan keperluan asas.
--	---	--	--------------------------------	---

Seterusnya, Tosi dan Grundy (2018) menyatakan bahawa kualiti hidup warga tua/ ibu bapa akan berkurang sekiranya anak mereka pulang ke rumah mereka. Lebih-lebih lagi apabila anak mereka sudah tidak mempunyai pekerjaan, bercerai dengan pasangan mereka, dan akhirnya berpindah dan tinggal kembali dengan mereka. Hal ini demikian akan memberikan tekanan emosi dan kewangan kepada mereka kerana perlu menampung perbelanjaan dan memberikan tempat tinggal kepada anak mereka di usia yang tua. Hal ini secara tidak langsung menunjukkan bahawa faktor kewangan mempengaruhi kualiti hidup mereka. Ini kerana, sekiranya mereka mempunyai kewangan dan kawasan tempat tinggal yang stabil sudah pastinya kualiti hidup mereka tidak akan terjejs walaupun anak mereka kembali ke rumah mereka. Walaupun hal ini dilihat ada baiknya daripada segi kesihatan mental kerana mereka akan mempunyai hubungan sosial yang baik dengan anak mereka dan tidak akan merasa kesunyian, namun ia tetap menimbulkan kebimbangan kepada orang tua yang tidak mempunyai kewangan yang stabil daripada segi kewangan untuk menampung kos sara hidup harian mereka.

Hal ini demikian dapat dikaitkan dengan kajian Lakomý (2019) yang mana tujuan kajian adalah untuk mengumpulkan maklumat berkaitan dengan standard kehidupan, keadaan hidup, penyertaan sosial, kesihatan, sokongan sosial serta kualiti hidup. Hasil kajian menunjukkan bahawa terdapat warga tua yang telah bersara tetapi masih lagi memilih untuk bekerja. Ini kerana, mereka memerlukan pekerjaan untuk menampung kos sara hidup mereka walaupun telah bersara. Hal ini menunjukkan bahawa, kewangan dapat dilihat memberi impak yang besar kepada kualiti hidup terutamanya golongan pesara. Ini kerana dengan adanya kewangan yang stabil mereka akan dapat memiliki kebendaan lain yang mampu memperbaiki kualiti hidup mereka terutama selepas bersara.

Berdasarkan Tema 1 dan Tema 2, dapat dilihat bahawa sokongan sosial dan penyertaan sosial, serta faktor kesihatan mental dan fizikal tergolong dalam satu komponen iaitu bukan monetary. Hal ini dimana, sokongan sosial serta kesihatan mental dan fizikal merupakan suatu perkara yang tidak boleh dijamin boleh diperolehi dengan wang ringgit. manakala berdasarkan Tema 3 menunjukkan bahawa faktor monetari ataupun kewangan menjadi salah satu komponen dalam mengukur kualiti hidup khususnya golongan pesara.

KESIMPULAN

Persaraan merupakan keadaan yang tidak boleh dielakkan atas sebab faktor umur yang tidak akan berkurang. Hal ini menyebabkan pesara terpaksa mengalami perubahan yang ketara terutama perubahan dalam faktor kesihatan, hubungan sosial dan sebagainya. Ini kerana pada usia yang tua tidak dinafikan bahawa mereka akan mudah mendapat dan menghidap penyakit disebabkan oleh sistem imunisasi mereka yang semakin berkurang. Antara penyakit yang seringkali dikaitkan dengan usia tua adalah seperti diabetes, kencing manis dan sakit jantung. Tenaga yang semakin berkurang juga akan membuatkan mereka kurang melakukan aktiviti di luar rumah dan bergaul dengan rakan mereka. Hal ini demikian secara tidak langsung akan

menyebabkan mereka merasa sunyi dan mengalami kemurungan. Namun, dapat dilihat bahawa persaraan bukanlah satu perkara yang menimbulkan tekanan kepada pesara namun komponen yang ada dalam kehidupan dalam mengukur kualiti hidup mereka yang menentukannya.

Kualiti hidup dapat diukur dengan menggunakan beberapa aspek dan juga komponen. Dalam sorotan literatur sistematik ini mendapati bahawa terdapat beberapa komponen yang dapat dikenalpasti iaitu daripada aspek monetari dan juga bukan monetari. Monetari merujuk kepada keadaan yang mana kewangan dilihat memberi pengaruh kepada kualiti hidup pesara. Hal ini kerana, tanpa kewangan yang stabil, pesara tidak akan mampu untuk mendapatkan pemeriksaan dan rawatan kesihatan yang baik. Tambahan pula, kewangan yang baik akan memberi kemudahan kepada pesara dalam mendapatkan suasana dan tempat tinggal yang lebih selesa. Dalam erti kata lain, dengan adanya sumber kewangan yang stabil sudah pastinya pesara akan dapat mengakses apa yang mereka mahu dan perlukan untuk kesejahteraan hidup mereka tanpa limitasi. Sehubungan dengan itu, wang bukan hanya aspek yang dapat menentukan sama ada kualiti hidup seseorang itu baik atau tidak. Namun dalam aspek bukan monetari dapat dilihat bahawa emosi, kesihatan dan juga kepuasan pesara juga dilihat antara faktor yang menentukan kualiti hidup mereka.

Kajian ini mempunyai beberapa limitasi kajian. Pertama sekali, kajian ini menggunakan kedah sorotan literatur secara sistematik. Hal ini dimana, kajian dilakukan dengan melihat sorotan kajian lepas tanpa turun ke lapangan mendapatkan data. Kedua, pangkalan data yang digunakan hanya menggunakan satu pangkalan data iaitu *Science Direct*. Oleh itu sumber rujukan yang digunakan hanyalah artikel yang dapat diakses melalui pangkalan data tersebut. Cadangan bagi kajian yang ingin dijalankan pada masa akan datang adalah dengan menggunakan pangkalan data yang pelbagai dan melebihi daripada satu pangkalan data seperti menggunakan *scopus*, *jstor*, dan *web of science*. Kajian secara turun lapangan juga boleh dijalankan untuk mendapatkan data primer yang baru bagi mengenalpasti komponen dan aspek yang mempengaruhi kualiti hidup khususnya pesara.

PENGHARGAAN

Kajian ini dibiayai oleh Kementerian Pengajian Tinggi Malaysia menerusi geran penyelidikan FGRS/1/2020/SSO/UMS/02/19.

RUJUKAN

- Aishah Hossin. (2018). 'Hubungan Interpersonal Sebagai Pengukuhan Jaringan Sosial Dalam Kalangan Komuniti Bajau Laut Di Semporna, Sabah'. *Jurnal Komunikasi Borneo* Vol 6, 30–37.
- Akta Pencen 1980. Undang-Undang Malaysia (Akta 227). Kerajaan Malaysia. <http://mpsegamat.gov.my/sites/default/files/akta11 - akta pencen 1980 akta 227 - bm bi.pdf>. Diakses pada 15 Jun 2021.
- Chandler, R. C., & Robinson, O. C. (2014). 'Wellbeing in retirement villages : Eudaimonic challenges and opportunities'. *Journal of Aging Studies*, vol 31, 10–19.
- Gawlik, R. (2013). 'Material and Non-Material determinants of European Youth's Life Quality'. Cracow University of Economics: Poland <https://MaterialandNon-materialDeterminantsofEuropeanYouthsLifeQuality> Diakses pada 22 Jun 2021
- Ivan, Z., Jose, P. E., Koyanagi, A., Meilstrup, C., Nielsen, L., Madsen, K. R., & Koushede, V. (2020). 'Formal social participation protects physical health through enhanced mental health : A longitudinal mediation analysis using three consecutive waves of the Survey of Health , Ageing and Retirement in Europe (SHARE)'. *Journal of Social Science &*

Medicine, Vol 13,1-12.

- Jackson R. (2012). 'The Global Retirement Crisis'. Center for Strategic and International Studies: Washington. https://csis-website-prod.s3.amazonaws.com/s3fs-public/legacy_files/files/media/csis/pubs/global_retirement.pdf di akses pada 22 Jun 2021
- Kou, L., Xu, H., & Hannam, K. (2020). 'Understanding seasonal mobilities , health and wellbeing to Sanya , China'. *Journal of Social Science & Medicine*, 177, 87–99.
- Kurnia, S., Luna, X. De, Eriksson, M., Malmberg, G., & Ng, N. (2021). 'A longitudinal study on social support , social participation , and older Europeans Quality of life'. *Journal of SSM - Population Health* 13, 1-12
- Lakomý, M. (2019). 'The effects of prolonged working life on subjective quality of life across Europe'. *Journal of Social Science Research*, 82, 33–44.
- Organization Economic Co-operation and Development. (2011), 'Material Living Condition'. Compendium of OECD Well-Being Indicator: Paris . <https://www.oecd.org/sdd/47918045> diakses pada 22 Jun 2021
- World Health Organization. (2012). 'Programme on mental health: WHOQOL User Manual". *Division of Mental Health and Prevention of Substance Abuse: Switzerland*
- Tosi, M., & Grundy, E. (2018). 'Returns home by children and changes in parents ' well-being in Europe'. *Journal of Social Science & Medicine*, 200, 99–106.
- United Nation Department of Economic and Social Affairs programme on ageing. (2016). 'Income Poverty in Old Age'. Department of Economic and Social Affairs programme on ageing: New York. <https://www.un.org/esa/socdev/ageing/documents/PovertyIssuePaperAgeing.pdf> di akses pada 22 Jun 2021