

PENGARUH PENERIMAAN DIRI PADA KONDISI PENSIUN DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECEMASAN MENGHADAPI MASA PENSIUN PADA PEGAWAI NEGERI SIPIL DI KABUPATEN BADUNG

Putu Diana Wulandari dan Made Diah Lestari

*Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana
wulandaridiana96@gmail.com*

Abstrak

Kecemasan menghadapi masa pensiun adalah suatu keadaan khawatir yang dialami oleh individu yang akan memasuki masa pensiun. Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik dapat mengurangi kecemasan dalam menghadapi masa pensiun. Dukungan sosial yang berasal dari keluarga, pasangan, dan teman juga berperan penting dalam mengurangi kecemasan menghadapi masa pensiun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerimaan diri pada kondisi pensiun dan dukungan sosial terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun pada Pegawai Negeri Sipil (PNS). Subjek dalam penelitian ini adalah PNS eselon IIb, eselon IIIa, eselon IIIb dan eselon IVa di Kabupaten Badung yang akan memasuki masa pensiun pada tahun 2017, 2018, 2019 dan 2020, yang dipilih dengan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 88 orang. Alat ukur dalam penelitian ini adalah skala kecemasan menghadapi masa pensiun dengan reliabilitas 0,888, skala penerimaan diri pada kondisi pensiun dengan reliabilitas 0,904, dan skala dukungan sosial dengan reliabilitas 0,935. Metode analisis yang digunakan adalah teknik analisis regresi berganda. Hasil uji regresi berganda menunjukkan $R=0,430$ dan *adjusted R square* sebesar 0,165. Hal ini menunjukkan bahwa variabel penerimaan diri pada kondisi pensiun dan dukungan sosial memiliki hubungan terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun dan memberikan pengaruh sebesar 16,5% terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p<0,05$) sehingga dapat disimpulkan penerimaan diri pada kondisi pensiun dan dukungan sosial secara bersama-sama berpengaruh terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun.

Kata kunci: kecemasan menghadapi masa pensiun, penerimaan diri pada kondisi pensiun, dukungan sosial

Abstract

Pre-retirement anxiety is a state of worry experienced by individuals nearing retirement. Individuals who have a good self-acceptance can reduce their pre-retirement anxiety. Social support from family, spouse and friends also plays an important role in reducing anxiety over retirement. This study aims to determine the effect of self-acceptance of retirement condition and social support on pre-retirement anxiety among civil servants. The subjects in this study are civil servants holding the rank of echelon IIb, echelon IIIa, echelon IIIb, and echelon IVa in Badung Regency who will retire in 2017, 2018, 2019 and 2020, selected using the proportionate stratified random sampling technique. The number of samples in this study is 88 people. The measurement scales used in this research are the pre-retirement anxiety scale with reliability of 0.888, the self-acceptance of retirement condition scale with reliability of 0.904, and the social support scale with reliability of 0.935. The method of analysis used is the multiple regression analysis technique. The result of multiple regression analysis indicates $R=0,430$ and adjusted R square is 0,165. It indicates that the variable of self-acceptance of retirement condition and social support have correlation to pre-retirement anxiety and give influence 16,5% on pre-retirement anxiety with significance value of 0.000 ($p<0.05$) so it can be concluded that self-acceptance of retirement condition and social support jointly affect pre-retirement anxiety.

Keywords: pre-retirement anxiety, self-acceptance of retirement condition, social support

LATAR BELAKANG

Era modern seperti sekarang ini, pekerjaan merupakan salah satu faktor yang dapat mendatangkan kepuasan seperti identitas diri dan sumber penghasilan. Bekerja merupakan kewajiban sekaligus kebutuhan bagi setiap individu. Feist dan Feist (2008) menyatakan kebutuhan manusia yang dikemukakan oleh Abraham Maslow meliputi kebutuhan fisiologis, rasa aman, kasih sayang, harga diri, dan aktualisasi diri. Bekerja mampu memenuhi kebutuhan fisiologis, rasa aman, harga diri, dan aktualisasi diri, yakni karir. Baruch (2004) melihat manajemen karir sebagai proses dimana individu mengembangkan, melaksanakan, serta memantau tujuan karir dan strategi. Jadi, dengan bekerja manusia dapat meningkatkan taraf kesejahteraan dan dapat bertahan hidup.

Bekerja merupakan salah satu usaha bagi setiap individu untuk memenuhi kebutuhannya. Seseorang bekerja untuk memenuhi kebutuhan fisik maupun kebutuhan psikis. Atwater (1983) menjelaskan bahwa seseorang bekerja untuk memenuhi kebutuhan psikologis dan kebutuhan sosial. Fungsi psikologis bekerja adalah sebagai pemenuhan kebutuhan pribadi, seperti mempelajari keterampilan yang baru dan juga mencapai sesuatu yang berharga. Bekerja juga berfungsi sebagai identitas personal, pencegah kebosanan, melayani orang lain, status dan pengakuan. Survei yang dilakukan Renwick dan Lawler (dalam Atwater, 1983) menunjukkan bahwa kebanyakan orang akan terus bekerja bahkan di saat mereka memiliki cukup uang untuk hidup nyaman selama sisa hidupnya. Di sisi lain seseorang memiliki keterbatasan usia dalam bekerja, sehingga saat mencapai usia tertentu, seseorang akan memasuki masa pensiun dan memulai masa istirahat.

Super (dalam Baruch, 2004) menunjukkan paralelisme antara usia kronologi seseorang, keadaan perkembangan dan tahapan karir mereka. Tahapan karir menurut Super adalah pertumbuhan masa kanak-kanak (sampai usia 14 tahun); pencarian dan penyelidikan (sampai usia 25 tahun); pembentukan (sampai usia 45 tahun); kesinambungan atau pemeliharaan (sampai usia 56 tahun); dan penurunan atau pelepasan. Menurut Super, tahapan karir yang terakhir ialah pensiun yang biasanya terjadi pada usia 65 tahun. Undang-Undang No. 5 tahun 2014 menyatakan bahwa usia pensiun Pegawai Negeri Sipil (PNS) di Indonesia adalah 58 (lima puluh delapan) tahun, sedangkan batas usia pensiun PNS yang menduduki jabatan tertentu adalah 60 (enam puluh) tahun tanpa melalui mekanisme perpanjangan oleh Pejabat Pembina Kepegawaian.

Masa pensiun adalah masa yang datangnya berdasarkan pencapaian usia tertentu. Banyak orang beranggapan bahwa masa pensiun merupakan tanda bahwa seseorang sudah mengalami penuaan dan tidak dapat bekerja secara produktif lagi. Bagi orang-orang tua, pensiun adalah masa transisi signifikan yang memengaruhi perubahan (Seligman, 1980).

Ketika hal ini terjadi, perubahan fisiologis tidak dapat dihindari, dan juga dapat mengakibatkan perubahan emosional. Di Indonesia, perubahan-perubahan yang muncul ketika menghadapi masa pensiun juga dialami oleh PNS. Salah satu kasus yang berkaitan dengan PNS yaitu dikabarkan bahwa setidaknya ada PNS yang mengalami *stroke* akibat menjalani masa pensiun. Hal ini dikarenakan pensiunan mengalami masalah penyesuaian terkait dengan faktor ekonomi karena terjadi perbedaan pendapatan yang diterima ketika masih bekerja dan pensiun (Sopian, 2014).

Hurlock (1980) membagi pensiun ke dalam dua jenis, yaitu pensiun sukarela dan wajib pensiun. Pensiun sukarela terjadi ketika seseorang berhenti bekerja sebelum masa wajib pensiun. Hal ini karena alasan kesehatan atau keinginan untuk menghabiskan sisa hidupnya dengan melakukan hal-hal yang lebih berarti buat hidup mereka dibanding pekerjaannya. Berbeda dengan pensiun sukarela, wajib pensiun dilakukan secara terpaksa karena organisasi di mana seseorang bekerja menetapkan usia tertentu sebagai batas seseorang untuk pensiun tanpa mempertimbangkan apakah mereka senang atau tidak. Seseorang yang lebih suka bekerja tetapi dipaksa keluar pada usia wajib pensiun seringkali menunjukkan sikap kebencian dan akibatnya motivasi mereka akan rendah dalam melakukan penyesuaian diri terhadap masa pensiun.

Masa pensiun dapat memberikan dampak positif dan dampak negatif apabila dilihat dari penyesuaian diri seseorang. Penyesuaian diri yang positif ditentukan oleh berbagai faktor antara lain kesehatan, sosial ekonomi, status, usia, jenis kelamin, dan persepsi seseorang terhadap masa pensiun itu (Eliana, 2003). Ketika seseorang dapat menerima keadaannya dengan baik, maka masa pensiun akan diartikan sebagai masa yang menyenangkan. Namun kenyataannya banyak orang belum siap ketika akan menghadapi masa pensiun, sehingga dapat menimbulkan kecemasan yang mengarah pada sindrom pasca pensiun, terutama PNS. Hal ini karena PNS mempunyai aktifitas rutin yang dilakukannya selama bertahun-tahun. Penelitian yang dilakukan oleh Biya (2014) mengatakan bahwa pejabat struktural identik dengan fasilitas pelayanan yang memadai, adanya asistensi, relasi dan pendapatan tinggi yang mengakibatkan keterkaitan antara dukungan sosial dan penyesuaian diri pada masa pensiun akan sangat nampak pada PNS pejabat struktural yang sudah pensiun di Pemerintahan Provinsi Bali.

Masa pensiun seringkali memengaruhi kondisi fisik dan kesehatan individu. Susanto (2013) mengatakan bahwa orang yang mendekati masa pensiun menimbulkan risiko terserang *stroke* dua kali lebih besar dibandingkan dengan orang yang tidak menjalani masa pensiun. Sebagian orang menganggap bahwa masa pensiun merupakan masa yang tidak menyenangkan karena seseorang akan kehilangan aktivitas kerja rutin yang telah dilakukannya selama bertahun-tahun, kehilangan pendapatan, kehilangan identitas yang sudah

melekat begitu lama dan juga kehilangan relasi sosial. Hal tersebut membuat individu beranggapan bahwa pensiun sebagai sesuatu yang negatif. Menurut Birren (dalam Santrock, 2012) individu yang memandang perencanaan pensiun hanya dari sisi finansial tidak beradaptasi sebaik individu yang memiliki perencanaan berimbang. Hal-hal seperti ini menyebabkan seseorang akan mengalami kecemasan dan mendatangkan stres saat menjelang masa pensiun. Kecemasan sebagai keadaan yang emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan yang tegang yang tidak menyenangkan dan perasaan aprehensi, keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi (Nevid, Rathus, & Greene, 2003).

Kecemasan seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor internal maupun faktor eksternal (Stuart, 2006). Faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu, salah satunya adalah penerimaan diri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yudhistira (2014) yang menyatakan bahwa penerimaan diri memberikan sumbangan efektif sebesar 34,5% terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun. Penerimaan diri adalah saat di mana individu dapat menerima kelebihan maupun kekurangan dirinya. Chaplin (2011) mengartikan penerimaan diri sebagai sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas dan bakat sendiri, serta pengakuan akan keterbatasan-keterbatasan sendiri. Penerimaan diri dapat terjadi dalam setiap aspek kehidupan, salah satunya adalah masa transisi. Salah satu masa transisi yang dihadapi individu adalah dari masa bekerja menuju pensiun. Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik maka akan melewati masa transisi dengan sukses dan cenderung melakukan persiapan ketika akan memasuki masa pensiun.

Persiapan dan perencanaan dalam menghadapi masa pensiun bertujuan untuk mengurangi kekhawatiran sehingga individu tidak akan merasa cemas dan takut terhadap kegiatan apa yang akan dilakukannya kelak. Individu akan berpikir realistis bahwa masa pensiun merupakan masa yang menyenangkan. Persiapan dan perencanaan dalam menghadapi pensiun dapat dilakukan dengan konseling. Gerstein (dalam Seligman, 1980) menyatakan beberapa program yang termasuk konseling karir bagi orang dewasa adalah sistem bimbingan karir komputerisasi, strategi dan teknik penilaian, informasi karir, perencanaan karir, seminar, *workshops* atau *group counseling*.

Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar diri individu yang memengaruhi kesiapan dalam menghadapi pensiun salah satunya adalah dukungan sosial. Kesiapan individu dalam menghadapi masa pensiun ini tergantung dari kesiapan individu itu sendiri dan dukungan sosial dari orang-orang sekitarnya, baik dari keluarga, saudara, teman, maupun orang-orang terdekatnya. Dukungan sosial ini bertujuan untuk memberikan *support* agar seseorang yang memasuki masa

pensiun menjadi optimis dengan kehidupannya yang baru. *The National Cancer Institute* (dalam Mattson & Hall, 2011) mendefinisikan dukungan sosial sebagai jaringan keluarga, teman, tetangga, dan anggota masyarakat yang tersedia pada saat dibutuhkan untuk memberikan bantuan secara psikologis, fisik, dan keuangan. Sarafino dan Smith (2011) mendefinisikan dukungan sosial sebagai kenyamanan, perhatian, penghargaan ataupun bantuan yang diterima individu dari orang lain.

Seseorang yang akan memasuki masa pensiun diharapkan mempersiapkan dirinya untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan. Seseorang yang akan memasuki masa pensiun sangat membutuhkan dukungan dari orang-orang di sekitarnya. Keluarga merupakan hal yang paling penting di antara dukungan sosial tersebut, karena keluarga merupakan lingkungan yang paling dekat dengan individu. Isnawati dan Suhariadi (2013) juga mengatakan bahwa dukungan sosial dari teman, keluarga, dan lingkungan sekitar dapat memudahkan individu dalam hal menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi ketika masa pensiun.

Salah satu bentuk dari kecemasan dalam menghadapi masa pensiun adalah sindrom pasca pensiun (*post power syndrome*). Individu yang menduduki jabatan sebelumnya, ketika masa pensiun tiba maka jabatan tersebut akan hilang. Hal ini dapat menyebabkan individu kehilangan identitas dan label pada dirinya. Permasalahan seperti ini sangat rentan bagi individu untuk mengalami kecemasan ketika menjalani masa pensiun, yang biasa disebut dengan sindrom pasca pensiun. Sindrom pasca pensiun adalah salah satu gangguan keseimbangan mental ringan akibat dari reaksi somatisasi dalam bentuk kerusakan fungsi-fungsi jasmaniah dan rohaniah yang bersifat progresif karena individu telah pensiun dan tidak memiliki jabatan ataupun kekuasaan lagi (Kartono & Gulo, 2000).

Subjek yang dipilih pada penelitian ini adalah PNS khususnya pejabat Satuan Kerja Perangkat Daerah (SKPD) Kabupaten Badung, yang terdiri dari Kepala Dinas, Sekretaris, Kepala Bidang, Kepala Bagian, Kepala Seksi, dan Kepala Sub Bidang. Penelitian ini memilih wilayah Kabupaten Badung karena merupakan wilayah dengan Upah Minimum Kabupaten/Kota (UMK) tertinggi di Provinsi Bali. Seseorang dengan pendapatan yang tinggi cenderung mengalami kecemasan saat akan menghadapi masa pensiun. Menurut Brill dan Hayes (1981), salah satu faktor yang memengaruhi kecemasan menghadapi masa pensiun adalah menurunnya pendapatan atau penghasilan, termasuk di dalamnya adalah hilangnya tunjangan.

Berdasarkan seluruh pernyataan di atas, dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri dan dukungan sosial memiliki andil yang besar dalam kecemasan menghadapi masa pensiun. Untuk itu maka dilakukan penelitian terkait hal tersebut dengan judul “Pengaruh Penerimaan Diri pada

Kondisi Pensiun dan Dukungan Sosial terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Pegawai Negeri Sipil di Kabupaten Badung”.

METODE PENELITIAN

Variabel dan Definisi Operasional

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah penerimaan diri pada kondisi pensiun dan dukungan sosial, sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah kecemasan menghadapi masa pensiun. Adapun definisi operasional dari masing-masing variabel penelitian adalah sebagai berikut:

1. Kecemasan menghadapi masa pensiun adalah keadaan emosi yang tidak menyenangkan karena seseorang akan kehilangan aktivitas kerja rutin yang telah dilakukannya selama bertahun-tahun. Kecemasan sebagai keadaan yang emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan yang tegang yang tidak menyenangkan dan perasaan aprehensi. Gejala-gejala kecemasan dalam penelitian ini dikemukakan oleh Nevid, dkk (2003) yaitu gejala fisik, gejala perilaku, dan gejala kognitif. Skor total yang diperoleh menunjukkan seberapa tinggi kecemasan yang dirasakan oleh individu yang akan menghadapi masa pensiun. Diasumsikan semakin tinggi skor total maka semakin tinggi pula kecemasan yang dirasakan, sebaliknya semakin rendah skor total maka semakin rendah pula kecemasan yang dirasakan oleh individu yang akan menghadapi masa pensiun.
2. Penerimaan diri adalah sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, pengakuan akan keterbatasan-keterbatasan sendiri, dan tidak bermasalah dengan dirinya sendiri sehingga mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan. Penerimaan diri pada kondisi pensiun adalah sikap seseorang yang mampu menyesuaikan diri terhadap keadaan pensiun yang akan dihadapinya nanti. Aspek-aspek penerimaan diri dalam penelitian ini dikemukakan oleh Supratiknya (1995) yaitupenerimaan diri yang direfleksikan, penerimaan diri dasar, penerimaan diri yang dikondisikan, evaluasi diri, serta perbandingan diri ideal dan diri sebenarnya. Skor total yang diperoleh menunjukkan seberapa tinggi penerimaan diri pada kondisi pensiun yang dimiliki oleh individu yang akan menghadapi masa pensiun. Diasumsikan semakin tinggi skor total maka semakin tinggi pula penerimaan diri pada kondisi pensiun, sebaliknya semakin rendah skor total maka semakin rendah pula penerimaan diri pada kondisi pensiun yang dimiliki oleh individu yang akan menghadapi masa pensiun.
3. Dukungan sosial adalah bantuan, perhatian, dan dorongan semangat yang didapat dari keluarga maupun

orang-orang terdekat sehingga seseorang memiliki perasaan bahwa mereka berguna bagi orang lain. Aspek-aspek dukungan sosial dalam penelitian ini dikemukakan oleh Sarafino dan Smith (2011) yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informatif, dan dukungan persahabatan. Skor total yang diperoleh menunjukkan seberapa tinggi dukungan sosial yang diterima dan dirasakan oleh individu yang akan menghadapi masa pensiun. Diasumsikan semakin tinggi skor total maka semakin tinggi pula dukungan sosial, sebaliknya semakin rendah skor total maka semakin rendah pula dukungan sosial yang diterima dan dirasakan oleh individu yang akan menghadapi masa pensiun.

Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling design*, yaitu teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota (unsur) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. Teknik dalam *probability sampling design* meliputi *simple random sampling*, *proportionate stratified random sampling*, *disproportionate stratified random sampling*, *area (cluster) sampling* (Sugiyono, 2015). Sampel diambil dengan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang digunakan bila populasi mempunyai anggota/unsur yang tidak homogen dan berstrata secara proporsional.

PNS yang dijadikan sampel penelitian menggunakan taraf kesalahan 5%. Penentuan jumlah sampel dihitung dengan menggunakan rumus Slovin. Teknik pengambilan sampel menggunakan rumus dari Slovin apabila populasi sudah diketahui (Riduwan dan Engkos, 2011). Berdasarkan perhitungan pengambilan sampel dengan menggunakan rumus Slovin, maka anggota populasi yang digunakan sebagai sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 101 orang dari 135 orang yang ada di dalam populasi. Data populasi diambil dari berbagai dinas di Kabupaten Badung, maka pengambilan sampel juga harus dihitung setiap strata kelas. Penghitungan jumlah anggota sampel berstrata dilakukan dengan cara pengambilan sampel secara *proportionate stratified random sampling*.

Subjek dan Tempat Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah PNS pejabat Satuan Kerja Perangkat Daerah (SKPD) Kabupaten Badung yang akan menghadapi masa pensiun. Sampel dalam penelitian ini adalah PNS pejabat SKPD eselon IIb, eselon IIIa, eselon IIIb, dan eselon IVa Kabupaten Badung yang akan memasuki masa pensiun pada tahun 2017, 2018, 2019, dan 2020. Sampel diambil dengan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang

digunakan bila populasi mempunyai anggota/unsur yang tidak homogen dan berstrata secara proporsional. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 88 orang. Proses pengambilan data dilakukan masing-masing dinas di Pemerintahan Kabupaten Badung.

Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kecemasan menghadapi masa pensiun, skala penerimaan diri pada kondisi pensiun, dan skala dukungan sosial. Skala kecemasan menghadapi masa pensiun disusun berdasarkan gejala-gejala kecemasan yang dikemukakan oleh Nevid dkk (2003) yang terdiri dari gejala fisik, gejala perilaku, dan gejala kognitif. Skala kecemasan menghadapi masa pensiun terdiri dari 30 aitem pernyataan. Skala penerimaan diri pada kondisi pensiun disusun berdasarkan aspek-aspek penerimaan diri yang dikemukakan oleh Supratiknya (1995) yang terdiri dari penerimaan diri yang direfleksikan, penerimaan diri dasar, penerimaan diri yang dikondisikan, evaluasi diri, dan perbandingan diri ideal dan diri sebenarnya.. Skala penerimaan diri pada kondisi pensiun terdiri dari 30 aitem pernyataan. Skala dukungan sosial disusun berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial yang dikemukakan oleh Sarafino dan Smith (2011) yang terdiri dari dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan penghargaan. Skala dukungan sosial terdiri dari 36 aitem pernyataan. Pada skala kecemasan menghadapi masa pensiun, skala penerimaan diri pada kondisi pensiun, dan skala dukungan sosial terdapat 4 respon jawaban, yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Pernyataan dalam aitem *favorable* jawaban sangat setuju (SS) diberi skor 4, setuju (S) diberi skor 3, tidak setuju (TS) diberi skor 2, dan sangat tidak setuju (STS) diberi skor 1. Pernyataan dalam aitem *unfavorable* jawaban sangat setuju (SS) diberi skor 1, setuju (S) diberi skor 2, tidak setuju (TS) diberi skor 3, dan sangat tidak setuju (STS) diberi skor 4.

Rentang nilai koefisien korelasi aitem total skala kecemasan menghadapi masa pensiun pada saat pengujian validitas bergerak dari 0,319 hingga 0,699. Hasil reliabilitas skala kecemasan menghadapi masa pensiun dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach* adalah sebesar 0,888 dengan jumlah aitem 21. Nilai ini memiliki arti bahwa skala kecemasan menghadapi masa pensiun mampu mencerminkan 88,8% variasi skor murni subjek. Hasil uji reliabilitas yang didapat menunjukkan bahwa skala kecemasan menghadapi masa pensiun layak digunakan untuk mengukur atribut kecemasan menghadapi masa pensiun.

Rentang nilai koefisien korelasi aitem total skala penerimaan diri pada kondisi pensiun pada saat pengujian validitas bergerak dari 0,361 hingga 0,800. Hasil reliabilitas skala penerimaan diri pada kondisi pensiun dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach* adalah sebesar 0,904 dengan jumlah

aitem 19. Nilai ini memiliki arti bahwa skala penerimaan diri pada kondisi pensiun mampu mencerminkan 90,4% variasi skor murni subjek. Hasil uji reliabilitas yang didapat menunjukkan bahwa skala penerimaan diri pada kondisi pensiun layak digunakan untuk mengukur atribut penerimaan diri pada kondisi pensiun.

Rentang nilai koefisien korelasi aitem total skala dukungan sosial pada saat pengujian validitas bergerak dari 0,368 hingga 0,734. Hasil reliabilitas skala dukungan sosial dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach* adalah sebesar 0,935 dengan jumlah aitem 32, nilai ini memiliki arti bahwa skala dukungan sosial mampu mencerminkan 93,5% variasi skor murni subjek. Hasil uji reliabilitas yang didapat menunjukkan bahwa skala dukungan sosial layak digunakan untuk mengukur atribut dukungan sosial.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah teknik analisis regresi berganda karena ingin mengetahui pengaruh antar variabel yang hendak diukur yaitu pengaruh penerimaan diri pada kondisi pensiun dan dukungan sosial terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun, dengan bantuan perangkat lunak SPSS *release* 20.0.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Subjek

Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 88 orang. Mayoritas subjek adalah berjenis kelamin laki-laki, mayoritas subjek berusia 56 tahun. Jika dilihat berdasarkan eselon, mayoritas subjek merupakan PNS eselon IV. Mayoritas subjek dalam penelitian ini tidak menderita penyakit dan masih memiliki pasangan yang hidup. Jika dilihat berdasarkan jumlah anak, mayoritas subjek memiliki anak 1 atau 2 orang anak.

Deskripsi Data Penelitian

Tabel 1.
Deskripsi Data Penelitian

Variabel	N	Mean Teoretis	Mean Empiris	Std Deviasi Teoretis	Std Deviasi Empiris	Sebaran Teoretis	Sebaran Empiris	t
Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun	88	52,5	40,89	10,5	5,619	21-84	24-55	-19,389
Penerimaan Diri pada Kondisi Pensiun	88	47,5	60,22	9,5	4,930	19-76	53-74	24,194
Dukungan Sosial	88	80	102,35	16	8,342	32-128	89-127	25,136

Berdasarkan tabel 1, terlihat bahwa perbedaan mean empiris dan mean teoretis pada variabel kecemasan menghadapi masa pensiun sebesar 11,61. Mean empiris lebih rendah daripada mean teoretis, artinya bahwa subjek memiliki kecemasan menghadapi masa pensiun yang rendah. Rentang skor subjek penelitian antara 24-55. Kategorisasi kecemasan menghadapi

masa pensiun berdasarkan mean teoretis, pada kategori sangat rendah jumlah subjek sebanyak 15 orang (17,1%), pada kategori rendah jumlah subjek sebanyak 64 subjek (72,7%), dan pada kategori sedang jumlah subjek 9 orang (10,2%). Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek memiliki taraf kecemasan menghadapi masa pensiun yang rendah.

Tabel 2.
Kategorisasi Subjek pada Skala Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun

Rentang Nilai	Kategori	Jumlah	Persentase
$X \leq 36,75$	Sangat Rendah	15	17,1%
$36,75 < X \leq 47,25$	Rendah	64	72,7%
$47,25 < X \leq 57,75$	Sedang	9	10,2%
$57,75 < X \leq 68,25$	Tinggi	0	0%
$68,25 < X$	Sangat Tinggi	0	0%

Berdasarkan tabel 1, terlihat bahwa perbedaan mean empiris dan mean teoretis pada variabel penerimaan diri pada kondisi pensiun sebesar 12,75. Mean empiris lebih tinggi daripada mean teoretis, artinya bahwa taraf penerimaan diri pada kondisi pensiun subjek tinggi. Rentang skor subjek penelitian antara 53-74. Kategorisasi penerimaan diri pada kondisi pensiun berdasarkan mean teoretis, pada kategori tinggi jumlah subjek sebanyak 57 orang (64,8%), pada kategori sangat tinggi jumlah subjek sebanyak 31 subjek (35,2%). Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek memiliki taraf penerimaan diri pada kondisi pensiun yang tinggi.

Tabel 3.
Kategorisasi Subjek pada Skala Penerimaan Diri Pada Kondisi Pensiun

Rentang Nilai	Kategori	Jumlah	Persentase
$X \leq 33,25$	Sangat Rendah	0	0%
$33,25 < X \leq 42,75$	Rendah	0	0%
$42,75 < X \leq 52,25$	Sedang	0	0%
$52,25 < X \leq 61,75$	Tinggi	57	64,8%
$61,75 < X$	Sangat Tinggi	31	35,2%

Berdasarkan tabel 1, terlihat bahwa perbedaan mean empiris dan mean teoretis pada variabel dukungan sosial sebesar 22,35. Mean empiris lebih tinggi daripada mean teoretis, artinya bahwa taraf dukungan sosial subjek tinggi. Rentang skor subjek penelitian antara 89-127. Kategorisasi dukungan sosial berdasarkan mean teoretis, pada kategori tinggi jumlah subjek sebanyak 58 orang (66%), pada kategori sangat tinggi jumlah subjek sebanyak 30 subjek (34%). Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek memiliki taraf dukungan sosial yang tinggi.

Tabel 4.
Kategorisasi Subjek pada Skala Dukungan Sosial

Rentang Nilai	Kategori	Jumlah	Persentase
$X \leq 56$	Sangat Rendah	0	0%
$56 < X \leq 72$	Rendah	0	0%
$72 < X \leq 88$	Sedang	0	0%
$88 < X \leq 104$	Tinggi	58	66%
$104 < X$	Sangat Tinggi	30	34%

Uji Asumsi

Hasil uji normalitas pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5.
Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov-Smirnov	Asymp.Sig (2-tailed) (P)
Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun	1,118	0,164
Penerimaan Diri pada Kondisi Pensiun	1,340	0,055
Dukungan Sosial	1,148	0,143

Berdasarkan hasil uji normalitas pada tabel 5, variabel kecemasan menghadapi masa pensiun menunjukkan nilai Kolmogorov-Smirnov 1,118 dan signifikansi 0,164 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa variabel kecemasan menghadapi masa pensiun berdistribusi normal. Variabel penerimaan diri pada kondisi pensiun menunjukkan nilai Kolmogorov-Smirnov 1,340 dan signifikansi 0,055 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa variabel penerimaan diri pada kondisi pensiun berdistribusi normal. Variabel dukungan sosial menunjukkan nilai Kolmogorov-Smirnov 1,148 dan signifikansi 0,143 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial berdistribusi normal.

Tabel 6.
Hasil Uji Linieritas

			F	Signifikansi
Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun*Penerimaan Diri pada Kondisi Pensiun	Between Groups	Linearity	24,675	0,000
Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun*Dukungan Sosial	Between Groups	Linearity	10,393	0,002

Berdasarkan tabel 6, variabel penerimaan diri pada kondisi pensiun terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun, dukungan sosial terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun memiliki nilai signifikansi *linearity* sebesar 0,000 dan 0,002 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa data kedua variabel memiliki hubungan yang linier terhadap variabel tergantung.

Tabel 7.
Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel	Tolerance	Variance Inflation Factor (VIF)	Keterangan
Penerimaan Diri pada Kondisi Pensiun	0,527	1,898	Tidak terjadi multikolinearitas
Dukungan Sosial	0,527	1,898	Tidak terjadi multikolinearitas

Berdasarkan tabel 7, variabel penerimaan diri pada kondisi pensiun dan dukungan sosial memiliki nilai *tolerance* sebesar 0,527 dan nilai VIF sebesar 1,898, sehingga dapat dikatakan bahwa tidak terjadi multikolinearitas.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik regresi berganda.

Tabel 8.
Hasil Uji Regresi Berganda signifikansi Nilai F.

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Regression	507,025	2	253,513	9,621	0,000
Residual	2239,838	85	26,351		
Total	2746,864	87			

Hasil uji regresi berganda pada tabel 8 menunjukkan F hitung sebesar 9,621 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Kesimpulan berdasarkan hasil yang didapatkan adalah bahwa penerimaan diri pada kondisi pensiun dan dukungan sosial secara bersama-sama berperan terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun.

Tabel 9.
Hasil Uji Regresi Berganda Nilai Koefisien Beta dan Nilai t Variabel Penerimaan Diri pada Kondisi Pensiun dan Dukungan Sosial terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Sig.
	B	Std. Error	Beta	T	
(Constant)	70,817	7,354		9,630	0,000
Penerimaan Diri	-0,472	0,154	-0,415	-3,072	0,003
Dukungan Sosial	-0,014	0,191	-0,021	-0,159	0,874

Hasil uji regresi berganda pada tabel 9 menunjukkan variabel penerimaan diri pada kondisi pensiun memiliki koefisien beta terstandarisasi sebesar -0,415, nilai t sebesar -3,072, dan signifikansi 0,003 ($p < 0,005$), sehingga variabel penerimaan diri berpengaruh secara signifikan terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun. Nilai koefisien beta terstandarisasi pada variabel dukungan sosial sebesar -0,021, nilai t sebesar -0,159, dan signifikansi 0,874 ($p > 0,005$), sehingga variabel dukungan sosial tidak berpengaruh secara signifikan terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun. Hasil uji regresi berganda pada tabel dapat memprediksi kecemasan menghadapi masa pensiun dari masing-masing subjek penelitian dengan melihat persamaan garis regresi sebagai berikut:

$$Y = 70,817 + (-0,472) X_1 + -0,014 X_2$$

Pada rumus tersebut, Y merupakan skor kecemasan menghadapi masa pensiun, X1 merupakan skor penerimaan diri pada kondisi pensiun, dan X2 merupakan skor dukungan sosial. Garis rregresi tersebut memiliki arti:

1. Konstanta sebesar 70,817 menyatakan bahwa jika tidak ada penambahan atau peningkatan skor pada penerimaan diri pada kondisi pensiun maupun dukungan sosial maka taraf kecemasan menghadapi masa pensiun yang dihasilkan sebesar 70,817.
2. Koefisien regresi X1 sebesar -0,472 berarti bahwa setiap penambahan atau peningkatan satuan skor subjek pada variabel penerimaan diri pada kondisi pensiun, maka akan terjadi penurunan taraf kecemasan menghadapi masa pensiun sebesar 0,472.

3. Koefisien regresi X2 sebesar -0,014 berarti bahwa setiap penambahan atau peningkatan satuan skor subjek pada variabel dukungan sosial, maka akan terjadi penurunan taraf dukungan sosial sebesar 0,012.

Analisis Tambahan

Analisis tambahan dalam penelitian ini diuji dengan menggunakan uji *U Mann Whitney* untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan taraf kecemasan menghadapi masa pensiun apabila dikategorikan berdasarkan jenis kelamin, penyakit yang diderita, dan jumlah anak. Analisis tambahan juga menggunakan uji *Kruskal-Wallis* untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan taraf kecemasan menghadapi masa pensiun apabila dikategorikan berdasarkan eselon.

Tabel 10.
Hasil Uji *U Mann Whitney*

	Mann-Whitney U	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)	Keterangan
Jenis Kelamin	799,000	-0,503	0,615	Tidak terdapat perbedaan yang signifikan
Penyakit yang Diderita	377,500	-0,165	0,869	Tidak terdapat perbedaan yang signifikan
Jumlah Anak	856,500	-0,119	0,905	Tidak terdapat perbedaan yang signifikan
Jumlah Anak	856,500	-0,119	0,905	Tidak terdapat perbedaan yang signifikan

Berdasarkan hasil uji *U Mann Whitney* pada tabel 10, variabel kecemasan menghadapi masa pensiun menunjukkan nilai *U Mann Whitney* sebesar 799,000, 377,500, dan 856,500, serta signifikansi 0,615, 0,869, dan 0,905 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan taraf kecemasan menghadapi masa pensiun antara subjek yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, tidak terdapat perbedaan taraf kecemasan menghadapi masa pensiun antara subjek yang menderita suatu penyakit dengan subjek yang tidak menderita suatu penyakit, dan tidak terdapat perbedaan taraf kecemasan menghadapi masa pensiun antara subjek yang memiliki anak 1 atau 2 orang dengan subjek yang memiliki anak lebih dari 2 orang.

Tabel 11.
Hasi Uji *Kruskal-Wallis*

	Chi-Square	df	Asymp. Sig.	Keterangan
Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun	3,146	2	0,207	Tidak terdapat perbedaan yang signifikan

Berdasarkan hasil uji *Kruskal-Wallis* pada tabel 11, variabel kecemasan menghadapi masa pensiun menunjukkan nilai Chi-Square 3,146 dan signifikansi 0,207 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan taraf kecemasan

menghadapi masa pensiun antara subjek eselon II, eselon III, maupun eselon IV.

PEMBAHASAN DAN KESIMPULAN

Penerimaan diri pada kondisi pensiun dan dukungan sosial memberikan pengaruh terhadap kecemasan PNS dalam menghadapi masa pensiun karena terdapat peran yang signifikan dari penerimaan diri pada kondisi pensiun dan dukungan sosial, sehingga hipotesis mayor pada penelitian ini diterima. Peran dari penerimaan diri pada kondisi pensiun dan dukungan sosial dapat dilihat dari koefisien regresi sebesar 0,430, nilai F sebesar 9,621 dengan signifikansi sebesar 0,000. Koefisien determinasi pada penelitian ini memiliki nilai sebesar 0,165, maka dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri pada kondisi pensiun dan dukungan sosial secara bersama-sama menentukan 16,5% taraf kecemasan menghadapi masa pensiun dan 83,5% ditentukan oleh variabel lain yang tidak diteliti.

Kecemasan seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Penerimaan diri merupakan salah satu faktor internal, dan dukungan sosial merupakan salah satu faktor eksternal. Penerimaan diri dan dukungan sosial dapat memengaruhi tingkat kecemasan seseorang dalam menghadapi masa pensiun. Fouquereau, Fernandez dan Mullet (dalam Alpass & Paddison, 2013) mengatakan bahwa faktor yang memengaruhi penyesuaian pensiun dapat dikategorikan ke dalam empat variabel, yaitu situasi, karakteristik pribadi, sumber daya sosial, dan strategi coping. Semakin tinggi penerimaan diri yang dimiliki dan dukungan sosial yang didapatkan, maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dirasakan.

1. Pembahasan Hipotesis Minor I : Penerimaan Diri pada Kondisi Pensiun Berpengaruh terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun pada PNS di Kabupaten Badung.

Hasil analisis koefisien beta terstandarisasi dari penerimaan diri pada kondisi pensiun menunjukkan nilai sebesar -0,415, nilai t sebesar -3,072, dan signifikansi 0,003 ($p < 0,005$), sehingga penerimaan diri pada kondisi pensiun berpengaruh secara signifikan terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun pada PNS di Kabupaten Badung. Ketika individu memiliki penerimaan diri yang baik, maka ia mampu menerima kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya. Allport (dalam Hjelle & Ziegler, 1992) mengatakan bahwa seseorang dikatakan memiliki penerimaan diri ketika ia memiliki gambaran yang positif tentang diri, dapat mengatur dan dapat bertoleransi dengan keadaan emosi, dapat berinteraksi dengan orang lain, dan memiliki persepsi yang realistis dan kemampuan untuk menyelesaikan masalah. Semakin tinggi penerimaan diri yang dimiliki oleh karyawan laki-laki pra pensiun, maka semakin rendah kecemasan yang

dirasakan oleh karyawan laki-laki pra pensiun (Sari, 2012). Apabila seorang karyawan tidak mengelola penerimaan dirinya dengan baik, maka kecemasan yang dirasakan tetap tinggi.

Menurut Palmore (dalam Santrock, 2007), ada beberapa faktor-faktor yang memengaruhi penerimaan diri, seperti dukungan sosial, memiliki kesehatan yang baik, dan berpendidikan tinggi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Yusufina (2016) menunjukkan bahwa penerimaan diri yang dimiliki setiap pegawai yang akan pensiun berpengaruh terhadap kecemasan. Kecemasan pegawai yang akan menghadapi pensiun akan semakin tinggi apabila penerimaan diri yang dimiliki semakin rendah. Dengan adanya penerimaan diri individu akan mampu mengembangkan segala kemampuan dan potensi yang dimiliki dengan optimal.

Penerimaan diri adalah masalah yang penting dan serius dalam kehidupan manusia. Penerimaan diri penting karena merupakan dasar untuk membentuk diri yang baik agar kita dapat menerima kelebihan dan kekurangan yang ada (Karlina, 2016). Individu yang akan menghadapi masa pensiun tidak akan mengalami kecemasan apabila memiliki penerimaan diri yang baik. Menurut Jersild (dalam Nurviana, Siswati & Dewi, 2011), ciri-ciri individu yang dapat menerima keadaan yang terjadi pada dirinya yaitu memiliki kemampuan untuk memandang dirinya secara realistis tanpa harus menjadi malu akan keadaannya, mengenali kelemahan-kelemahan dirinya tanpa harus menyalahkan dirinya, dan menerima potensi dirinya tanpa menyalahkan dirinya atas kondisi-kondisi yang berada di luar kontrol mereka. Pada masa pensiun, hal ini terlihat ketika seseorang dapat menerima keadaan pensiunnya secara tenang dengan segala kelebihan dan kekurangannya, maka mereka akan terbebas dari rasa bersalah dan rasa malu.

2. Pembahasan Hipotesis Minor II : Dukungan Sosial Tidak Berpengaruh terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun pada PNS di Kabupaten Badung

Hasil analisis koefisien beta terstandarisasi dari dukungan sosial menunjukkan nilai sebesar -0,021, nilai t sebesar -0,159, dan signifikansi 0,874 ($p > 0,005$), sehingga dukungan sosial tidak berperan secara signifikan terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun pada PNS di Kabupaten Badung.

Hasil penelitian yang menyatakan bahwa dukungan sosial tidak berpengaruh terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun sejalan dengan Sarafino dan Smith (2011) yang menyatakan bahwa dukungan sosial tidak selalu memberikan efek positif, akan tetapi juga terdapat efek negatif dari dukungan sosial. Beberapa contoh efek negatif yang timbul dari dukungan sosial, antara lain dukungan yang tersedia tidak dianggap sebagai sesuatu yang membantu, dukungan yang

diberikan tidak sesuai dengan apa yang dibutuhkan individu, sumber dukungan memberikan contoh buruk pada individu, dan terlalu menjaga atau tidak mendukung individu dalam melakukan sesuatu yang diinginkannya. Penelitian yang dilakukan oleh Tiliano (2016) menunjukkan bahwa tidak semua perhatian keluarga ditanggapi positif oleh pensiunan. Oleh karena dukungan sosial tidak selalu dianggap positif oleh pensiunan, maka terdapat faktor lain yang harus diperhatikan, seperti penerimaan diri.

Penerimaan diri menjadi faktor penting ketika memasuki masa pensiun. Yuniarti, Ningrum, Widiastuti, dan Asril (2011) menjelaskan bahwa penerimaan diri sangat penting dibandingkan dengan dukungan sosial, baik untuk diri sendiri atau keluarga dan lingkungan. Individu dengan penerimaan diri yang baik dapat menerima situasi pensiun yang akan dihadapinya nanti. Berdasarkan uraian ini dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial tidak efektif tanpa adanya penerimaan diri dari individu yang akan menghadapi masa pensiun.

Hal ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa dukungan sosial dapat memberikan kenyamanan, perhatian serta penghargaan yang diterima individu dari individu lain ataupun dari kelompok (Sarafino & Smith, 2011). Individu yang memiliki dukungan sosial yang baik dan positif akan memiliki harga diri tinggi, kepercayaan diri yang tinggi dan mempunyai pandangan yang lebih optimis, sehingga dalam menghadapi sesuatu yang menyebabkan kecemasan, individu tersebut dapat mengatasinya dengan baik (Bulkhaini, 2015).

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri sebagai hal yang internal lebih penting daripada dukungan sosial. Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik dan dibarengi dengan mendapatkan dukungan sosial akan memiliki kecemasan yang rendah saat menghadapi masa pensiun.

3. Pembahasan Deskripsi Statistik dan Kategorisasi Data Variabel Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun

Berdasarkan hasil deskripsi statistik dan kategorisasi data variabel kecemasan menghadapi masa pensiun, diketahui bahwa mayoritas subjek yaitu 72,7% dengan jumlah subjek 64 orang memiliki taraf kecemasan menghadapi masa pensiun yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa PNS di Kabupaten Badung tidak mengalami kecemasan dalam menghadapi masa pensiun. Kecemasan yang dirasakan oleh pegawai yang akan pensiun itu berhubungan dengan ketakutan yang mereka rasakan setelah pensiun nanti dirinya tidak bisa sepenuhnya memenuhi semua keinginan anak-anaknya maupun keinginan keluarganya dari segi ekonomi, tidak bisa menyelesaikan tugas yang diberikan dengan tepat waktu karena kurang bisa

berkonsentrasi penuh dan juga kurang bisa fokus pada satu hal saja, serta kurang bisa untuk mengontrol emosinya ketika sedang marah (Yuliarti & Mulyana, 2014).

Timbulnya kecemasan menghadapi masa pensiun ini antara lain adalah terjadinya perubahan-perubahan yang tak terduga dalam kehidupan diri pegawai yang bersangkutan setelah masa pensiun nanti, perubahan tersebut antara lain: perubahan keadaan ekonomi keluarga, perubahan status jabatan beserta status sosial yang menyertainya dan perubahan peran (Prasojo, 2011). Ketika individu didukung oleh kondisi lingkungan untuk berpikir positif, maka hal tersebut dapat mengurangi kecemasan dalam menghadapi masa pensiun.

Tingginya tingkat penerimaan diri dan dukungan sosial ada kaitannya dengan karakteristik pada subjek penelitian yaitu subjek memiliki tingkat pendidikan tinggi, status pekerjaan, uang pensiun yang mencukupi, dan status pernikahan. Buhler (dalam Kimmel, 1990) menjelaskan bahwa individu yang memiliki tingkat sosial ekonomi tinggi sudah merasa puas dengan apa yang didapatkannya sehingga adanya rasa aman terhadap penurunan kondisi fisiknya dan rasa aman secara umum terhadap kehidupannya di masa tua. Pada penelitian ini, subjek merupakan PNS eselon II, eselon III, dan eselon IV. PNS yang sudah memasuki masa pensiun akan mendapatkan tunjangan pensiun setiap bulannya. Undang-undang No. 11 tahun 1969 tentang Pensiun Pegawai (Pegawai Negeri Sipil) dan Pensiun Janda/Duda Pegawai mengatur mengenai jaminan hari tua bagi para PNS dan santunan kematian bagi keluarga mereka. Pensiunan PNS dan anggota militer berhak mendapatkan tunjangan pensiun bulanan dan tunjangan hari tua yang dibayarkan sekaligus setelah mencapai usia pensiun. Ariandani (2016) menyatakan bahwa dengan adanya dana pensiun, kesejahteraan para pegawai bisa terjamin di masa tuanya dan mereka juga dapat bekerja dengan tenang.

4. Pembahasan Deskripsi Statistik dan Kategorisasi Data Variabel Penerimaan Diri pada Kondisi Pensiun

Berdasarkan hasil deskripsi statistik dan kategorisasi data variabel penerimaan diri pada kondisi pensiun, diketahui bahwa mayoritas subjek memiliki taraf penerimaan diri yang tinggi yaitu 64,8% dengan jumlah subjek 57 orang. Hal ini menunjukkan bahwa PNS di Kabupaten Badung dapat melakukan penerimaan diri saat akan menghadapi masa pensiun. Penerimaan diri adalah memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri, atau tidak bersikap sinis terhadap diri sendiri, penerimaan diri berkaitan dengan kerelaan membuka diri atau mengungkapkan pikiran, perasaan dan reaksi terhadap orang lain (Supratiknya dalam Marni & Yuniawati, 2015). Individu yang dapat menerima dirinya adalah individu yang menerima kekurangan yang dimilikinya.

Bagi PNS di Kabupaten Badung, penerimaan diri dibutuhkan agar dapat menerima kondisi pensiun yang akan dihadapinya kelak.

Taraf penerimaan diri pada kondisi pensiun yang tinggi pada PNS di Kabupaten Badung disebabkan karena mereka memiliki pendidikan yang tinggi dan mendapatkan dukungan sosial. Seluruh subjek merupakan pejabat SKPD Kabupaten Badung sehingga mereka memiliki pendidikan yang tinggi. Sari dan Nuryoto (2002) mengatakan bahwa faktor yang memengaruhi penerimaan diri adalah pendidikan dan dukungan sosial. Individu yang memiliki pendidikan lebih tinggi akan memiliki tingkat kesadaran yang lebih tinggi pula dalam memandang dan memahami keadaan dirinya. Individu yang mendapatkan dukungan sosial akan mendapatkan perlakuan yang baik dan menyenangkan, sehingga akan menimbulkan perasaan, memiliki kepercayaan serta rasa aman di dalam diri jika seseorang dapat diterima dalam lingkungannya.

Penelitian yang dilakukan oleh Michalak, Teismann, Heidenreich (2011) menemukan bahwa penerimaan diri merupakan variabel mediasi antara harga diridengan depresi. Individu yang memiliki tingkat harga diri yang rendah memiliki penerimaan diri yang rendah sehingga beresiko memunculkan depresi. Sebaliknya, individu yang memiliki harga diri yang tinggi memiliki penerimaan diri yang tinggi sehingga mengurangi resiko munculnya depresi.

5. Pembahasan Deskripsi Statistik dan Kategorisasi Data Variabel Dukungan Sosial

Berdasarkan hasil dekripsi statistik dan kategorisasi data variabel dukungan sosial, diketahui bahwa mayoritas subjek memiliki taraf dukungan sosial yang tinggi yaitu 66% dengan jumlah subjek 58 orang. Tingkat dukungan sosial yang tinggi berarti bahwa individu telah menerima dukungan sosial yang positif dari lingkungan sekitar. Hal ini menunjukkan bahwa PNS di Kabupaten Badung sudah menerima dukungan sosial dari orang-orang terdekat dan lingkungan sekitarnya. Bentuk dukungan sosial yang dibutuhkan PNS menjelang masa pensiun adalah dukungan keluarga, dukungan rekan kerja, dukungan instansi (Sekarsari & Susilawati, 2015). Dalam penelitian ini, bentuk dukungan sosial yang diteliti adalah dukungan keluarga, dukungan pasangan, dan dukungan teman.

Taraf dukungan sosial yang tinggi pada PNS di Kabupaten Badung disebabkan karena adanya dukungan sosial dari pasangan dan anak-anak. Hal tersebut dapat dilihat bahwa sebagian besar subjek masih memiliki pasangan dan anak yang dapat memberikan dukungan. Menurut Dewi (2011), keluarga berperan saat individu menghadapi masa pensiun. Ketika suatu keluarga kurang bisa menerima kenyataan bahwa suami atau ayahnya sudah dekat masa pensiun maka akan

timbul kecemasan menghadapi masa pensiun.

Stanley (2012) menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang memengaruhi dukungan sosial, yaitu adanya kebutuhan fisik, kebutuhan sosial, dan kebutuhan psikis dalam diri individu. Kebutuhan psikis dapat berupa rasa aman, dicintai, dan perasaan dihargai. Contohnya adalah individu yang akan menghadapi masa pensiun memerlukan dukungan dari orang-orang sekitarnya agar individu tersebut merasa tetap dihargai dan dicintai meskipun akan menghadapi masa pensiun. Dukungan sosial dibutuhkan agar individu tidak mengalami kecemasan dalam menghadapi masa pensiun. Menurut Stanley (2012), individu yang sedang menghadapi masalah baik ringan maupun berat, maka orang tersebut akan cenderung mencari dukungan sosial dari orang-orang sekitar sehingga dirinya merasa dihargai, diperhatikan dan dicintai.

Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh calon pensiunan, maka akan semakin tinggi pula kesiapan menghadapi pensiun PNS (Fardila, Rahmi & Putra, 2014). Diana dan Kuncoro (dalam Kintaninani, 2013) menyatakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka kecemasan dalam menghadapi masa pensiun akan semakin rendah. Sehingga dibutuhkan penelitian lebih lanjut untuk melihat bagaimana peranan dukungan sosial dan melihat aspek dukungan sosial yang mempunyai pengaruh yang lebih besar dalam menghadapi kecemasan dalam menghadapi masa pensiun.

6. Pembahasan Analisis Tambahan

Hasil analisis tambahan dengan menggunakan uji *U Mann Whitney* pada variabel kecemasan menghadapi masa pensiun diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan taraf kecemasan menghadapi masa pensiun antara subjek yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan pada PNS di Kabupaten Badung. Hal ini dibuktikan dengan uji komparasi dengan teknik *U Mann Whitney*, yang menunjukkan skor probabilitas sebesar 0,615 ($p > 0,05$). Artinya tidak terdapat perbedaan taraf kecemasan menghadapi masa pensiun antara subjek yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan pada PNS di Kabupaten Badung. Hal ini didukung dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2011) yang mengungkapkan bahwa secara keseluruhan kecemasan menghadapi masa pensiun pada laki-laki dan perempuan tidak berbeda jauh. Penelitian yang dilakukan oleh Mina (2004) menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan kecemasan pada saat menghadapi masa pensiun ditinjau dari jenis kelamin pada pegawai negeri. Hal tersebut dapat disebabkan oleh beberapa kemungkinan, yaitu subjek sudah siap menghadapi masa pensiun, tanggungan anak tidak banyak, dan memiliki pendapatan yang cukup tinggi.

Hasil analisis tambahan dengan menggunakan uji *U Mann*

Whitney pada variabel kecemasan menghadapi masa pensiun diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan taraf kecemasan menghadapi masa pensiun antara subjek yang menderita suatu penyakit dengan subjek yang tidak menderita suatu penyakit. Hal ini dibuktikan dengan uji komparasi dengan teknik *U Mann Whitney*, yang menunjukkan skor probabilitas sebesar 0,869 ($p > 0,05$). Artinya tidak terdapat perbedaan taraf kecemasan menghadapi masa pensiun antara subjek yang menderita suatu penyakit dengan subjek yang tidak menderita suatu penyakit. Hasil ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Sharpley dan Layton (1998) yang menjelaskan bahwa kesehatan fisik yang baik pada pra-pensiun berkaitan dengan tingkat kepuasan pasca-pensiun. Hal ini berkaitan dengan konsep sehat dan sakit menurut Sarafino dan Smith (2011), khususnya pada aspek psikologis. Seseorang yang sehat secara subjektif kemungkinan dapat menghadapi masa pensiun lebih baik daripada seseorang yang sehat secara objektif. Menurut Sarafino dan Smith (2011) emosi yang positif menyebabkan seseorang bahagia dan lebih mampu menerima keadaan diri saat ini, sehingga menyebabkan seseorang lebih mampu menghadapi masa pensiun dengan lebih baik. Persepsi seseorang mengenai kondisi kesehatannya lebih penting dibandingkan dengan kondisi kesehatan yang sebenarnya. Pernyataan tersebut juga didukung oleh teori realitas subjektif dan objektif. Teori tersebut menyatakan bahwa realitas subjektif akan mengendalikan perilaku lebih kuat dari lingkungan fisik (Hergenhahn, 2009).

Hasil analisis tambahan dengan menggunakan uji *U Mann Whitney* pada variabel kecemasan menghadapi masa pensiun diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan kecemasan menghadapi masa pensiun antara subjek yang memiliki anak 1 atau 2 orang dengan subjek yang memiliki anak lebih dari 2 orang. Hal ini dibuktikan dengan uji komparasi dengan teknik *U Mann Whitney*, yang menunjukkan skor probabilitas sebesar 0,905 ($p > 0,05$). Artinya tidak terdapat perbedaan taraf kecemasan menghadapi masa pensiun antara subjek yang memiliki anak 1 atau 2 orang dengan subjek yang memiliki anak lebih dari 2 orang. Berbeda dengan penelitian Putri (2011) yang menyatakan bahwa semakin banyaknya anak akan semakin banyak pula bantuan yang diberikan kepada lansia dan semakin banyak anak maka semakin rendah tingkat stres subjek. Ketika seseorang memiliki banyak anak, maka hal ini dapat mengurangi kecemasan seseorang dalam menghadapi masa pensiun karena memungkinkan seseorang memperoleh dukungan sosial yang besar dan tidak menjadi kesepian. Penelitian yang dilakukan oleh Setyabudi (2016) mengatakan bahwa kebanyakan pensiunan menganggap keluarga mampu menguatkan dan mampu memberikan dukungan sehingga pensiunan merasa tidak sendirian. Silverstein dan Bengtson (dalam Damman & Duijn, 2016) mengatakan bahwa ketika seseorang mengalami peristiwa penting dalam kehidupannya, menerima dukungan dari

seorang anak memiliki pengaruh positif pada kesejahteraan orang tua.

Hasil analisis tambahan dengan menggunakan uji *Kruskal Wallis* pada variabel kecemasan menghadapi masa pensiun diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan taraf kecemasan menghadapi masa pensiun antara subjek eselon II, eselon III, maupun eselon IV. Hal ini dibuktikan dengan uji komparasi dengan teknik *Kruskal Wallis*, yang menunjukkan skor probabilitas sebesar 0,207 ($p > 0,05$). Artinya tidak terdapat perbedaan taraf kecemasan menghadapi masa pensiun antara subjek eselon II, eselon III, maupun eselon IV. PNS di Kabupaten Badung dengan eselon II, eselon III dan eselon IV memiliki posisi jabatan struktural yang lebih tinggi daripada PNS lainnya sehingga tidak mengalami kecemasan dalam menghadapi masa pensiun. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusumarini (2006) yang menyatakan bahwa subjek eselon II, eselon III, dan eselon IV telah memiliki persiapan dan pengetahuan yang baik dalam menghadapi masa pensiun cenderung memiliki sikap yang positif dalam menghadapi masa pensiun. Meskipun ditemukan adanya indikasi kecemasan dalam menghadapi masa pensiun, namun kecemasan ini hanya dalam taraf yang rendah. Hal ini menyatakan bahwa subjek telah memiliki penerimaan diri yang baik terhadap masa pensiun, sehingga subjek cenderung memiliki kecemasan yang rendah.

Keterbatasan penelitian ini adalah penelitian ini hanya dilakukan pada pegawai negeri yang berada dalam satu wilayah saja, sehingga hasil penelitian ini tidak dapat digeneralisasi pada semua pegawai negeri. Penerapan penelitian untuk populasi yang lebih luas, memerlukan penelitian lebih lanjut, seperti penambahan jumlah sampel dan memperhatikan variabel-variabel lain yang belum disertakan ataupun dengan memperluas ruang lingkup penelitian. Penelitian ini hanya membahas dua faktor yang dapat memengaruhi kecemasan menghadapi masa pensiun yaitu penerimaan diri dan dukungan sosial saja, sementara masih banyak variabel lain yang dapat diteliti dan digali lebih lanjut. Variabel penelitian ini menggunakan kuesioner yaitu terkadang jawaban yang diberikan oleh subjek tidak menunjukkan keadaan subjek yang sesungguhnya. Penggalan informasi tidak cukup hanya dengan pertanyaan yang tertutup tetapi harus banyak menggali pertanyaan dengan pendekatan kualitatif.

Berdasarkan penelitian dan analisis data yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan, yaitu penerimaan diri pada kondisi pensiun dan dukungan sosial secara bersama-sama berpengaruh terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun pada PNS di Kabupaten Badung, penerimaan diri pada kondisi pensiun berpengaruh terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun pada PNS di Kabupaten Badung, dukungan sosial tidak berpengaruh terhadap kecemasan menghadapi masa

pensiun pada PNS di Kabupaten Badung, kecemasan menghadapi masa pensiun pada PNS di Kabupaten Badung tergolong rendah, karena mayoritas subjek memiliki taraf kecemasan menghadapi masa pensiun yang rendah, penerimaan diri dan dukungan sosial pada PNS di Kabupaten Badung tergolong tinggi, karena mayoritas subjek memiliki taraf penerimaan diri yang tinggi, dan tidak terdapat perbedaan taraf kecemasan menghadapi masa pensiun berdasarkan jenis kelamin, eselon, penyakit yang diderita, dan jumlah anak pada PNS di Kabupaten Badung.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, beberapa saran yang dapat diberikan kepada PNS adalah PNS diharapkan dapat mempertahankan taraf penerimaan diri yang sudah tinggi dan memiliki kemampuan internal untuk mengurangi kecemasan menghadapi masa pensiun, serta diharapkan untuk dapat memperhatikan dukungan sosial sehingga mampu mempertahankan dukungan sosial yang sudah tinggi. Saran bagi instansi yaitu mengadakan pelatihan-pelatihan bagi karyawan yang memasuki masa pensiun. Beberapa saran juga diberikan pada peneliti selanjutnya, seperti diharapkan mampu melakukan penelitian mengenai kecemasan menghadapi masa pensiun pada subjek yang bukan PNS, tidak memiliki jabatan, dan melakukan penelitian dengan faktor-faktor di luar faktor penerimaan diri dan dukungan sosial karena masih terdapat 83,5% faktor lain yang dapat memengaruhi kecemasan menghadapi masa pensiun.

DAFTAR PUSTAKA

- Alpass, F. & Paddison, J. (2013). *Psychological dimension of retirement*. Palmerston North, NZ: Massey University.
- Ariandani, D.L.R. (2016). Dampak sosial ekonomi dari pekerjaan sector informal yang dilakukan oleh pensiunan PNS di Kabupaten Madiun. *Skripsi*. Jurusan Ilmu Kesejahteraan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik, Universitas Jember, Jember.
- Atwater, E. (1983). *Psychology of adjustment* (2nd ed.). New Jersey: Prentice Hall, Inc.
- Baruch, Y. (2004). *Managing careers – theory and practice*. London: Prentice Hall.
- Biya, C.I.M.J. (2014). Hubungan dukungan sosial dan penyesuaian diri pada masa pensiun pejabat struktural di pemerintahan Provinsi Bali. *Skripsi*. Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Denpasar.
- Brill, P.L. & Hayes, J.P. (1981). *Taming your turmoil: Managing the transitions of adult life*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall Inc.
- Chaplin, J.P. (2011). *Kamus lengkap psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Bulkhaini, D. (2015). Hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan dalam menghadapi SBMPTN. *Naskah Publikasi*. Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta.
- Damman, M. & Duijn, R.V. (2016). Intergenerational support in the transition from work to retirement. *Work, Aging and Retirement*, 3 (1), 66-76.
- Dewi, A.K. (2011). Hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada Pegawai Negeri Sipil. *Ringkasan Skripsi*. Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret, Surakarta.
- Eliana, R. (2003). Konsep diri pensiunan. *Tesis*. Medan: USU. Diakses pada Maret 2016. Available: www.library.USU.ac.id
- Fardila, N., Rahmi, T., & Putra, Y.Y. (2014). Hubungan dukungan sosial keluarga dengan kesiapan menghadapi pensiun pada Pegawai Negeri Sipil. *Jurnal RAP UNP*, 5 (2), 157-168.
- Feist, J. & Feist, G.J. (2008). *Theories of personality* (7th ed.). New York: The McGraw-Hill Companies.
- Hergenhahn, B.R. (2009). *An introduction to the history of psychology*. Belmont: Wadsworth Cengage Learning.
- Hjelle, L.A. & Ziegler, D. J. (1992). *Personality theories basic assumptions, research, and applications*. Singapore: McGraw Hill International Book Company.
- Hurlock, E.B. (1980). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Isnawati, D. & Suhariadi, D.H. (2013). Hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri masa persiapan pensiun pada karyawan PT. Pupuk Kaltim. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 02 (1), 1-6.
- Karlina, A. (2016). Hubungan gaya hidup hedonis dan jenis pekerjaan terhadap penerimaan diri menghadapi pensiun pada Pegawai Negeri Sipil di Kota Samarinda. *eJournal Psikologi*, 4 (2), 144-155. Diakses pada Maret 2017. Available: [http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2016/01/eJournal%20\(01-18-16-11-27-31\).pdf](http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2016/01/eJournal%20(01-18-16-11-27-31).pdf)
- Kartono, K. & Gulo, D. (2000). *Kamus psikologi*. Bandung: CV. Pionir Jay.
- Kimmel, D.C. (1990). *Adulthood and aging*. New York: John Willwy and Sons. Inc.
- Kintaninani, A. (2013). Kebermaknaan hidup pegawai dalam menghadapi pensiun. *Skripsi*. Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta.
- Kusumarini, C.D. (2006). Pengaruh sikap menghadapi pensiun terhadap penyesuaian diri menjelang masa pensiun. *Skripsi*. Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, Semarang.
- Marni, A. & Yuniawati, R. (2015). Hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta. *Jurnal Fakultas Psikologi*, 3 (1), 1-7.
- Mattson, M. & Hall, J.G. (2011). *Health as communication nexus: A service learning approach*. Dubuque: Kendall Hunt Publishing.
- Michalak, J., Teismann, T., Heidenreich, T., Strohle, G., & Vocks, S. (2011). Buffering low self-esteem: The effect of mindful acceptance on the relationship between self-esteem and depression. *Personality and Individual Differences*, 50, 751-754.

- Mina. (2004). Perbedaan kecemasan saat menghadapi masa pensiun ditinjau dari jenis kelamin pada pegawai negeri. *Skripsi*. Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Widya Mandala, Surabaya.
- Nevid, J.S., Rathus, S.A., & Greene, B. (2003). *Psikologi abnormal* (edisi kelima). Alih Bahasa: Tim Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Nurviana, E.V., Siswati., & Dewi, K.S. (2011). Penerimaan diri pada penderita epilepsi. *Laporan hasil penelitian*. Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro, Semarang. Available: <http://eprints.undip.ac.id/10783/1/jurnal.pdf>
- Prasojo, B.D. (2011). Kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai Kementerian Agama yang istrinya bekerja dan tidak bekerja. *Skripsi*. Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, Semarang.
- Putri, I.H. (2011). Hubungan kemandirian dan dukungan sosial dengan tingkat stress lansia. *Skripsi*. Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor, Bogor.
- Riduwan & Engkos, A.K. (2011). *Cara menggunakan dan memakai path analysis (analisis jalur)*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Santrock, J.W. (2007). *Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W. (2012). *Life-span development* (13th ed.). Alih Bahasa: Achmad Chusairi & Juda Damani. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E.P. & Smith, T.W. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (7th ed.). Canada: John Milley and Sons Inc.
- Sari, E.P. & Nuryoto, S. (2002). Penerimaan diri pada lanjut usia ditinjau dari kematangan emosi. *Jurnal Psikologi*, 2, 73-88.
- Sari, N.K.M.P. (2012). Hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan pada karyawan laki-laki pra pensiun. *Skripsi*. Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.
- Sekarsari, N.K.W.D., & Susilawati, L.K.P.A. (2015). Bentuk-bentuk dukungan sosial pada Pegawai Negeri Sipil menjelang masa pensiun. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), 172-184.
- Seligman, L. (1980). *Developmental career counseling and assessment* (2nd ed.). London: SAGE.
- Setyabudi, A.M. (2016). Perbedaan kesejahteraan psikologis pada masa pensiun ditinjau dari status pernikahan. *Skripsi*. Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.
- Sharpley, C.F. & Layton, R. (1998). Effects of age of retirement, reason for retirement, and pre-retirement training on psychologist and physical health during retirement. *Australian Psychologist*, 33(2), 119-124.
- Sopian, S. (2014). Dikabarkan stroke, waryono berlibur ke raja ampat. Diakses pada April 24, 2017. Available: <http://hutte-stijl.com/2014/01/dikabarkan-stroke-waryono-berlibur-ke.html?m=1>.
- Stanley, J.B. (2012). *Pengantar komunikasi massa*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Stuart, G.W. (2006). *Buku saku keperawatan jiwa* (edisi kelima). Jakarta: EGC.
- Sugiyono (2015). *Statistik nonparametris untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Supratiknya, A. (1995). *Komunikasi antar pribadi: Tinjauan psikologi*. Yogyakarta: Kanisius.
- Susanto, G.A. (2013). Awas, pensiun picu serangan stroke! Kok Bisa?. Diakses pada April 24, 2017. Available: <http://health.liputan6.com/read/714921/awas-pensiun-picu-serangan-stroke-kok-bisa>.
- Tiliano, P.A. (2016). Hubungan post power syndrome dengan kecemasan lansia menghadapi masa pensiun di Desa Mapagan Kelurahan Lerep Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. *Skripsi*. Program Studi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Ngudi Waluyo, Ungaran.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 5 Tahun 2014 Tentang Aparatur Sipil Negara. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2014 Nomor 6.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 1969 Tentang Pensiun Pegawai dan Pensiun Janda/Duda Pegawai. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1969 Nomor 42.
- Yudhistira, V. (2014). Kecemasan menghadapi masa pensiun pada Pegawai Negeri Sipil Daerah Istimewa Yogyakarta ditinjau dari penerimaan dirinya. *Skripsi*. Universitas Gajah Mada, Yogyakarta.
- Yuliarti, V. & Mulyana, O.P. (2014). Hubungan antara kecemasan menghadapi pensiun dengan semangat kerja pada pegawai PT. Pos Indonesia (Persero) kantor pusat Surabaya. *Character*, 03(02), 1-5.
- Yuniarti, K.W., Dewi, C., Ningrum, R.P., Widiastuti, M., & Asril, N.M. (2011). Illness perception, stress, religiosity, depression, social support, and self management of diabetes in Indonesia. *Laporan Hasil Penelitian*. Universitas Gajah Mada, Yogyakarta. Diakses pada Februari 2017. Available: <http://www.consortiacademia.org/index.php/ijrsp/article/view/185/137>
- Yusfina. (2016). Pengaruh penerimaan diri dan kecerdasan emosi dengan kecemasan pada pegawai yang akan menghadapi masa pensiun di pemerintahan Kabupaten Kutai Timur. *Jurnal Psikoborneo*, 4 (2), 330-340.