

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA
DAN KEBERSYUKURAN TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN PADA PEGAWAI NEGERI SIPIL PRA
PENSIUN DI KOTA YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya
Program Studi Psikologi Universitas Islam Indonesia
Untuk Memenuhi Sebagian dan Syarat-syarat Guna Memperoleh
Derajat Sarjana S1 Psikologi



Oleh :

Nadia Rizky Nur Amalia
15320077

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
YOGYAKARTA**

2022

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul :

Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga dan Kebersyukuran terhadap Tingkat Kecemasan pada Pegawai Negeri Sipil Pra Pensiun di Kota Yogyakarta Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Untuk Memenuhi Sebagian Dari syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana S1 Psikologi
Pada Tanggal

Oleh

Nadia Rizky Nur Amalia
15320077

Mengesahkan

Program Studi Psikologi
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya
Universitas Islam Indonesia

Resnia Novitasari, S.Psi., M.A

Dewan Penguji

Tanda Tangan

- 1.
- 2.
- 3.

PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Nadia Rizky Nur Amalia
No Mahasiswa : 15320077
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : *Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga dan Kebersyukuran Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pegawai Negeri Sipil Pra Pensiun*

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa :

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan tindak pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Islam Indonesia. Oleh karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.
3. Apabila di kemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan oleh Universitas Islam Indonesia

nyatakan

Nadia Rizky Nur Amalia

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah robbil 'alamin

Karena Ridho Allah SWT karya ini pada akhirnya terselesaikan

Untuk diriku sendiri Nadia Rizky Nur Amalia

Terimakasih sudah kuat dan berjuang sampai ahir untuk menyelesaikan karya tulis ini.

Untuk Pak Bambang Pujianto (Alm) dan Ibu Ir Nurkhasanah (Almh)

Terimakasih dan maaf sudah menunggu cukup lama untuk aku menyelesaikan karya tulis ini.

Untuk Rizka Ratna Nurvitasari

Terimakasih untuk segala support dan tuntutannya, sehingga aku harus dan berhasil menyelesaikan karya tulis ini.

MOTTO

“Jangan menyerah saat do’a-do’a mu belum terjawab. Jika kamu mampu bersabar, maka Allah mampu memberikan lebih dari apa yang kamu minta”

Nadia-2021

“TIDAK ada TAKDIR yang TERLAMBAT, Semuanya Akan TIBA pada Timming yang TEPAT”

”Setiap orang sedang berjuang dengan caranya masing-masing untuk membuat dirinya merasa sedikit lebih baik, yang mungkin tidak bisa kamu mengerti. Bukan karena dia tidak terlihat berjuang di medan yang sama denganmu, berarti dia sedang tidak memperjuangkan sesuatu”

PRAKATA

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Segala puji bagi Allah *subhanahu wa ta'ala* atas karunia, rahmat dan nikmat-Nya sehingga karya ini dapat terselesaikan. Keselamatan dan kesejahteraan semoga senantiasa tercurah kepada junjungan kita Rasulullah *shallallahu alaihi wa salam*.

Karya ini terselesaikan atas bantuan dan dukungan dari banyak pihak. Untuk itu izinkan saya menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Bapak Dr. Fuad Nashori S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya UII
2. Ibu Dr.Phil. Emi Zulaifah Dra. M.Sc, Psikolog Selaku dosen pembimbing skripsi yang telah sabar membimbing dan meluangkan waktunya hingga karya ini selesai.
3. Ibu Hazhira Qudsyi, S.Psi., M.A. Selaku dosen pembimbing akademik yang telah membimbing saya selama proses perkuliahan.
4. Seluruh dosen di Prodi Psikologi UII yang telah mendidik dan berbagi ilmu serta karyawan di Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya UII yang telah memberikan bantuan selama perkuliahan.
5. Kepada Direktur PT Madu Baru Yogyakarta yang telah mengizinkan untuk melakukan penelitian ini.
6. Kepala Dinas Pertanian Provinsi DIY yang telah memberikan ijin melakukan pengambilan data pada penelitian ini.
7. Kepala Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta yang telah memberikan ijin melakukan pengambilan data pada penelitian ini.
8. Kepala Sekolah SMK N 7 Yogyakarta serta guru yang telah bersedia menjadi responden penelitian.
9. Pak Bambang dan Bu Ir Nurkhasanah yang selalu memberikan *support* baik moril maupun materil.
10. Rizka Ratna Nurvitasari yang selalu memberikan dorongan untuk segera menyelesaikan karya ini.

11. Alkaila Nayata Saqira yang selalu memberikan hiburan dalam proses penyelesaian karya ini.
12. Mama Anita dewi yang selalu bisa diandalkan.
13. Teruntuk DPM FPSB 2017/2018 ; ketua Firman Hidayat, komisi 3 Aryo Kusumo Jati, komisi 1 Guntur Herlambang dan komisi 2 Annisa Fatmawati yang telah menemani perjalanan serta perjuangan dalam berorganisasi.
14. Kawan kawan Lembaga Eksekutif Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya 2016/2017 dimana sebagai titik awal perjalanan organisasi saya.
15. Teman-teman Psikologi 2015, terimakasih atas semua kenangannya, sayonara sampai berjumpa lagi!

Wassalamu 'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Yogyakarta, Januari 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
PRAKATA	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
INTISARI	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Batasan Masalah	8
D. Tujuan Penelitian	8
E. Manfaat Penelitian	8
F. Keaslian Penelitian	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kecemasan	14
1. Pengertian Kecemasan	14
2. Aspek-Aspek Kecemasan	15
3. Faktor yang dapat Mempengaruhi Kecemasan	18
B. Dukungan Sosial Keluarga	
1. Dukungan Sosial	19
1.1 Pengertian Dukungan Sosial	19
1.2 Aspek-Aspek Dukungan Sosial	21
2. Keluarga	
2.1 Pengertian Keluarga	22
2.2 Tipe-Tipe Keluarga	22

C. Kebersyukuran	
1. Pengertian Kebersyukuran	23
2. Aspek-Aspek Kebersyukuran	24
D. Dinamika Psikologi	25
E. Hipotesis	27
F. Paradigma Penelitian	27
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Identifikasi Variabel Penelitian	29
B. Definisi Operasional	29
1. Kecemasan Menghadapi Pensiun	29
2. Dukungan Sosial	30
3. Kebersyukuran	31
C. Tahap-Tahap Penelitian	
1. Tahap Perencanaan	32
2. Tahap Pelaksanaan	32
3. Tahap Pelaporan	33
D. Sampel Penelitian	
1. Responden Penelitian	33
2. Subjek Penelitian	33
E. Metode Pengumpulan Data	33
F. Metode Analisis Data	34
1. Analisis Deskriptif Statistik	34
2. Uji Validitas dan Reliabilitas	34
3. Uji Normalitas	35
4. Uji Linearitas	35
5. Uji Hipotesis	35
6. Analisis Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Analisis Deskriptif Statistik	38
B. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	39
C. Hasil Uji Normalitas	42

D. Hasil Uji Linearitas	43
E. Hasil Uji Hipotesis	43
F. Hasil Analisis Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif	47
G. Pembahasan Hipotesis	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	54
B. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN	60

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Bagan Pensiunan Pegawai Negeri Sipil di DIY	5
Tabel 2 Paradima Penelitian	28
Tabel 3 Aspek-Aspek Dukungan Sosial	31
Table 4 Tingkat Korelasi dan Kekuatan Hubungan	36
Tabel 5 Deskriptif Statistik	38
Tabel 6 Hasil Uji Validitas Variabel Dukungan Sosial Keluarga (X_1)	39
Tabel 7 Hasil Uji Validitas Variabel Kebersyukuran (X_2)	40
Tabel 8 Hasil Uji Validitas Variabel Tingkat Kecemasan Pensiun (Y)	40
Tabel 9 Hasil Uji Reliabilitas	42
Tabel 10 Hasil Uji Normalitas <i>One Sample Kolmogorov Smirnov</i>	42
Tabel 11 Hasil Uji Linearitas	43
Tabel 12 Hasil Uji Korelasi Dukungan Sosial Keluarga terhadap Tingkat Kecemasan Pensiun	44
Tabel 13 Hasil Uji Korelasi Kebesyukuran terhadap Tingkat Kecemasan Pensiun	45
Tabel 14 Hasil Uji Korelasi Dukungan Sosial Keluarga dan Kebesyukuran terhadap Tingkat Kecemasan Pensiun	46
Tabel 15 Nilai Koefisien Regresi (Beta), Koefisien Korelasi, dan R square	47
Tabel 16 Hasil Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif Variabel Bebas terhadap Variabel Terikat	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuisisioner Penelitian	61
Lampiran 2 Tabulasi Data	62
Lampiran 3 Statistik Deskriptif	65
Lampiran 4 Uji Validitas	65
Lampiran 5 Uji Reliabilitas	69
Lampiran 6 Uji Normalitas	69
Lampiran 7 Uji Linearitas	70
Lampiran 8 Uji Korelasi	70
Lampiran 9 Koefisien Beta	71
Lampiran 10 Surat Ijin Penelitian	
Lampiran 11 Surat Selesai Penelitian	

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DAN KEBERSYUKURAN TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA PEGAWAI NEGERI SIPIL PRA PENSIUN DI KOTA YOGYAKARTA

Nadia Rizky Nur Amalia

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah dukungan sosial keluarga dan keberyukuran secara simultan berhubungan dengan kecemasan pada pegawai negeri sipil (PNS) pra pensiun. Hipotesis dalam penelitian ini semakin tinggi dukungan social keluarga dan keberyukuran maka tingkat kecemasan akan semakin kecil atau rendah. Respoden peneltian ini berjumlah 84 orang pegawai negeri sipil pra pensiun di kota Yogyakarta. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala kecemasan menghadapi pensiun yang diadaptasi dari *Social Components of Retirement Anxiety Scale (SCRAS)*, skala dukungan social diadaptasi dari *Berlin Social Support Scale (BSSS)* dan skala kebersyukuran diadaptasi dari Properti Psikometri Skala Syukur (Shs). Metode analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi (*Pearson Correlation*) dengan alat bantu SPSS *version 23.0 for Windows*. Hasil analisis menunjukkan nilai korelasi $r = 0,585$ dan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p \leq 0,05$) dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian diterima.

Kata Kunci : Kecemasan, dukungan sosial, kebersyukuran.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Jangka waktu bekerja pada sebuah perusahaan berkaitan erat dengan usia karyawan yang telah memasuki usia lanjut. Menurut Hurlock (1993) pelepasan masa jabatan atau pekerjaan disebut pensiun. Pada saat menghadapi masa pensiun, hendaknya karyawan mampu mempersiapkan dirinya baik fisik mau pun psikis dalam menghadapi hal tersebut, namun pada kenyataannya masih banyak karyawan yang akan menjelang masa pensiun belum mampu mempersiapkan dirinya dengan baik. Hal ini dapat dikarenakan kekhawatiran dalam diri karyawan tersebut untuk kehilangan penghasilan, kehilangan kegiatan rutin yang selama ini dilakukan serta kehilangan penghargaan sosial lingkungan, dan sebagainya. Di Indonesia masa pensiun ditandai dengan berkurang hingga hilangnya fasilitas materil seperti gaji pokok yang berkurang 25% setelah masa pensiun tiba, hilangnya fasilitas-fasilitas kantor, jaminan sosial pegawai beserta tunjangan umum lainnya (UUD RI Nomor 11 Tahun 1969). Hal tersebut merupakan salah satu alasan yang dapat membuat para karyawan pra pensiun menghadapi masa pensiun dengan perasaan negatif dan tidak senang, apabila berlebihan akan mengalami cemas.

Masa berhenti bekerja dalam suatu perusahaan akibat usia lanjut atau sering disebut masa pensiun bagi sebagian orang menjadi suatu hal menakutkan dan menyakitkan bagi kesehatan fisik mau pun emosional, karena individu keliru dalam mengartikan sebab akibat pensiun yang pada akhirnya diikuti dengan sakit dan kematian karena masa pensiun tiba saat usia tua, pada konsisi fisik dan mentalnya

mengalami kemunduran. Selain itu beberapa perubahan yang mulai terjadi saat usia lanjut akan berpengaruh besar pada tingkat kecemasan sehingga individu tidak mampu beradaptasi dengan baik dan menimbulkan suatu masalah untuk seseorang usia lanjut. Kecemasan menjadi salah satu penyakit yang sering dialami oleh para karyawan menjelang pensiun. Menurut (Durand & Barbow, 2006) Kecemasan merupakan hal yang umum bagi semua orang, namun bagi mereka yang mengalami kecemasan dalam jumlah banyak, tentunya hal tersebut mengganggu kehidupan pribadi mereka seperti sulit berkonsentrasi, berkeringat dingin, mual, hingga tidak mampu memikirkam tentang apa pun yang mungkin harus dikatakan. Pensiun merupakan salah satu dari 10 stresor terbesar dalam kehidupan sehingga pensiun menjadi tidak mudah dijalani apalagi jika situasi baru setelah pensiun dirasakan menjadi asing, tidak jelas dan segalanya menjadi tidak pasti (Shives (1998), Neil (2000), Sutaryo (2007)).

Masyarakat pada umumnya cenderung memandang negatif seseorang yang akan menghadapi pensiun. Presepsi dan pandangan negatif masyarakat tersebut harus ditanggapi dengan bijaksana sehingga tidak memperburuk kondisi karyawan yang hendak pensiun tersebut. Dukungan Sosial merupakan faktor eksternal dari diri individu yang dinggap dapat mempengaruhi tingkat kecemasan karyawan yang hendak pensiun. Menurut (Jacinta (2001), Kaplan dan Sandock (1992)) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan sebuah bentuk hubungan interpersonal yang memberikan bantuan kepada individu berupa perhatian, emosi, bantuan instrumental, pemberian informasi, dan penilaian kepada individu oleh lingkungan sosialnya sehingga memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada

tingkah laku penerimanya. Menurut Mu'in dan Setyaningsih, (2013) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial yang diterima individu dengan tingkat kecemasan yang dialami dalam menghadapi masa pensiun. Artinya individu yang mendapatkan dukungan sosial tinggi tidak akan mengalami kecemasan dalam menghadapi masa pensiunnya.

Selain faktor eksternal, ada pula faktor internal yang mampu mempengaruhi tingkat kecemasan pada karyawan pra pensiun, yaitu *Gratitude* atau kebersyukuran. Rasa syukur lebih sering dikaitkan dengan perasaan emosi yang positif (Mukhlis dan Koentjoro, 2015). Sedangkan menurut penelitian (Mahardika dan Halimah, 2017) mengatakan bahwa *Gratitude* atau kebersyukuran merupakan sebuah emosi yang dirasakan oleh seseorang saat ia menganggap bahwa hal baik terjadi kepadanya dan menyadari bahwa ada seseorang yang berperan pada kebaikan itu. Variabel syukur kebanyakan berhubungan dengan variabel positif lainnya. Dikutip menurut McCullough dalam Rusdi (2016) saat rasa syukur yang diungkapkan akan mempengaruhi seseorang untuk berbuat baik kedepannya, hal ini dikarenakan rasa syukur merupakan sebuah nilai yang mengandung fungsi moral yang dapat mempengaruhi seseorang untuk berperilaku baik. Bersyukur adalah ungkapan terimakasih atas kebaikan yang telah diberikan (Al-Munajjid, 2002). Selain itu dalam kitab suci Al-Qur'an Surat Al-Baqarah (2):152 :

تَكْفُرُونَ وَلَا لِيَ وَأَشْكُرُوا أَذْكُرْكُمْ فَادْكُرُونِي

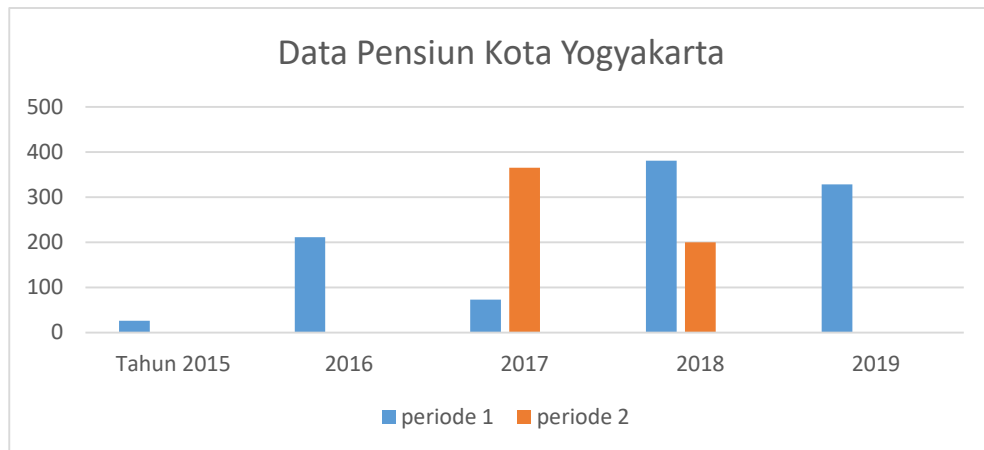
“karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku, niscaya Aku ingat (pula) kepadamu; dan bersyukurlah kepada-Ku dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku” ayat tersebut menjelaskan bahwa seorang umat islam hendaknya selalu menerima dan

ingat kepada Tuhan-nya atas segala yang terjadi termasuk menerima kenyataan untuk berhenti bekerja karena pensiun.

Menurut Wijayanto (2009) idealitas yang seharusnya ada yaitu seseorang yang akan menghadapi masa pensiun, hendaknya merasa senang dikarenakan waktu luang dengan keluarganya akan semakin banyak tanpa harus dibebani dengan tuntutan kerja yang banyak, individu tersebut juga akan memiliki waktu luang serta kesempatan untuk beraktivitas bersama pasangan atau keluarga yang sebelumnya tidak pernah dilakukan karena terkendala kesibukan kerja. Namun kenyataan yang ada saat ini, tidak semua orang mampu menerima kondisi tersebut. Banyak dari mereka yang justru merasa ketika masa pensiun datang akan kehilangan sumber kehidupan, kehilangan aktivitas yang menghasilkan materil, sehingga banyak individu yang akhirnya mengalami kecemasan sebelum menghadapi masa pensiun.

Undang-Undang Nomor 5 Tahun 2014 tentang Aparatur Sipil Negara oleh Preseiden RI Susilo Bambang Yudhoyono pada Januari 2014 Surat Bernomor K.26-30/V.7-3/99 Tentang Batas Usia Pensiun Peagawai Negeri Sipil (PNS). Pada surat ini mengutip pasal 87 ayat 1 c dan Pasal 90 UU No 5 tahun 2014, bahwa seorang PNS akan diberhentikan dengan hormat karena mencapai batas usia pensiun yaitu : a). 58 tahun bagi Pejabat Administrasi, b). 60 tahun bagi Pejabat Pimpinan Tinggi. Data Pegawai Negeri Sipil (PNS) siap Pensiun di Yogyakarta setiap tahunnya mengalami peningkatan. Hal ini dikarenakan peraturan Undang-Undang yang disahkan oleh presiden Republik Indonesia ke 6 Susilo Bambang Yudhoyono dimana dalam undang-Undang tersebut mengatur kebijakan penundaan

usia pensiun pada tahun 2014, yaitu sebelumnya 56 tahun menjadi 58 tahun sehingga menimbulkan penumpukan bagi pegawai yang seharusnya sudah pensiun pada usia 56 di tahun 2014 harus mengalami kemunduran pensiun pada usia 58 di tahun 2016.



Sumber : Badan Kepegawaian Daerah (BKD) DIY, 2020

Tabel 1. Bagan Pensiunan Pegawai Negeri Sipil di DIY

Data Pensiun Kota Yogyakarta

Berdasarkan data statistik yang diperoleh dari Badan Kepegawaian Daerah (BKD) DIY tersebut dapat kita lihat bahwa terjadi peningkatan disetiap tahunnya. Selain itu upaya yang dilakukan oleh BKD kota Yogyakarta dalam memberikan pembekalan terhadap pegawai yang akan mengalami pensun yaitu beberapa pelatihan kewirausahaan serta pelatihan psikologis.

Menurut Shonhadji (dalam Safitri 2013) kesiapan atau *readiness* merupakan penanda kognitif terhadap perilaku penolakan atau dukungan terhadap upaya perubahan dan titik kedewasaan yang berupa kesiagaan, kesiapan, kematangan untuk dapat menerima dan mempraktekkan tingkah laku tertentu. Kesiapan dalam menghadapi pensiun sangat diperlukan, menurut Ermayati &

Abdullah (dalam Safitri, 2013) pensiun adalah masa transisi ke pola hidup yang baru, menyangkut pada beberapa perubahan seperti perubahan peran, pola hidup, kebiasaan, perubahan yang terjadi menjadi merupakan perubahan besar yang terjadi dalam diri individu yang tadinya bekerja menjadi tidak bekerja, berkurangnya penghasilan, berkurangnya intraksi dan relasi-relasi, serta meningkatnya waktu luang.

Paidi (2013) mengemukakan beberapa hal penting serta cara yang dapat dilakukan untuk mempersiapkan masa pensiun yaitu :

1. Mempersiapkan kondisi fisik dan mental. Selalu berusaha berfikir positif atas semua hal yang telah dan akan dicapai dalam hidup.
2. Menerapkan gaya hidup sehat dengan pola hidup dan olahraga agar dapat menyelesaikan permasalahan.
3. Mengembangkan hobi atau kegiatan positif yang dulu sempat tertunda oleh rutinitas kerja. Hal ini dapat dijadikan sebagai pengganti aktivitas setelah masa pensiun.
4. Membuat perencanaan anggaran keuangan sebelum masa pensiun tiba, untuk mengantisipasi terjadinya masalah keuangan di masa yang akan datang.
5. Membuat *networking* dengan terus menjaga hubungan baik dengan relasi atau teman-teman semasa bekerja.
6. Memperdalam spiritual dengan mendekati diri kepada Tuhan yang Maha Kuasa.

Kecemasan menghadapi pensiun pada umumnya berhubungan dengan status sosial, ekonomi dan ketakutan akan aktivitas yang dapat dilakukan dimasa yang

akan datang setelah pensiun itu terjadi. Tidak dapat dipungkiri bahwa ada karyawan yang senang menghadapi pensiun karena merasa akan memiliki waktu luang yang banyak dengan keluarga untuk beristirahat, namun ada pula karyawan yang merasa ketakutan akan kehilangan aktivitas serta penghasilannya setelah masa pensiun terjadi. Selain membutuhkan dukungan sosial dari lingkungannya, seorang karyawan yang akan pensiun juga dapat mempersiapkan dirinya untuk menghadapi masa pensiun agar siap fisik serta psikis saat masa pensiun tiba yaitu dengan memiliki rasa syukur atau *gratitude* atas apa yang akan terjadi dalam hidupnya. Selain itu *gender* juga dapat mempengaruhi kesiapan seorang karyawan yang akan pensiun, seperti penelitian yang dilakukan oleh Safitri (2013) mengatakan bahwa peran *gender* maskulin memiliki kecenderungan kesiapan pensiun yang tinggi dibandingkan dengan peran *gender* feminisme dan androgini yang memiliki kecenderungan kesiapan pensiun rendah.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah pada penelitian kali ini adalah:

1. Apakah dukungan sosial keluarga berhubungan dengan kecemasan Pegawai Negeri Sipil menjelang pensiun?
2. Apakah kebersyukuran berhubungan dengan kecemasan Pegawai Negeri Sipil menjelang pensiun?
3. Apakah dukungan sosial keluarga dan kebersyukuran secara simultan berhubungan dengan kecemasan Pegawai Negeri Sipil menjelang pensiun?

C. Batasan Masalah

Dari masalah yang telah diuraikan di atas, maka penulis membatasi permasalahan penelitian pada variabel dukungan sosial keluarga, kebersyukuran, dan tingkat kecemasan Pegawai Negeri Sipil menjelang pensiun di Kota Yogyakarta. Hasil yang didapatkan dalam penelitian ini hanya berlaku pada Pegawai Negeri Sipil menjelang pensiun di Kota Yogyakarta, bukan digeneralisir pada Pegawai Negeri Sipil menjelang pensiun di Kota yang lain.

D. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui apakah Dukungan sosial keluarga berhubungan dengan Kecemasan Pegawai Negeri Sipil menjelang pension.
2. Mengetahui apakah Kebersyukuran berhubungan dengan Kecemasan Pegawai Negeri Sipil menjelang pension.
3. Mengetahui apakah Dukungan sosial keluarga dan Kebersyukuran secara simultan berhubungan dengan Kecemasan Pegawai Negeri Sipil menjelang pensiun.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dilakukan agar dapat memberikan tambahan informasi serta referensi pada khasanah penelitian yang berkaitan dengan variabel tersebut.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penulis

Penelitian ini dilakukan agar dapat memberikan wawasan tambahan bagi penulis untuk mengetahui salah satu fenomena yang dapat terjadi di dunia industri tentunya yang berkaitan dengan ilmu psikologi. Penelitian ini juga dilakukan dalam rangka untuk memenuhi syarat kelulusan tingkat Sarjana di Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.

b. Bagi Ilmu Pengetahuan

Peneliti ingin menambah daftar penelitian dengan variabel dukungan sosial, kebersyukuran serta tingkat kecemasan dengan subjek pegawai negeri sipil pra pensiun sehingga nantinya dapat dijadikan sebagai referensi bagi peneliti-peneliti yang akan melakukan penelitian selanjutnya.

F. Keaslian Penelitian

Pada penelitian yang dilakukan Fardilah dan Rahmi (2014) topik yang diambil yaitu mengenai dukungan sosial dan tingkat kecemasan pada karyawan pra pensiun, teori yang digunakan dalam penelitian tersebut menurut Sutanto dan Cokro (2008) mengemukakan beberapa aspek persiapan menghadapi pensiun diantaranya yaitu kesiapan materi finansial, kesiapan fisik serta kesiapan mental. Pada penelitian tersebut metode yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini yaitu seluruh calon pegawai yang akan pensiun pada tahun 2017 di kota X berdasar pada data yang diperoleh dari Badan Kepegawaian Daerah (BKD) di kota X.

Pada penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Nuraini (2013), menggunakan teorinya Nevid (2003). Di dalam penelitian tersebut menjelaskan bahwa aspek yang dapat diukur dalam kecemasan meliputi aspek fisik, aspek behavioral serta aspek kognitif. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif, sedangkan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *snowball sampling*. Dalam penelitian tersebut dilengkapi dengan metode pengumpulan data berupa observasi, wawancara dan dokumen. Subjek pada penelitian Nuraini (2013) yaitu enam orang PNS yang menghadapi pensiun, istri, dan anak.

Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Syafitri (2015) dengan tema pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat kecemasan menjelang pensiun. Dengan mengangkat satu teori yang dikemukakan oleh Maramis, W.F, (2005) yang membagi kecemasan melalui dua gejala yaitu gejala somatic serta gejala psikologis. Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode pengumpulan berupa skala likert. Subjek yang digunakan dalam penelitian tersebut yaitu karyawan Perusahaan X yang berdomisili di Kecamatan Kebomas yang akan menjalani masa pensiun pada tahun 2015-2016 yakni sebanyak 137 karyawan.

Penelitian mengenai variable kebersyukuran dan kecemasan, sebelumnya pernah dilakukan oleh Koentjoro dan Mukhlis (2015) dengan judul “Pelatihan Kebersyukuran untuk Menurunkan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional pada Siswa SMA”. Teori kebersyukuran yang digunakan dalam penelitian tersebut yakni menurut Watkins (2014) dengan melakukan pelatihan teknik bersyukur dalam 4

tahap yakni: *recounting, reflection, expression* dan *reappraisal*. Sedangkan teori yang digunakan oleh penulis yaitu syukur menurut Al-Munajjid (2002). Subjek dalam penelitian Koenjoro dan Mukhlis (2015) yaitu siswa SMA N Y yang akan menempuh UN dengan desain penelitian *the untread control group design with pretest and posttest*.

Untuk melengkapi penelitian-penelitian sebelumnya, penulis mencoba untuk melakukan penelitian dengan tema hubungan dukungan sosial keluarga dan kebersyukuran terhadap tingkat kecemasan pada PNS pra pensiun. Penelitian yang akan dilakukan ini dipertanggungjawabkan keasliannya berdasarkan:

1. Keaslian Topik

Pada penelitian ini topik yang diangkat yaitu mengenai hubungan dukungan sosial keluarga dan kebersyukuran terhadap tingkat kecemasan pada karyawan PNS pra pensiun di Kota Yogyakarta. Dilihat dari segi topik penelitian, maka penelitian ini dapat dikatakan asli karena mengangkat tiga variabel yang berbeda dari penelitian sebelumnya.

2. Keaslian Subjek Penelitian

Meskipun terlihat sama dengan penelitian sebelumnya, penelitian yang akan dilakukan oleh penulis memiliki perbedaan yang mendasar yaitu terkait subjek penelitian, dimana penulis akan melakukan penelitian dengan subjek Karyawan PNS yang akan menghadapi masa pensiun yang bekerja di Kota Yogyakarta dan berdomisili di D.I Yogyakarta, maka penelitian ini dapat dikatakan asli berdasarkan subjek penelitiannya.

3. Keaslian Teori

Teori kecemasan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menurut Nevid (2003) yang menjelaskan bahwa kecemasan merupakan suatu keadaan kekhawatiran yang mengeluhkan keburukan akan segera terjadi. Kecemasan merupakan salah satu hal yang wajar terjadi sebagai bentuk respon individu ketika menghadapi suatu ancaman, namun kecemasan akan menjadi abnormal bila hal tersebut tingkatannya tidak sesuai dengan porsinya. Dengan maksud, karyawan yang akan menghadapi masa pensiun pasti akan mengalami cemas, namun jika kecemasan yang dialami tinggi akan dapat mempengaruhi kinerjanya. Variabel penelitian yang kedua yaitu Dukungan Sosial Keluarga yang mengacu pada teori Sarafino (dalam Smet, 1994) yang mendefinisikan dukungan sosial mengacu pada kesenangan yang dirasakan, penghargaan akan kepedulian, atau menerima bantuan dari orang-orang atau kelompok-kelompok lain. Sedangkan teori Kebersyukuran pada penelitian ini mengacu pada teori Al-Munajjid (2002) yang mendefinisikan syukur sebagai ungkapan terimakasih atas kebaikan yang telah diberikan dan diterima seseorang.

4. Keaslian Alat Ukur

Alat ukur kecemasan menghadapi pensiun yang akan digunakan dalam penelitian ini menggunakan teori Fletcher dan Hansson (1991), teori dukungan sosial milik Sarafino (dalam Smet, 1994) dengan menggunakan skala *Berlin Sosial Support Scale* (BSSS) milik Schwarzer dan Schulz (2002). Sedangkan variabel kebersyukuran, alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu

teori Rusdi (2016) dengan menggunakan skala Properti Psikometri Skala Syukur (Shs).

Berdasarkan uraian beberapa penelitian sebelumnya, penelitian ini dapat dikatakan orisinal karena berbeda dari segi topik, subjek, teori, dan alat ukur yang digunakan.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan

Kecemasan dapat diartikan sebagai kondisi emosional yang ditandai dengan perasaan yang tegang (fisiologis) dan tidak menyenangkan serta perasaan aprehensi (khawatir). Menurut Nevid (2003) kecemasan merupakan suatu keadaan kekhawatiran yang mengeluhkan keburukan akan segera terjadi. Menurut Kartono (2000) mengatakan bahwa kecemasan yaitu sebuah gangguan *mood* atau perasaan gelisah dan khawatir atau cemas akan terjadinya sesuatu hal yang tidak menyenangkan, hingga menyebabkan gangguan tersebut menjadi sebuah ancaman dalam kehidupan seseorang dengan gambaran masa depannya.

Kecemasan merupakan suatu hal yang dapat menimpa hampir setiap individu dalam kehidupannya yang merupakan suatu reaksi atas situasi asing atau yang berbeda dari biasanya. Menurut Ramaiah (2003) mengatakan bahwa kecemasan merupakan suatu hasil dari proses psikologis dan proses fisiologis pada diri manusia. Dalam kamus Chaplin (1999) menuliskan bahwa kecemasan atau dalam Bahasa asing *anxietas* yaitu sebuah perasaan yang bercampur antara ketakutan, gelisah, kekhawatiran dan kepritahinan terhadap hal-hal yang akan datang tanpa sebab yang jelas. Kecemasan menurut Steven Schwartz, S (dalam Annisa & Ifdil, 2016) yaitu berasal dari bahasa latin *Anxius* yang berarti penyempitan atau pencekikan, kecemasan mirip dengan ketakutan namun tidak

jelas maksud dan tujuannya serta merupakan keadaan emosional negatif. Kecemasan merupakan sebuah pengalaman tidak menyenangkan yang bersifat subjektif mengenai kekhawatiran atau ketegangan yang dapat berupa perasaan cemas, tegang, serta emosi (Ghufron dan Rini, 2010).

Kecemasan dalam menghadapi masa pensiun menurut Fletcher dan Hansson (dalam Ratnaningsih dan Ahmad, 2016), yaitu ketakutan dan kecemasan terhadap konsekuensi yang akan dihadapi setelah pensiun, keadaan yang belum pasti, tidak terprediksi, dan memiliki potensi mengganggu karena pada masa pensiun yang akan datang akan terjadi perubahan kebiasaan yang akan dialami oleh karyawan. Kecemasan yang dialami ketika menghadapi masa pensiun apabila tidak dikelola dengan baik dapat berdampak pada kelangsungan hidup setelah masa pensiun tiba. Pensiun dapat mempengaruhi persahabatan lama yang sudah terjalin antar karyawan, hal tersebut dikarenakan hilangnya interaksi sosial di dalam hubungan pertemanan, apabila pensiunan tersebut tidak mampu mengelola perasaan kehilangan persahabatan tersebut maka akan memunculkan perasaan identitas yang tidak dihargai oleh lingkungan sosial sekitarnya yang akan berdampak pada hilangnya keterlibatan sosial. Kecemasan merupakan suatu gangguan yang memiliki karakteristik berupa rasa takut, kekhawatiran akan masa depan, keprihatinan akan keadaan yang belum pasti dan belum terjadi.

2. Aspek-Aspek Kecemasan

Aspek-aspek kecemasan menghadapi pensiun dari Fletcher dan Hansson (dalam Ratnaningsih dan Ahmad, 2016), diantaranya yaitu :

a. Identitas dan integrasi sosial

Menurut Tajfel (dalam Taylor, Peplau & Sears, 2009) mengatakan bahwa identitas sosial merupakan bagian dari konsep individu yang berkaitan dengan statusnya dalam sebuah kelompok. Artinya identitas merupakan sebuah status atau pengakuan seseorang dalam sebuah kelompok, sedangkan integrasi sosial yaitu sebuah usaha adaptasi antara kelompok yang berbeda dalam penelitian ini adalah seorang pensiunan dalam suatu kehidupan bermasyarakat.

b. Antisipasi pengucilan sosial

Antisipasi pengucilan sosial, merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh seseorang dengan maksud menghindari adanya pengelompokan yang bersifat negatif.

c. Kehilangan pertemanan

Kondisi dimana berkurangnya orang-orang yang berada disekitar individu tersebut, baik itu baru kenal atau sudah lama dikenal.

Sedangkan aspek-aspek kecemasan menurut Nevid (dalam Nuraini, 2013), diantaranya yaitu :

a. Aspek Kognitif

Suatu kondisi dimana individu mengalami rasa khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu atau ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi dimasa yang akan datang, keyakinan bahwa sesuatu yang mengerikan akan segera terjadi tanpa penjelasan yang jelas, rasa takut akan kehilangan control diri, ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, serta berfikir

bahwa semuanya tidak akan pernah bisa dikendalikan lagi, merasa kesulitan dalam focus dan berkonsentrasi.

b. Aspek Behavioral

Secara perilaku meliputi perasaan terguncang, perilaku menghindar, perilaku melekat serta *dependent*. Kondisi dimana efek dari aspek kognitif yang ditunjukkan dengan perilaku.

c. Aspek Fisik

Aspek ini meliputi kegelisahan, gugup, mudah berkeringat, tangan atau anggota tubuh bergetar atau gemetar, bibir dan mulut terasa kering, terasa sulit untuk berbicara, kesulitan untuk bernafas, detak jantung berdetak kencang, pusing, merasa mual, lemas, sering buang air kecil, merasa sensitif, dan mudah marah.

Ada pula aspek kecemasan menurut Defenbacher dan Hazaleus (dalam Gufon dan Rini, 2010) meliputi 3 aspek yaitu:

a. Aspek Kekhawatiran (*Worry*)

Kekhawatiran atau persaan negative yang ada pada dirinya sendiri, menganggap bahwa dirinya lebih buruk dibandingkan dengan yang lainnya.

b. Aspek Emosionalitas (*Imosionality*)

Sebuah reaksi diri pada rangsangan saraf otonomi yang terlihat secara fisik seperti berkeringat dingin, tegang, jantung berdebar-debar.

c. Aspek Gangguan dan Hambatan dalam menyelesaikan pekerjaan (*Job generated interference*)

Merupakan sebuah kecenderungan seseorang untuk mengalami kecemasan yang diakibatkan oleh tekan akibat pemikiran yang rasional terhadap suatu pekerjaan.

3. Faktor-Faktor yang dapat Mempengaruhi Kecemasan

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan individu dalam menghadapi pensiun menurut Pradono & Purnamasari (2010) :

a. Faktor Fisik

Pada saat bertambahnya usia individu maka memiliki konsekuensi akan kekuatan fisik yang berkurang, kesehatan yang menurun serta daya ingat yang melemah.

b. Faktor Sosial

Kurangnya dukungan yang diberikan oleh lingkungan baik keluarganya mau pun lingkungan sekitarnya seperti masyarakat, akan membuat individu tersebut merasa tidak berguna lagi.

c. Faktor Ekonomi

Kondisi dimana berkurangnya jumlah pemasukan yang individu dapatkan ketika masih bekerja, maka akan menjadikan sebuah beban sehingga dapat menimbulkan kecemasan.

d. Faktor Psikologis

Individu ketika sudah memasuki masa pensiun akan merasa tidak dihormati lagi, dengan kesehatan dan kondisi fisik yang semakin menurun ditambah dengan daya ingat yang semakin melemah, membuat individu

merasa tidak dibutuhkan lagi sehingga menimbulkan kecemasan dalam diri individu tersebut.

Dari berbagai kajian di atas tentang kecemasan, yang dimaksud dengan kecemasan adalah sebuah perasaan tidak menentu yang muncul apabila individu berada pada kondisi yang dirasa akan merugikan dan mengancam. Kecemasan menghadapi masa pensiun dalam penelitian ini yaitu fase dimana individu mengalami ketakutan akan kehilangan aktivitas dan pertemanan, pengakuan sosial, ketakutan akan kehilangan penghasilan yang dianggap dapat mempengaruhi pemenuhan kebutuhan financial individu dan keluarganya.

B. Dukungan Sosial Keluarga

1. Dukungan Sosial

1.1 Pengertian Dukungan Sosial

Dukungan sosial dapat diartikan sebagai suatu bentuk hubungan interpersonal yang dengan memberikan bantuan kepada individu lain berupa perhatian, emosi, bantuan instrumental, pemberian informasi serta penilaian kepada individu oleh lingkungan sosialnya sehingga memberikan keuntungan emosional yang berpengaruh pada kondisi penerimanya (Setyaningsih, dalam Jacinta 2001).

Menurut Caplin 2005 (dalam Marni dan Yuniawati 2015) dukungan sosial yakni menyediakan dalam rangka memenuhi kebutuhan orang lain, memberikan dorongan atau semangat kepada seseorang dalam pengambilan sebuah keputusan. Dukungan sosial didapatkan dari keakraban individu lainnya seperti teman, keluarga, atau anak yang dapat berupa informasi,

nasihat verbal mau pun non verbal, atau bantuan yang nyata mau pun tidak nyata yang dapat memberikan manfaat bagi penerima untuk melindungi dirinya dari perilaku negatif (Sarason dan Sarason dalam Marni dan Yuniawati, 2015)

Dukungan sosial merupakan suatu stimulus dari luar diri individu yang berperan penting dalam kehidupan seseorang. Hal ini dikarenakan seseorang tentulah membutuhkan dorongan dalam hidupnya yang menjadikan dirinya mampu bertahan ketika dalam menghadapi suatu masalah. Dukungan sosial dapat diperoleh melalui *significant others* yaitu istri/suami, anak, tetangga, orang tua mau pun teman yang menyebabkan seseorang menjadi siap dalam menghadapi perubahan-perubahan yang ada baik perubahan lingkungan mau pun perubahan dalam fisiknya yaitu penurunan kesehatan akibat usia yang semakin bertambah. Menurut Papalia, Sterns & Feldman (2007) menyebutkan bahwa melihat studi yang dilakukan pada 753 pensiunan dan pekerja setengah baya, status perkawinan menjadi salah satu faktor yang berpengaruh pada sikap positif karyawan yang telah pensiun, hal tersebut membuktikan bahwa pernikahan dapat memberikan dukungan sosial pada seseorang dalam upaya penyeimbangan dalam ketidaksiapan pensiun.

Mu'in dan Setyaningsih (2013) mengatakan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat kecemasan yang dialami individu saat menghadapi masa pensiun. Menurut Sarafino (dalam Smet, 1994) mengusulkan definisi operasional dukungan sosial mengacu pada

kesenangan yang dirasakan, penghargaan akan kepedulian, atau menerima bantuan dari orang-orang atau kelompok-kelompok lain. Berdasarkan pada (Cobb dalam Sarafino, 1994), individu yang mendapatkan dukungan sosial percaya bahwa individu tersebut dicintai dan diperhatikan, mulia dan dihargai, dan merupakan bagian dari jaringan sosial misalnya keluarga atau organisasi kemasyarakatan yang dapat memberikan kebaikan, pelayanan, dan saling menjaga dalam waktu yang dibutuhkan dan membahayakan.

1.2 Aspek-aspek Dukungan Sosial

Menurut Sarafino (1994) terdapat beberapa aspek yang terlibat di dalam pemberian dukungan sosial, antara lain :

a. Aspek Emosional

Aspek ini melibatkan kelekatan, jaminan dan keinginan untuk percaya pada orang lain, sehingga seseorang menjadi yakin bahwa orang lain tersebut mampu memberikan cinta dan kasih sayang.

b. Aspek Instrumental

Aspek ini meliputi penyediaan sarana untuk mempermudah dan menolong orang lain, meliputi peralatan, perlengkapan, dan sarana pendukung yang lain termasuk didalamnya memberikan peluang waktu.

c. Aspek Informatif

Aspek ini meliputi pemberian informasi untuk mengatasi masalah pribadi. Terdiri atas pemberian nasihat, pengarahan dan keterangan lain yang dibutuhkan.

d. Aspek Penilaian

Aspek ini terdiri atas dukungan peran sosial yang meliputi umpan balik, pertandingan sosial dan afirmasi (persetujuan).

2. Keluarga

2.1 Pengertian Keluarga

Berdasarkan Undang-Undang RI Nomor 10 Tahun 1992, keluarga merupakan unit terkecil dalam tatanan masyarakat yang terdiri dari kepala keluarga (suami) dan istri, atau suami-isteri dan anak. Menurut Tulab dan Amri (2018) keluarga adalah suatu kelompok yang ditandai dengan tempat tinggal yang bersamaan, kerjasama dalam hal ekonomi dan reproduksi yang disatukan oleh ikatan pernikahan atau adopsi yang disetujui secara sosial dan menjalankan perannya untuk berinteraksi sesuai peran-peran sosialnya.

2.2 Tipe-tipe Keluarga

Ada beberapa tipe atau bentuk keluarga yang ada di Indonesia yaitu :

a. Keluarga Inti (*Nuclear Family*)

Keluarga yang terdiri dari kepala keluarga (ayah), ibu dan anak.

b. Keluarga Besar (*Extended Family*)

Keluarga yang terbentuk dari keluarga inti ditambah dengan saudara, seperti Nenek, Kakek, Keponakan dan lain lain.

c. Keluarga Berantai (*Serial Family*)

Keluarga yang terdiri dari wanita dan pria yang menikah lebih dari satu kali dan hidup bersama merupakan satu keluarga inti.

d. Keluarga Duda atau Janda (*Single Family*)

Keluarga yang terbentuk karena perceraian atau kematian

e. Keluarga Berkomposisi (*Composite*)

Keluarga yang didalamnya terjadi perkawinan poligami dan hidup secara bersamaan.

f. Keluarga Kabitas (*Cohabitation*)

Keluarga yang terjadi atas dua orang yang hidup bersama dan membentuk keluarga tanpa ikatan pernikahan (kumpul kebo).

Mengacu pada uraian keluarga tersebut, pada penelitian ini peneliti menggunakan tipe keluarga inti (*Nuclear Family*) dikarenakan dianggap lebih *reliable* dan memiliki intensitas interaksi sosial yang tinggi antar anggota keluarga dan memiliki ikatan emosi yang kuat dibandingkan dengan tipe keluarga yang lain.

Berdasarkan definisi teoritis di atas dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini dukungan sosial keluarga yang dimaksud merupakan sebuah dorongan ekstrinsik maupun intrinsik pada individu yang didapat dari keluarga inti (pasangan, anak) yang dapat mempengaruhi perilaku penerimaan diri individu dalam menghadapi masa pensiun.

C. Kebersyukuran (*Gratitude*)

1. Pengertian Kebersyukuran (*Gratitude*)

Kebersyukuran atau syukur merupakan sebuah bentuk apresiasi yang dilakukan oleh seseorang saat menerima suatu kebaikan dalam dirinya (J. Foh dan Emmons dkk, 2011). Syukur adalah salah satu bentuk dari ungkapan

kebahagiaan yang berkaitan erat dengan kesejahteraan. Menurut Hefferon dan Boniwell (dalam Kristanto, 2016) menerangkan bahwa kebersyukuran merupakan salah satu elemen penting dan mendasar dalam meningkatkan kesejahteraan hidup seseorang. Rasa syukur dianggap mampu mempengaruhi suasana hati yang tenang dan bahagia dalam diri seseorang, hal ini dikarenakan kebersyukuran adalah salah satu faktor yang dapat memunculkan kesejahteraan dan ketentraman serta mampu mengatasi ketidakstabilan emosi seseorang (Mubarak, 2017).

2. Aspek Kebersyukuran

Menurut Rusdi (2016) dimensi syukur terdiri atas 2 (dua) aspek yakni :

a. Aspek Ekstrinsik (*Al-Shukr Al-Khārijyah*)

Aspek ekstrinsik atau *al-shukr al Kharijiyah* yaitu ungkapan rasa syukur kepada Allah SWT dengan perilaku, seperti berbuat kebaikan dan mengikuti perintah Allah. Dalam kehidupan sehari-hari ungkapan syukur tersebut juga dapat berupa ucapan terimakasih kepada sesama manusia atas kebaikan yang telah diperoleh. Dalam ajaran islam diperintahkan kepada sesama manusia untuk memberikan balasan dengan mengucapkan terimakasih atas apa yang telah diterima (Madani, 2015). Berterimakasih atas sebuah kebaikan yang diberikan manusia dapat memberikan pengaruh yang baik dalam menjalin hubungan antar manusia sebagai makhluk sosial.

b. Aspek Intrinstik (*Al-Shukr Al-Dākhiliyah*)

Aspek ini ada di dalam diri individu yang dapat berupa rasa ikhlas dan menerima atau sering disebut dengan bersyukur. Bersyukur kepada

Allah atas nikmat yang telah dianugerahkan kepada manusia merupakan suatu hal yang harus dilakukan. Bersyukur diyakini akan menyebabkan penambahan nikmat itu di dunia dan juga pahala di ahirah. Seperti dalam QS Ibrahim ayat 7 yang memiliki arti “Dan ingatlah, tatkala Tuhan-Mu berkata: “Sesungguhnya jika kamu pandai bersyukur, pasti Kami akan Menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (Nikmat-Ku), maka sesungguhnya Azab-Ku sangatlah pedih”.

D. Dinamika Psikologi

Keluarga merupakan tempat pertama seseorang menjalin hubungan sosial dengan orang lain baik itu dengan orang tua, pasangan, anak, maupun saudara. Hubungan yang berhasil dijalin dalam lingkungan keluarga akan membuat seseorang merasa betah dan nyaman berada dalam keluarga tersebut, sebaliknya jika seseorang tidak mendapatkan kenyamanan dalam keluarga akan merasa tidak betah berada dalam lingkungan keluarga tersebut.

Kenyamanan seseorang dalam keluarga diperoleh karena adanya ikatan emosional yang berpengaruh dalam kehidupan seseorang untuk menjalani aktivitas sehari-hari. Adanya ikatan emosional tersebut seseorang akan mendapatkan dukungan sosial dari anggota keluarga yang lainnya. Dukungan sosial dapat berupa dorongan intrinsik mau pun ekstrinsik pada individu yang didapat dari keluarga inti (pasangan dan anak) yang dapat mempengaruhi perilaku penerimaan diri seseorang secara umum demikian pula bagi seseorang yang akan menghadapi masa pensiun. Seseorang yang akan menghadapi masa pensiun sangat membutuhkan adanya dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga baik itu dari pasangan mau pun anak.

Masa pensiun merupakan kondisi dimana seseorang kehilangan pekerjaan dikarenakan usia yang sudah tidak memasuki kriteria. Hal ini merupakan sesuatu yang wajar dialami bagi setiap individu yang bekerja dalam sebuah instansi mau pun perusahaan. Dalam pemutusan aktivitas kerja yang dilakukan oleh sebuah instansi mau pun perusahaan tentunya akan memberikan dampak bagi pekerja, baik positif mau pun negatif. Dampak yang sering muncul dalam diri seorang pekerja yang akan mengalami pensiun, yakni kecemasan dalam dirinya. Kecemasan yang dihadapi ketika menjelang pensiun, merupakan sesuatu hal yang mungkin terjadi bagi sebagian orang, hal tersebut tidak dapat dipungkiri karena pekerja tersebut akan merasa kehilangan aktivitasnya serta kehilangan pendapatan pokok dalam hidupnya. Akibat dari kehilangan pekerjaan dapat memberikan efek takut akan kekurangan materiil untuk pemenuhan kebutuhan hidupnya, kondisi ini dapat menimbulkan kecemasan dan kegelisahan. Apabila seorang pekerja yang akan menghadapi masa pensiun mendapatkan dukungan sosial dari keluarga, maka akan meminimalisir tingkat kecemasan dan kegelisahan dari segala ketakutan yang timbul akibat masa pensiun tiba.

Dalam menghadapi masa-masa tersebut, seorang pekerja hendaknya mendapatkan dukungan atau *support* baik dari dalam dirinya mau pun dari luar atau eksternal. Faktor dukungan dari dalam diri seseorang berupa rasa syukur yang terwujud pada rasa penerimaan diri, rasa ikhlas yang dirasakan pekerja karena telah mengalami masa pensiun. Faktor kedua setelah dukungan dari dalam diri pekerja yang akan menghadapi masa pensiun yaitu dukungan dari luar diri seorang pekerja yang berasal dari keluarga. Dukungan yang berasal dari keluarga tersebut dapat

berupa dukungan emosional, penyediaan fasilitas, pemberian masukan serta persetujuan. Dengan demikian apabila seorang pekerja yang akan menghadapi masa pensiun mampu mengelola perasaan dan pikirannya untuk merasa ikhlas serta mendapatkan dukungan dari keluarga, maka seorang pekerja tersebut akan terhindar dari rasa cemas dan gelisah, sehingga mampu menerima kenyataan dengan segala konsekuensi yang akan timbul saat masa pensiun tiba.

E. Hipotesis

Berdasarkan penjelasan teoritis di atas, peneliti mengangkat beberapa hipotesis yang berbunyi :

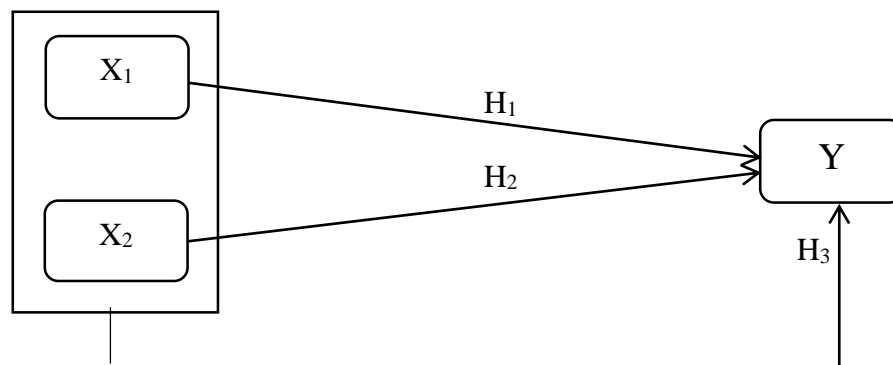
H₁: Ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan tingkat kecemasan pada Pegawai Negeri Sipil pra pensiun di Kota Yogyakarta.

H₂: Ada hubungan antara kebersyukuran dengan tingkat kecemasan pada Pegawai Negeri Sipil pra pensiun di Kota Yogyakarta.

H₃: Ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dan kebersyukuran secara simultan terhadap tingkat kecemasan pada Pegawai Negeri Sipil pra pensiun di Kota Yogyakarta.

F. Paradigma Penelitian

Rancangan penelitian dapat digambarkan dalam bentuk paradigma seperti di bawah ini bertujuan untuk memudahkan alur penelitian sesuai dengan kerangka berpikir peneliti :



Tabel 2. Paradigma Penelitian

Paradigma Penelitian

Keterangan :

X₁ : Variabel Dukungan Sosial Keluarga

X₂ : Variabel Kebersyukuran

Y : Variabel Kecemasan Pensiun

H₁ : Hipotesis yang diajukan antara X₁ dan Y

H₂ : Hipotesis yang diajukan antara X₂ dan Y

H₃ : Hipotesis yang diajukan antara X₁, X₂ dan Y

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

1. Variabel Terikat : Kecemasan Menghadapi Pensiun (Y)
2. Variabel Bebas : a. Dukungan Sosial (X_1)
b. Kebersyukuran (X_2)

B. Definisi Operasional

1. Kecemasan Menghadapi Pensiun

Kecemasan meghadapi pensiun merupakan suatu kondisi dimana individu mengalami ketakutan akan terjadinya perubahan aktivitas yang selama ini telah dilakukan. Kondisi tersebut dapat menimbulkan kecemasan serta kekhawatiran akan kehilangan pekerjaan maupun pengasilan yang dijadikan sebagai tumpuan hidupnya selama ini. Aspek-aspek kecemasan yang dikemukakan (Fletcher dan Hansson, 1991) yaitu identitas dan intergasi sosial, antisipasi pengucilan sosial serta kehilangan pertemanan. Selain itu secara behavioral kecemasan meliputi perilaku menghindar akan situasi yang tidak diinginkan, secara kognitif kecemasan merupakan situasi yang menegangkan dan tidak menyenangkan. Menurut Supraptiknya (dalam Gonso, 2014) mengemukakan bahwa kecemasan merupakan salah satu reaksi terhadap suatu keadaan yang sering ditemukan pada kebanyakan orang.

Pada penelitian ini skala Kecemasan menghadapi pensiun diukur menggunakan SCRAS (*Social Components of Retirement Anxiety Scale*) yang disusun oleh Fletcher dan Hansson (1991) berdasarkan aspek-aspek kecemasan menghadapi pensiun meliputi aspek identitas dan integrasi sosial, antisipasi pengucilan sosial dan kehilangan pertemanan dengan item sebanyak 23 butir pernyataan.

2. Dukungan Sosial

Dukungan merupakan sebuah dorongan baik dari dalam diri individu mau pun dari luar individu. Dukungan sosial yaitu suatu dorongan yang berasal dari luar diri individu yang bertujuan untuk memberikan *support* atau motivasi kepada individu dalam menghadapi hidupnya, dalam penelitian ini masalah yang diangkat berkaitan dengan masa pensiun atau berakhirnya masa kerja. Dengan demikian motivasi dan *support* tersebut diberikan untuk membekali individu dalam menghadapi masa pensiun yang akan dihadapi. Dukungan sosial dalam penelitian ini merupakan dukungan yang berasal dari lingkungan luar individu yaitu dukungan sosial keluarga. Aspek dukungan sosial dalam penelitian ini mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh (Sarafino, 1994) yaitu aspek emosional yang berkaitan dengan perasaan hati/suasana hati individu, aspek instrumental dapat berupa penyediaan sarana yang dapat mempermudah kebutuhan orang lain, aspek informativ yang berupa informasi untuk mengatasi masalah pribadi individu, serta yang terakhir aspek penilaian dapat berupa *feedback* atau tanggapan.

Pada penelitian ini skala dukungan sosial diukur menggunakan BSSS (*Berlin Sosial Support Scales*) yang disusun oleh Ralf Schwarzer & Ute Schulz (2013) berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial menurut (Sarafino, 1994) meliputi dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informatif dan aspek penilaian dengan item sebanyak 14 butir pernyataan.

Tabel 3. Aspek-Aspek Dukungan Sosial

Bentuk Sumber	Emosional	Instrumental	Informatif	Penilaian
Pasangan	- Mampu memahami - Memberikan ketenangan	- Memberikan dukungan materil	- Memberikan arahan - Memberikan masukan	- Pemecahan masalah - Kritik
Anak	- Memberikan hiburan - Memberikan perhatian	- Tolong menolong - Peduli	- Memberikan masukan	- Memberikan saran - Memberikan persetujuan

Sumber: Sarafino, 1994

3. Kebersyukuran

Bersyukur menurut Rusdy (2016) yaitu menerima dengan mudah atas nikmat yang diberikan oleh Allah SWT. Sedangkan menurut Mc Collough (dalam Mukhlis dan Koentjoro, 2015) menerangkan bahwa syukur merupakan suatu respon perasaan akan pemberian, sebagai bentuk apresiasi atas apa yang diterima dari pemberian orang lain. Dalam penelitian ini, syukur yang dimaksud

adalah rasa puas dan menerima atas apa yang sudah diberikan oleh Allah SWT berkaitan dengan pekerjaan yang dijalani. Ada 2 aspek syukur dalam penelitian ini mengacu pada Rusdy (2016) yaitu aspek ekstrinsik berupa ungkapan syukur dengan perilaku, aspek intrinsik yaitu ungkapan syukur yang berupa rasa ikhlas dan menerima. Skala kebersyukuran pada penelitian ini menggunakan skala *Property Psikometri* yang disusun oleh Ahmad Rusdi dengan item sebanyak 10 butir pernyataan.

C. Tahap-Tahap Penelitian

Tahap-tahap ini menggambarkan langkah peneliti dalam melakukan penelitian yaitu dimulai dengan perencanaan, pelaksanaan hingga pembahasan/pelaporan.

1. Tahap Perencanaan

Tahapan awal dalam penelitian ini dimulai dari penentuan judul, variabel, subjek serta pengujian alat ukur. Pada tahap ini peneliti mengamati beberapa fenomena yang terjadi sesuai dengan judul yang diajukan. Tahap perencanaan ini peneliti juga melakukan *Try Out* pada alat ukur yang akan digunakan. Uji coba dilakukan di PT. Madu Baru Madukismo dengan responden sebanyak 50 orang.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini peneliti mulai mencari tempat pengambilan data yang sesuai dengan kriteria serta melakukan perijinan sesuai dengan yang berlaku disetiap instansi. Peneliti mengajukan surat penelitian kepada instansi yang dituju. Setelah mendapatkan izin peneliti membagikan kuesioner kepada Pegawai Negeri Sipil yang memenuhi kriteria diteliti.

3. Tahap Pelaporan

Tahapan terakhir dalam penelitian ini yaitu peneliti menyusun semua hasil penelitian dan mengolah data yang diperoleh dengan sistematis.

D. Sampel Penelitian

1. Responden Penelitian

Peneliti akan melakukan penelitian ini dengan responden yang berciri-ciri sebagai berikut :

- Pegawai Negeri Sipil
- Jenis kelamin laki-laki dan perempuan
- Berusia mendekati kriteria usia pensiun (55-60 tahun)
- Berasal dari berbagai bagian

2. Subjek Penelitian

Subjek penelitian pada penelitian ini berjumlah 84 responden yang terdiri dari berbagai instansi diantaranya adalah :

- a. SMK N 7 Yogyakarta sebanyak 35 responden,
- b. Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta sebanyak 8 responden,
- c. Dinas Pendidikan, Kebudayaan dan Olahraga DIY sebanyak 10 responden,
- d. Dinas Pertanian DIY sebanyak 24 responden,
- e. SMP Muhammadiyah Kasihan sebanyak 7 responden.

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini yaitu dengan kuesioner (angket). Menurut (Sugiyono, 2019) kuesioner merupakan sebuah cara

pengumpulan data dengan memberikan daftar pertanyaan atau pernyataan kepada responden secara tertulis untuk kemudian diberikan respon berupa jawaban.

Skala pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Likert yaitu skala bipolar yang berguna mengukur tanggapan baik positif mau pun negatif terhadap suatu pernyataan. Item-item instrumen disusun berdasarkan aspek-aspek pada setiap variabel yang diteliti. Variabel yang akan diukur diturunkan menjadi indikator yang selanjutnya dijadikan sebagai item dapat berupa pertanyaan atau pernyataan (Sugiyono, 2019).

F. Metode Analisis Data

1. Analisis Deskriptif Statistik

Menurut Ghozali (2018:19) “Statistik deskriptif memberikan gambaran atau deskripsi suatu data yang dilihat dari nilai rata-rata (*mean*), standar deviasi, varian, maksimum, minimum, *sum*, dan *range*, kurtosis, dan *skewness* (kemencengan distribusi)”.

2. Uji Validitas dan Reliabilitas

Validitas menurut Azwar (dalam Matondang, 2009) merupakan suatu istilah yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu instrumen pengukuran dalam melakukan tugas dan fungsinya untuk mengukur. Reliabilitas yaitu sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya, dengan ciri apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama akan diperoleh hasil pengukuran yang relatif sama (Matondang, 2009).

3. Uji Normalitas

Menurut Ghozali (2018:161) “Uji normalitas bertujuan apakah dalam model regresi, variabel pengganggu atau residual memiliki distribusi normal”. Dasar pengambilan keputusan dalam uji statistik normalitas *One Sample Kolmogorov Smirnov* dengan taraf signifikansi 0,05 ini adalah jika nilai probabilitas atau signifikansi residual lebih besar dari 0,05 maka data disimpulkan berdistribusi normal (Siregar, 2017).

4. Uji Linearitas

Menurut Siregar (2017) tujuan uji linearitas adalah untuk mengetahui apakah variabel bebas (X) dan variabel tergantung (Y) mempunyai hubungan linearitas. Dasar pengambilan keputusan dalam uji linearitas adalah jika taraf signifikansi *Deviation from Linearity* $\geq 0,05$ maka variabel bebas (X) dan variabel tergantung (Y) berpola linier.

5. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode analisis korelasi (*Pearson Correlation*) dengan menggunakan alat bantu program *Statistical Packages for Sosial Sciences (SPSS) version 23.0*. Analisis korelasi bertujuan untuk mengukur hubungan linier antara 2 (dua) variabel (Ghozali, 2018:95). Dasar pengambilan keputusan dalam uji hipotesis ini adalah :

- a. Jika nilai signifikansi r hitung $\leq 0,05$ (5%), maka hipotesis pertama yang berbunyi “Ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan tingkat kecemasan pada Pegawai Negeri Sipil Pra Pensiun di Kota Yogyakarta” diterima.

- b. Jika nilai signifikansi r hitung $\leq 0,05$ (5%), maka hipotesis kedua yang berbunyi “Ada hubungan antara kebersyukuran dengan tingkat kecemasan pada Pegawai Negeri Sipil Pra Pensiun di Kota Yogyakarta” diterima.
- c. Jika nilai signifikansi F hitung $\leq 0,05$ (5%), maka hipotesis ketiga yang berbunyi “Ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dan kebersyukuran secara simultan dengan tingkat kecemasan pada Pegawai Negeri Sipil Pra Pensiun di Kota Yogyakarta” diterima.

Sedangkan nilai tingkat korelasi dan kekuatan hubungan antar variabel dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4. Tingkat Korelasi dan Kekuatan Hubungan

No.	Nilai Korelasi (r)	Tingkat Hubungan
1	0,00 – 0,199	Sangat Lemah
2	0,20 – 0,399	Lemah
3	0,40 – 0,599	Cukup
4	0,60 – 0,799	Kuat
5	0,80 – 0,100	Sangat Kuat

Sumber: Siregar (2017)

6. Analisis Sumbangan Efektif (SE) dan Sumbangan Relatif (SR)

a. Sumbangan Efektif (SE)

Menurut Winarsunu (2007) sumbangan efektif merupakan sumbangan suatu prediktor terhadap keseluruhan efektivitas garis regresi yang digunakan sebagai dasar prediksi. Rumus yang digunakan untuk mengetahui sumbangan efektif adalah :

$$SE(X)\% = \text{Beta}_x \times \text{Koefisien Korelasi} \times 100\%$$

b. Sumbangan Relatif (SR)

Menurut Winarsunu (2007) sumbangan relatif menunjukkan ukuran besarnya sumbangan suatu prediktor terhadap jumlah kuadrat regresi.

Rumus yang digunakan untuk mengetahui sumbangan relatif adalah :

$$SR(X)\% = \frac{\text{Sumbangan Efektif (X)\%}}{R_{\text{square}}}$$

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Deskriptif Statistik

Statistik deskriptif memberikan gambaran atau deskripsi suatu data yang dilihat dari nilai rata-rata (*mean*), standar deviasi, nilai maksimum, nilai minimum, dan selisih (*range*).

Tabel 5. Deskriptif Statistik

Variabel	N	Range	Maksimum	Minimum	Mean	Standar Deviasi
Dukungan Sosial Keluarga (X₁)	84	13	55	42	45,83	2,973
Kebersyukuran (X₂)	84	13	40	27	33,51	3,273
Tingkat Kecemasan (Y)	84	32	56	24	43,33	6,706

Sumber: Data primer diolah, 2021

- Variabel dukungan sosial keluarga (X₁) mempunyai skor maksimum 55 dan skor minimum 42, sehingga selisihnya (*range*) adalah 13. Sedangkan nilai rata-rata (*mean*) sebesar 45,83 dan standar deviasi 2,973, sehingga karena nilai *mean* lebih besar dari standar deviasi maka dapat disimpulkan bahwa data tidak bias.
- Variabel kebersyukuran (X₂) mempunyai skor maksimum 40 dan skor minimum 27, sehingga selisihnya (*range*) adalah 13. Sedangkan nilai rata-rata (*mean*) sebesar 33,53 dan standar deviasi 3,273, sehingga karena nilai *mean* lebih besar dari standar deviasi maka dapat disimpulkan bahwa data tidak bias.
- Variabel tingkat kecemasan (Y) mempunyai skor maksimum 56 dan skor minimum 24, sehingga selisihnya (*range*) adalah 32. Sedangkan nilai rata-rata

(*mean*) sebesar 43,33 dan standar deviasi 6,706, sehingga karena nilai *mean* lebih besar dari standar deviasi maka dapat disimpulkan bahwa data tidak bias.

B. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Dasar pengambilan keputusan dalam uji validitas ini adalah jika nilai signifikansi $\leq 0,05$ (5%), maka data dinyatakan valid (Ghozali, 2018). Berikut adalah hasil uji validitas masing-masing variabel dengan bantuan SPSS 23.0 :

Tabel 6. Hasil Uji Validitas Variabel Dukungan Sosial Keluarga (X₁)

No	Signifikansi	Keterangan	Kesimpulan
1	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
2	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
3	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
4	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
5	0,013	$0,013 \leq 0,05$	Valid
6	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
7	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
8	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
9	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
10	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
11	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
12	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
13	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
14	0,003	$0,003 \leq 0,05$	Valid

Sumber: Data primer diolah, 2021

Berdasarkan uji validitas di atas, butir pertanyaan variabel dukungan sosial keluarga yang berjumlah 14 pertanyaan dinyatakan valid karena memiliki nilai signifikansi $\leq 0,05$.

Tabel 7. Hasil Uji Validitas Variabel Kebersyukuran (X₂)

No	Signifikansi	Keterangan	Kesimpulan
1	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
2	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
3	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
4	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
5	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
6	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
7	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
8	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
9	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
10	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid

Sumber: Data primer diolah, 2021

Berdasarkan uji validitas di atas, butir pertanyaan variabel kebersyukuran yang berjumlah 10 pertanyaan dinyatakan valid karena memiliki nilai signifikansi $\leq 0,05$.

Tabel 8. Hasil Uji Validitas Variabel Tingkat Kecemasan Pensiun (Y)

No	Signifikansi	Keterangan	Kesimpulan
1	0,023	$0,023 \leq 0,05$	Valid
2	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
3	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
4	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
5	0,001	$0,001 \leq 0,05$	Valid
6	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid

7	0,013	$0,013 \leq 0,05$	Valid
8	0,005	$0,005 \leq 0,05$	Valid
9	0,008	$0,008 \leq 0,05$	Valid
10	0,001	$0,001 \leq 0,05$	Valid
11	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
12	0,014	$0,014 \leq 0,05$	Valid
13	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
14	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
15	0,006	$0,006 \leq 0,05$	Valid
16	0,002	$0,002 \leq 0,05$	Valid
17	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
18	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
19	0,006	$0,006 \leq 0,05$	Valid
20	0,006	$0,006 \leq 0,05$	Valid
21	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Valid
22	0,004	$0,004 \leq 0,05$	Valid
23	0,005	$0,005 \leq 0,05$	Valid

Sumber: Data primer diolah, 2021

Berdasarkan uji validitas di atas, butir pertanyaan variabel tingkat kecemasan pensiun yang berjumlah 23 pertanyaan dinyatakan valid karena memiliki nilai signifikansi $\leq 0,05$.

2. Uji Reliabilitas

Butir kuesioner/angket dikatakan reliabel (layak) jika koefisien reliabilitas (*Cronbach's Alpha*) $> 0,60$ (Siregar, 2017). Berikut ini adalah hasil dari uji reliabilitas menggunakan bantuan SPSS 23.0:

Tabel 9. Hasil Uji Reliabilitas

No	Nama Variabel	<i>Cronbach's Alpha</i> (α)	Keterangan	Kesimpulan
1	Dukungan Sosial Keluarga (X ₁)	0,822	0822 > 0,06	Reliabel
2	Kebersyukuran (X ₂)	0,834	0,834 > 0,06	Reliabel
3	Tingkat Kecemasan (Y)	0,781	0,781 > 0,06	Reliabel

Sumber: Data primer diolah, 2021

Dari hasil tabel 9 di atas dapat disimpulkan bahwa variabel dukungan sosial keluarga, kebersyukuran, dan tingkat kecemasan dinyatakan reliabel dikarenakan memiliki nilai *Cronbach's Alpha* (α) > 0,60.

C. Uji Normalitas

Uji normalitas data dapat dilakukan dengan menggunakan uji *One Sample Kolmogorov Smirnov* yaitu dengan ketentuan apabila nilai signifikansi $\geq 5\%$ atau 0,05 maka data memiliki distribusi normal (Ghozali, 2018). Berikut hasil uji normalitas dengan bantuan *software* SPSS 23.0 :

Tabel 10. Hasil Uji Normalitas *One Sampel Kolmogorov Smirnov*

<i>Kolmogorov Smirnov</i>	Signifikansi	Keterangan	Kesimpulan
<i>Unstandardized Residual</i>	0,915	0,915 \geq 0,05	Data Berdistribusi Normal

Sumber: Data primer diolah, 2021

Berdasarkan hasil penghitungan *output* SPSS diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,915. Karena $0,915 \geq 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

D. Uji Linearitas

Dasar pengambilan keputusan dalam uji linieritas adalah jika taraf signifikansi *Deviation from Linearity* $\geq 0,05$ maka variabel bebas (X) dan variabel tergantung (Y) berpola linier (Siregar, 2017).

Tabel 11. Hasil Uji Linieritas

Hubungan Variabel	<i>Deviation from Linearity</i>	Keterangan	Kesimpulan
Kecemasan Pensiun*Duksos Keluarga	0,081	$0,081 \geq 0,05$	Linier
Kecemasan Pensiun*Kebersyukuran	0,057	$0,057 \geq 0,05$	Linier

Sumber: Data primer diolah, 2021

Berdasarkan hasil pengujian linieritas menggunakan SPSS 23.0 pada tabel 11 di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi *Deviation from Linearity* antara variabel kecemasan pensiun dan dukungan sosial keluarga mau pun variabel kecemasan pensiun dan kebersyukuran adalah lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel kecemasan pensiun dan dukungan sosial keluarga mau pun variabel kecemasan pensiun dan kebersyukuran adalah berpola linier.

E. Pengujian Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara atas masalah yang dirumuskan. Oleh karena itu jawaban sementara ini harus diuji kebenarannya secara empirik, apakah data-data yang terkumpul mendukung hipotesis yang diajukan. Dalam penelitian ini hipotesis yang penulis diajukan ada tiga yaitu:

H₁: Ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan pensiun pada Pegawai Negeri Sipil Pra Pensiun di Kota Yogyakarta.

H₂: Ada hubungan antara kebersyukuran dengan kecemasan pensiun pada Pegawai Negeri Sipil Pra Pensiun di Kota Yogyakarta.

H₃: Ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dan kebersyukuran secara simultan dengan kecemasan pensiun pada Pegawai Negeri Sipil Pra Pensiun di Kota Yogyakarta.

Hipotesis pertama dan kedua diuji secara parsial dengan korelasi *product moment*, sedangkan hipotesis ketiga diuji dengan uji F. Dasar pengambilan keputusan adalah apabila nilai signifikansi $\leq 0,05$ (5%) maka dapat dikatakan ada korelasi atau hubungan. Berikut adalah hasil masing-masing uji hipotesis :

1. Uji korelasi Hipotesis Pertama

Tabel 12. Hasil Uji Korelasi Dukungan Sosial Keluarga terhadap Tingkat Kecemasan Pensiun

		Dukungan Sosial	Kecemasan Pensiun
Dukungan Sosial	<i>Pearson Correlation</i>	1	-0,523
	Sig. (2-tailed)		,000
Kecemasan Pensiun	<i>Pearson Correlation</i>	-0,523	1
	Sig. (2-tailed)	,000	

Sumber: Data primer diolah, 2021

Berdasarkan hasil pengujian korelasi menggunakan SPSS 23.0 pada tabel 12 di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi adalah 0,000. Karena $0,000 \leq 0,05$ maka hipotesis pertama yang diajukan dalam penelitian ini yaitu: “Ada

hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan pensiun pada Pegawai Negeri Sipil pra pensiun di Kota Yogyakarta” diterima.

Dalam tabel 12 di atas juga diketahui nilai *Pearson Correlation* sebesar -0,523. Hasil tersebut menunjukkan bahwa arah hubungan antara dukungan sosial keluarga terhadap tingkat kecemasan pensiun adalah negatif, yang artinya semakin besar dukungan sosial keluarga maka akan menurunkan tingkat Kecemasan Pegawai Negeri Sipil pada masa pensiun. Sedangkan kekuatan hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan tingkat kecemasan pensiun sebesar 0,523 yang termasuk dalam golongan hubungan sedang/cukup.

2. Uji Korelasi Hipotesis Kedua

Tabel 13. Hasil Uji Korelasi Dukungan Sosial Keluarga terhadap Tingkat Kecemasan Pensiun

		Kebersyukuran	Kecemasan Pensiun
Kebersyukuran	<i>Pearson Correlation</i>	1	-0,442
	Sig. (2-tailed)		,000
Kecemasan Pensiun	<i>Pearson Correlation</i>	-0,442	1
	Sig. (2-tailed)	,000	

Sumber: Data primer diolah, 2021

Berdasarkan hasil pengujian korelasi menggunakan SPSS 23.0 pada tabel 13 di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi adalah 0,000. Karena $0,000 \leq 0,05$ maka hipotesis kedua yang diajukan dalam penelitian ini yaitu: Ada hubungan antara kebersyukuran dengan kecemasan pensiun pada Pegawai Negeri Sipil pra pensiun di Kota Yogyakarta” diterima.

Dalam tabel 13 di atas juga diketahui nilai *Pearson Correlation* sebesar -0,442. Hasil tersebut menunjukkan bahwa arah hubungan antara kebersyukuran

terhadap tingkat kecemasan pensiun adalah negatif, yang artinya semakin besar kebersyukuran maka akan menurunkan tingkat Kecemasan Pegawai Negeri Sipil pada masa pensiun. Sedangkan kekuatan hubungan antara kebersyukuran dengan tingkat kecemasan pensiun sebesar 0,442 yang termasuk dalam golongan hubungan sedang/cukup.

3. Uji Korelasi Hipotesis Ketiga

Tabel 14. Hasil Uji Korelasi Dukungan Sosial Keluarga dan Kebersyukuran terhadap Tingkat Kecemasan Pensiun

R	R ²	<i>Sig F Change</i>	Keterangan	Kesimpulan
0,585	0,342	0,000	$0,000 \leq 0,05$	Berhubungan

Sumber: Data primer diolah, 2021

Berdasarkan hasil pengujian korelasi menggunakan SPSS 23.0 pada tabel di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi F adalah 0,000. Karena $0,000 \leq 0,05$ maka hipotesis ketiga yang diajukan dalam penelitian ini yaitu: “Ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dan kebersyukuran secara simultan terhadap tingkat kecemasan pensiun pada Pegawai Negeri Sipil pra pensiun di Kota Yogyakarta” diterima.

Dalam tabel 14 di atas juga diketahui nilai korelasi (R) dukungan sosial keluarga dan kebersyukuran secara simultan terhadap tingkat kecemasan pensiun sebesar 0,585 atau 58,5% yang artinya bahwa hubungan dukungan sosial keluarga dan kebersyukuran secara simultan terhadap tingkat kecemasan pensiun tergolong dalam hubungan sedang/cukup. Sedangkan kontribusi secara

simultan (R^2) dukungan sosial keluarga dan kebersyukuran terhadap tingkat kecemasan pensiun yaitu $(0,585)^2 \times 100\% = 34,2\%$.

Berdasarkan hasil hitung di atas, kontribusi secara simultan dukungan sosial keluarga dan kebersyukuran terhadap tingkat kecemasan pensiun sebesar 34,2%, sedangkan sisanya 65,8% dipengaruhi oleh variabel bebas lainnya yang tidak diteliti oleh peneliti.

F. Analisis Sumbangan Efektif (SE) dan Sumbangan Relatif (SR)

Dalam menganalisis sumbangan Efektif (SE) dan Sumbangan Relatif (SR) masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat diperlukan nilai koefisien regresi (beta), koefisien korelasi, dan *R Square* dari masing-masing variabel bebas.

Tabel 15. Nilai Koefisien Regresi (Beta), Koefisien Korelasi, dan R square

Variabel	<i>Standardized Coefficients</i> (Beta)	<i>Coefficients</i> <i>Correlation</i>	<i>R Square</i>
X₁	-0,414	-0,523	0,342
X₂	-0,283	-0,442	

Sumber: Data primer diolah, 2021

Setelah koefisien regresi (beta), koefisien korelasi, dan *R Square* diketahui, selanjutnya dihitung menggunakan rumus berikut :

$$SE(X)\% = \text{Beta}_x \times \text{Koefisien Korelasi} \times 100\%$$

$$SR(X)\% = \frac{\text{Sumbangan Efektif (X)\%}}{R_{\text{square}}}$$

1. Variabel Dukungan Sosial Keluarga

a. Sumbangan Efektif X_1

$$\begin{aligned} SE(X_1)\% &= \text{Beta}_{x_1} \times \text{Koefisien Korelasi} \times 100\% \\ &= -0,414 \times (-0,523) \times 100\% \\ &= 21,66\% \end{aligned}$$

b. Sumbangan Relatif X_1

$$\begin{aligned} SR(X_1)\% &= \frac{\text{Sumbangan Efektif (X1)\%}}{R_{\text{square}}} \\ &= \frac{21,66\%}{0,342} \\ &= 63,4\% \end{aligned}$$

2. Variabel Kebersyukuran

$$\begin{aligned} SE(X_2)\% &= \text{Beta}_{x_2} \times \text{Koefisien Korelasi} \times 100\% \\ &= -0,283 \times (-0,442) \times 100\% \\ &= 12,51\% \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} SR(X_2)\% &= \frac{\text{Sumbangan Efektif (X2)\%}}{R_{\text{square}}} \\ &= \frac{12,51\%}{0,342} \\ &= 36,6\% \end{aligned}$$

Berdasarkan hasil penghitungan di atas maka besarnya Sumbangan Efektif (SE) dan Sumbangan Relatif (SR) dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 16. Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif Variabel Bebas terhadap Variabel Terikat

Variabel	Sumbangan Efektif	Sumbangan Relatif
X₁	21,7%	63,4%
X₂	12,5%	36,6%
Total	34,2%	100%

Sumber : Data di olah 2021

Berdasarkan analisis di atas dapat diketahui bahwa dukungan sosial keluarga memberikan sumbangan relatif sebesar 63,4% dan sumbangan efektif sebesar 21,7%, kebersyukuran memberikan sumbangan relatif sebesar 36,6% dan sumbangan efektif sebesar 12,5%. Hal ini berarti bahwa variabel dukungan sosial keluarga lebih dominan dalam berhubungan dengan kecemasan pensiun. Berdasarkan tabel tersebut secara bersama-sama variabel dukungan sosial keluarga dan kebersyukuran memberikan sumbangan efektif sebesar 34,2% terhadap kecemasan pensiun dan sebesar 65,8% diberikan oleh variabel-variabel lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini.

G. Pembahasan

1. Pembahasan Hipotesis Pertama

Hipotesis pertama menyatakan ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan pensiun pada Pegawai Negeri Sipil pra pensiun di Kota Yogyakarta. Hal ini dibuktikan dengan uji korelasi parsial yang diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,000 \leq 0,05$ yang berarti ada hubungan antara dukungan sosial keluarga (X_1) terhadap tingkat kecemasan pensiun (Y) sehingga hipotesis pertama (H_1) diterima.

Berdasarkan hasil penelitian dukungan sosial keluarga dengan kecemasan pensiun tersebut. Ditemukan banyak pegawai Negeri Sipil pra pensiun yang mendapatkan dukungan dari keluarga masing-masing dalam menghadapi masa pensiun, sehingga para pegawai pra pensiun tersebut merasa tenang dan siap dalam menghadapi masa pensiun yang akan datang. Dengan demikian kecemasan dalam menghadapi masa pensiun tidak terjadi atau tidak dialami oleh para Pegawai Negeri Sipil pra pensiun.

Akan tetapi ada pula beberapa Pegawai Negeri Sipil pra pensiun yang tidak mendapatkan dukungan sosial dari keluarganya khususnya dari anak. Pada penelitian kali ini, hal tersebut terjadi akibat dukungan dari anak tidak didapatkan, dikarenakan anak yang sudah berkeluarga dan pisah dengan orang tuanya sehingga anak dianggap tidak memperdulikan orang tuanya. Hal tersebut mengakibatkan beberapa Pegawai Negeri Sipil pra pensiun mengalami kekhawatiran pada masa pensiun yang akan dialami dan menimbulkan kecemasan dalam diri jika sudah tidak bekerja lagi.

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Faradilah dan Rahmi (2014) didapatkan hasil bahwa sebagian besar pegawai negeri sipil yang akan menghadapi masa pensiun mendapatkan dukungan sosial dari keluarga yang positif serta memiliki tingkat kesiapan pensiun yang tinggi, hasil tersebut dapat dikatakan sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis, yakni pegawai negeri sipil pra pensiun yang diteliti mendapatkan dukungan sosial dari keluarganya yang berdampak pada tingkat kecemasan yang rendah dalam menghadapi pensiun.

2. Pembahasan Hipotesis Kedua

Hipotesis kedua menyatakan ada hubungan antara kebersyukuran dengan kecemasan pensiun pada Pegawai Negeri Sipil pra pensiun di Kota Yogyakarta. Hal ini dibuktikan dengan uji korelasi parsial yang diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,000 \leq 0,05$, sehingga dapat diartikan bahwa ada hubungan antara kebersyukuran (X_2) terhadap tingkat kecemasan pensiun, sehingga hipotesis kedua (H_2) diterima.

Variabel kebersyukuran pada penelitian ini erat hubungannya dengan tingkat religiusitas individu. Berdasarkan hasil penelitian dapat dijelaskan bahwa Pegawai Negeri Sipil pra pensiun yang memiliki tingkat religiusitas yang tinggi akan merasa cukup dan tenang ketika menghadapi masa pensiun. Hal ini dapat berdampak pada kepercayaan diri yang lebih dalam menghadapi masa pensiun. Kepercayaan diri yang lebih mampu memberikan rasa tenang dan aman ketika para pegawai tersebut memasuki masa pensiun. Ketenangan secara batin dan rasa cukup dalam diri individu menjadikan hidup yang tentram setelah masa pensiun itu tiba.

Berdasarkan hasil penelitian, pegawai negeri sipil pra pensiun yang memiliki tingkat kebersyukuran yang tinggi, mendorong individu untuk berperilaku secara positif dalam mempersiapkan kegiatan yang akan dilakukan ketika nanti sudah tidak bekerja lagi dan tidak hanya mementingkan dirinya sendiri. Pegawai pra pensiun tersebut mempunyai kepercayaan diri yang tinggi dan mampu mempersiapkan diri secara matang dan menerima kenyataan secara “Legowo” untuk kehilangan aktivitasnya dan tidak bekerja lagi.

Melihat hasil penelitian yang dilakukan oleh Koentjoro dan Mukhlis (2015) yang dilakukan kepada Siswa SMA yang akan menghadapi Ujian Nasional, diketahui bahwa kebersyukuran mampu menurunkan tingkat kecemasan siswa. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis, yakni secara teori kebersyukuran yang tinggi juga mampu menurunkan tingkat kecemasan pegawai pra pensiun, dalam penelitian ini hal tersebut juga terjadi meskipun tidak terlalu berpengaruh/kuat. Hal tersebut dikarenakan tingkat religiusitas setiap orang berbeda-beda serta beraneka ragam agama yang diakui di Indonesia.

3. Pembahasan Hipotesis Ketiga

Hipotesis ketiga menyatakan ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dan kebersyukuran dengan kecemasan pensiun pada Pegawai Negeri Sipil pra pensiun di Kota Yogyakarta. Hal ini dibuktikan dengan uji analisis korelasi ganda yang diperoleh nilai signifiaknsi sebesar $0,000 \leq 0,05$ sehingga dapat dikatakan bahwa dukungan sosial keluarga dan kebersyukuran secara simultan memiliki hubungan dengan tingkat kecemasan pensiun sehingga hipotesis ketiga (H_3) diterima.

Dukungan sosial keluarga dan kebersyukuran berdasarkan hasil penelitian mempunyai hubungan dengan tingkat kecemasan pada pegawai negeri sipil pra pensiun. Dukungan sosial keluarga merupakan sebuah dukungan yang diberikan oleh anggota keluarga inti kepada pegawai Negeri Sipil yang akan mengalami masa pensiun. Saat pegawai pra pensiun mendapatkan dukungan yang positif dari keluarganya, maka pegawai tersebut

dapat memanfaatkan dukungan sosial keluarga sebagai bantuan untuk merancang kegiatan yang akan dilakukan setelah masa pensiun tiba, meningkatkan kepercayaan diri dalam menyesuaikan diri dan bersosialisasi dengan lingkungan di sekitarnya.

Kebersyukuran dapat diartikan perasaan menerima secara sadar pada individu akan kondisi yang terjadi yakni tidak bekerja kembali karena masa pensiun tiba. Pegawai pra pensiun yang memiliki tingkat kebersyukuran yang tinggi, lebih percaya diri dalam menghadapi masa pensiun dan tidak mengalami kekhawatiran akan kehidupannya. Perasaan cukup dan menerima dengan lapang dada segala sesuatu yang sudah didapatkan. Ungkapan rasa syukur atas segala nikmat yang telah diberikan dapat dilakukan dengan lebih mendekatkan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Pada penelitian yang pernah dilakukan oleh Syafitri (2015) didapatkan hasil jika pegawai mendapatkan dukungan sosial yang tinggi dari keluarganya, maka tingkat kecemasan juga akan semakin rendah. Jika dibandingkan dengan hasil penelitian yang penulis lakukan, maka hasil tersebut sejalan atau sama. Dalam penelitian ini juga didapatkan hasil bahwa pegawai negeri sipil pra pensiun yang mendapatkan dukungan sosial dari keluarganya serta memiliki religiusitas atau kebersyukuran yang tinggi, maka tingkat kecemasan semakin rendah.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dalam penelitian ini, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan menghadapi pensiun pada Pegawai Negeri Sipil pra pensiun di Yogyakarta, hal tersebut ditunjukkan dengan perolehan nilai signifikansi sebesar 0,000 dimana nilai tersebut lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$). Selain itu diperoleh nilai *Pearson Correlation* sebesar -0,523, yang artinya menunjukkan bahwa arah hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan menghadapi pensiun bersifat negative yaitu semakin besar dukungan sosial keluarga yang didapatkan maka akan semakin kecil kecemasan menghadapi pensiun. Maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dari keluarga yang diperoleh Pegawai Negeri Sipil pra pensiun, dapat memberikan efek yang positif sehingga mampu mengurangi kecemasan saat menghadapi pensiun.
2. Ada hubungan antara kebersyukuran dengan kecemasan menghadapi pensiun pada Pegawai Negeri Sipil Pra Pensiun di Yogyakarta. Hal ini dibuktikan dengan perolehan nilai signifikansi sebesar $0,00 < 0,05$. Dilakukan juga uji *pearson Correlation* antara kebersyukuran dengan kecemasan menghadapi pensiun, diperoleh nilai sebesar -0,442 yang berarti hubungan antara kebersyukuran dengan kecemasan pensiun bersifat negative

yaitu, semakin tinggi kebersyukuran maka kecemasan pensiun akan semakin kecil. Dapat disimpulkan bahwa kebersyukuran juga memberikan pengaruh terhadap kecemasan Pegawai Negeri Sipil Pra Pensiun di Yogyakarta.

3. Kesimpulan yang ketiga yaitu, adanya hubungan antara dukungan sosial keluarga dan kebersyukuran terhadap tingkat kecemasan pensiun pada Pegawai Negeri Sipil pra Pensiun di Yogyakarta. Berdasarkan hasil uji analisis korelasi ganda diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,00 < 0,05$ serta diperoleh nilai R sebesar 0,585 atau 58,5%, nilai tersebut dapat dikategorikan bahwa hubungan antara dukungan sosial keluarga dan kebersyukuran secara simultan terhadap kecemasan pensiun memiliki hubungan yang cukup/sedang. Sedangkan kontribusi secara simultan (R^2) antara dukungan sosial keluarga dan kebersyukuran terhadap tingkat kecemasan pensiun yaitu $(0,585)^2 \times 100\% = 34,22\%$. Maka dapat diartikan bahwa dukungan sosial keluarga dan kebersyukuran memiliki kontribusi terhadap tingkat kecemasan pensiun sebesar 34,33% sedangkan 65,77% lainnya dipengaruhi oleh variable bebas lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

B. Saran

Pada penelitian ini masih ditemukan banyak kekurangan yaitu :

1. Banyaknya item pertanyaan serta kondisi emosional responden yang berbeda-beda mengakibatkan responden memberikan jawaban secara tidak serius yang berakibat pada data yang diperoleh kurang maksimal.

Dengan demikian peneliti hendaknya mempersiapkan alat ukur secara lebih baik dengan item yang secukupnya sehingga dapat meminimalisir terjadinya kesalahan dan kemalasan dalam menjawab kuisioner.

2. Kurangnya subjek penelitian sehingga data yang diperoleh kurang maksimal. Hendaknya peneliti dapat mempersiapkan tempat penelitian serta reponden yang lebih banyak, agar data yang diperoleh lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Munajjid, M. B. S. 2006. *Silsilah Amalan Hati. Ikhlas, Tawakkal, Optimis, Takut, Bersyukur, Ridha, Sabar, Introspeksi Diri, Tafakkur, Mahabbah, Taqwa, Wara'*. Bandung: Irsyad Baitus Salam.
- Al-Qur'an (QS. Ibrahim ayat 7)
- Chaplin, J. P. (1999). *Kamus Lengkap Psikologi*. penerjemah : Kartini Kartono. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Durand & Barlow. 2006. *Intisari Psikologi Abnormal Edisi Keempat*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fardila, N., Rahmi, T., & Putra, Y, Y. 2014. Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesiapan Menghadapi Pensiun Pada Pegawai Negrei Sipil. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 5, No. 2.
- Froh, J. J., Emmons, R. A, et al. 2011. *Measuring Gratitude in Youth: Assessing the Psychometric Properties of Adult Gratitude Scale in Children and Adolescents. Psychological Assessment*. Vol. 23, No. 2
- Ghozali, I. 2018. *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program SPSS 25*. Edisi 9 Cetakan IX. Semarang: Undip.
- Ghufron, M. Nur, & Rini, R. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Hurlock, E. B. 1980. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Ruang Kehidupan*, Edisi 5. Jakarta: Erlangga
- Ifdil, B Khairul. (2015). *The Effectiveness of Peer-Helping to Reduce Academic-Stress of Students. Addictive Disorders & Their Treatment*, Vol. 14, No. 4, 176-181.
- Jacinta, Rini F. (2001). *Pensiun dan pengaruhnya*.
- Kartono, Kartini. 2000. *Hygiene Mental*, Cetakan Ketujuh. Bandung: Mandar Maju.
- Koentjoro, & Mukhlis, H. (2015). Pelatihan Kebersyukuran untuk Menurunkan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional pada Siswa SMA. *Jouenal of Professional Psychology*. 1(3). 203-215
- Kristanto, E. 2016. Perbedaan Tingkat Kebersyukuran pada laki-laki dan Perempuan. *Psychology & Humanity*.
- Madany, A. M. 2015. Syukur dalam Prespektif Al-Qur'an. *Jurnal Az Zarfqa'*, Vol. 7, No. 1.

- Mahardika, N., F & Halimah, L. (2017). Hubungan *Gratitude* dan *Subjective Well-Being* Odapus Wanita Dewasa Awal di Syamsi Dhuha *Foundation* Bandung. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. 4 (1). 91-114.
- Marni, A., & Yuniawati, R. (2015). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri pada Lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta. EMPHATY, *Jurnal Fakultas Psikologi*, Vol. 3, No. 1.
- Matondang, Zulkifli. (2009). *Validitas dan Reliabilitas Suatu Instrumen Penelitian*. Jurnal Tabularasa PPS UNIMED: Vol 6, (1). 87-97
- Mubarak, & Umi. 2017. Korelasi antara Kebersyukuran Terhadap Kecemasan Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester Tiga di Banjarmasin. *Jurnal Psikologi*. Vol. 13 No. 1.
- Mu'in, M., & Setyaningsih, S. (2013). Dukungan sosial dan tingkat kecemasan pada kelompok pekerja pns yang menghadapi masa pensiun. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, Vol. I, No. 2, 116-121.
- Nevid, J.R., 2003, *Psikologi Abnormal Jilid 1*, Jakarta: Penerbit Erlangga
- Nuraini, D., (2013). Kecerdasan Emosi dan Kecemasan menghadapi Pensiun Pada PNS. *Ejournal Psikologi*, Vol. 1, No. 3.
- Paidi. 2013. Strategi Persiapan Masa Pensiun Bagi para Karyawan. *E-Journal WIDYA Ekonomika*, Vol 1. No 1.
- Papalia, D. E., Sterns, H. L., Feldman, R. D., & Camp, C. J. (2007). *Adult development and aging* (3rd edition). New York: McGraw-Hill.
- Pradono, G.P., & Purnamasari, S.E. (2010). Hubungan antara penyesuaian diri dengan kecemasan dalam menghadapi masa pensiun pada pegawai negeri sipil di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. *Jurnal*.
- Ramaiah, Savitri. 2003. *Kecemasan: Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Ratnaningsih, I. Z., & Ahmad, F. 2016. Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dengan Kecemasan menghadapi Pensiun Pada Karyawan Di PT Perkebunan Nusantara VII Unit Usaha Betung Kabupaten Banyuwasin Sumatra Selatan. *Jurnal Empati*, Vol. 5, No. 3.
- Rusdi, A. 2016. Syukur Dalam Psikologi Islam dan Konstruksi Alat Ukurnya. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi*, Vol. 2, No. 2.
- Safarino, E. 1994. *Health Psychology, Biopsychosocial Interaction* (2nd ed). New York: John Wiley & Sons, Inc.

- Safitri, B. R. 2013. Kesiapan Menghadapi Masa Pensiun Ditinjau dari Peran Gender Karyawan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, Vol. 01, No. 02.
- Siregar, S. 2017. *Statistik Parametrik Untuk Penelitian Kuantitatif*. Cetakan kelima. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT Grasindo.
- Sugiyono. 2019. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Edisi kedua Cetakan 1. Bandung: Alfabeta.
- Sutaryo, Lyly Puspa Palupi. 2007. Hubungan Antara Locus of Control dengan Kecemasan dalam Menghadapi Pensiun. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, Vol. 4 No. 1.
- Syafitri, A. 2015. Pengaruh Tingkat Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Menjelang Pensiun Pada Karyawan Perusahaan X Di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik. *Jurnal Psikosains*, Vol. 10, No. 1.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009). *Psikologi sosial*, edisi kedua belas. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Widjajanto, Joannes. 2009. *PHK dan Pensiun Dini, Siapa Takut ?*. Jakarta: Penebar Plus.
- Winarsunu, T. 2007. *Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*. Malang: UMM Pers.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian

Lampiran 2 Tabulasi Data

No	Dukungan Sosial Keluarga (X1)														Jumlah X1
	X1.1	X1.2	X1.3	X1.4	X1.5	X1.6	X1.7	X1.8	X1.9	X1.10	X1.11	X1.12	X1.13	X1.14	
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42
2	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	52
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	43
4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	52
5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42
6	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	46
7	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	48
8	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	45
9	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	51
10	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	47
11	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	55
12	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	46
13	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	43
14	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	43
15	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	49
16	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	52
17	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	44
18	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	43
19	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	47
20	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	46
21	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	43
22	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42
23	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	50
24	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	45
25	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
26	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	47
27	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	47
28	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	45
29	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	49
30	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	43
31	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	43
32	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
33	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
34	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
35	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
36	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	46
37	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	45
38	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	46
39	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
40	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	43
41	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
42	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
43	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42
44	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
45	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	45
46	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	46
47	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
48	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	46
49	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	45
50	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
51	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42
52	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	49
53	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	45
54	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	45
55	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	46
56	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	47
57	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	45
58	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	50
59	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	43
60	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	43
61	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42
62	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42
63	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	50
64	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	51
65	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	48
66	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	51
67	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	50
68	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	50
69	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	50
70	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	49
71	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	45
72	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	45
73	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
74	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	44
75	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
76	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	45
77	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42
78	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
79	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	45
80	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	45
81	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	48
82	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	45
83	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	51
84	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	47

No	Kebersyukuran (X2)										Jumlah X2
	X2.1	X2.2	X2.3	X2.4	X2.5	X2.6	X2.7	X2.8	X2.9	X2.10	
1	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	37
2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	37
5	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	34
6	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	34
7	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	29
8	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	35
9	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	36
10	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	33
11	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	33
12	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	25
13	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	35
14	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	27
15	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	33
16	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	35
17	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	38
18	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	34
19	3	4	4	4	4	4	4	2	3	3	35
20	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	39
21	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	34
22	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	35
23	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	37
24	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	37
25	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	32
26	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	34
27	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	35
28	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	36
29	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	37
30	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	35
31	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	27
32	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	32
33	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	37
34	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	36
35	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	29
36	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	38
37	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	28
38	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	37
39	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
40	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	29
41	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
42	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	31
43	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	33
44	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	33
45	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	38
46	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	37
47	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	33
48	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	33
49	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	31
50	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	37
51	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	33
52	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	33
53	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
54	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	35
55	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	39
56	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	36
57	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	39
58	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	38
59	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	36
60	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	29
61	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	34
62	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	31
63	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	35
64	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	30
65	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	29
66	4	4	3	3	3	2	4	3	3	3	32
67	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	36
68	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	31
69	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	29
70	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	32
71	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
72	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
73	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	27
74	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	32
75	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	31
76	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	34
77	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	33
78	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	32
79	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	38
80	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	35
81	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	32
82	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	34
83	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	31
84	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	34

No	Kecemasan Pensiun (Y)																						Jumlah Y	
	Y.1	Y.2	Y.3	Y.4	Y.5	Y.6	Y.7	Y.8	Y.9	Y.10	Y.11	Y.12	Y.13	Y.14	Y.15	Y.16	Y.17	Y.18	Y.19	Y.20	Y.21	Y.22		Y.23
1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	47
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	35
3	2	2	2	2	2	1	3	2	1	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	44
4	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	3	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	34
5	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	47
6	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	38
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	28
8	4	2	1	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	48
9	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	3	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	35
10	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	45
11	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	30
12	2	2	2	2	2	1	2	2	1	3	2	1	3	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	38
13	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	47
14	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	49
15	2	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	3	1	1	2	2	2	1	2	3	3	3	3	47
16	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	52
17	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	43
18	4	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	1	1	1	1	50
19	2	1	1	1	1	2	3	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	37
20	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	39
21	2	2	2	2	2	1	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	1	46
22	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	47
23	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	27
24	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	3	1	2	1	1	2	32
25	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	55
26	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	47
27	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	1	42
28	1	2	1	1	2	4	2	2	1	3	1	2	4	3	1	2	1	3	1	2	2	2	2	45
29	1	1	2	2	1	3	2	2	1	3	2	2	4	4	1	1	2	3	2	3	1	1	1	45
30	1	1	2	2	2	3	2	1	1	3	1	2	2	1	3	2	1	3	3	2	2	2	2	44
31	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	1	3	1	2	2	2	2	49
32	1	1	1	1	1	4	2	2	1	3	2	3	4	3	1	1	1	3	2	2	2	2	2	45
33	1	1	1	1	1	4	2	1	1	3	2	2	4	4	1	3	3	3	2	2	2	2	2	48
34	4	1	2	2	1	3	2	3	2	3	2	2	4	3	2	2	1	3	2	2	1	1	2	50
35	1	1	2	2	3	3	2	2	1	3	1	2	4	3	2	3	2	4	1	2	2	2	2	50
36	3	3	3	4	1	4	2	2	1	3	1	1	4	4	2	1	2	3	2	1	1	1	1	50
37	1	2	2	1	2	3	2	2	2	4	1	2	4	3	2	1	2	4	2	2	2	2	2	50
38	1	1	1	2	1	3	2	2	2	3	2	1	4	3	2	2	2	3	1	1	1	1	2	43
39	1	1	1	1	1	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	47
40	1	2	2	2	2	4	2	2	2	3	2	1	4	3	2	2	2	3	1	2	2	2	1	49
41	3	3	3	2	1	4	1	2	2	4	2	1	4	3	1	1	2	4	2	1	1	1	1	49
42	1	1	2	1	2	3	2	2	2	3	1	3	3	3	2	2	1	2	2	4	2	1	2	47
43	1	1	2	2	1	4	1	1	2	3	2	2	4	4	1	1	2	4	1	2	2	2	2	47
44	1	1	1	1	2	3	1	1	1	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	44
45	1	1	2	2	1	3	2	2	1	3	2	1	4	3	2	2	2	3	1	2	1	1	1	43
46	1	1	1	2	2	4	2	2	2	3	2	2	4	4	1	1	2	3	1	2	2	2	2	48
47	1	1	2	1	1	3	2	1	2	4	1	2	4	4	1	2	1	3	2	2	2	2	2	46
48	1	2	1	1	1	3	2	2	1	3	1	2	4	3	1	1	1	4	2	2	2	2	2	44
49	1	1	1	1	2	3	2	1	1	3	2	2	4	3	1	1	2	3	2	2	2	2	2	44
50	1	1	2	1	1	4	3	3	3	2	3	2	4	4	1	1	2	3	1	3	3	2	2	52
51	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	47
52	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	4	2	2	2	33
53	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	3	1	2	1	1	1	30
54	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	1	1	1	1	51
55	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	49
56	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	1	43
57	1	2	1	1	2	4	2	2	1	3	1	1	4	3	1	2	1	3	1	1	1	1	1	40
58	1	1	2	2	1	3	2	2	1	3	2	2	4	4	1	1	2	3	2	2	1	1	1	44
59	1	1	2	2	2	3	2	1	1	3	1	3	2	1	3	2	1	3	3	3	3	2	2	47
60	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	1	3	1	3	2	2	2	51
61	3	2	1	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	42
62	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	39
63	2	1	1	1	1	1	4	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	32
64	2	1	1	2	2	1	3	2	1	2	1	2	1	1	4	2	1	2	2	1	1	2	2	39
65	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	46
66	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	31
67	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	33
68	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	2	2	2	4	1	2	2	48
69	3	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	42
70	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	51
71	1	2	2	1	2	3	2	2	2	4	1	2	4	3	2	1	2	4	2	1	2	2	1	48
72	1	1	1	2	1	3	2	2	2	3	2	1	4	3	2	2	2	3	1	1	1	1	2	43
73	1	1	1	1	1	3	2	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	2	3	1	1	1	1	40
74	1	2	2	2	2	4	2	2	2	3	2	2	4	3	2	2	2	3	1	1	2	2	2	50
75	3	3	3	2	1	4	1	2	2	4	2	1	4	3	1	1	2	4	2	3	3	3	2	56
76	1	1	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	3	3	2	2	1	2	2	1	1	2	1	42
77	1	1	2	1	4	1	1	2	3	2	1	4	4	1	1	2	4	1	1	1</				

Lampiran 5 Uji Reliabilitas

Dukungan Sosial Keluarga (X_1)

Cronbach's Alpha	N of Items
.822	14

Kebersyukuran (X_2)

Cronbach's Alpha	N of Items
.834	10

Kecemasan Pensiun (Y)

Cronbach's Alpha	N of Items
.781	23

Lampiran 6 Uji Normalitas

		Unstandardized Residual
N		84
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.000000
	Std. Deviation	5.43978388
Most Extreme Differences	Absolute	.061
	Positive	.061
	Negative	-.061
Kolmogorov-Smirnov Z		.558
Asymp. Sig. (2-tailed)		.915

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Lampiran 7 Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan Pensiun * Duksos Keluarga	Between Groups	(Combined)	1556.542	11	141.504	4.682	.000
		Linearity	1020.629	1	1020.629	33.769	.000
		Deviation from Linearity	535.912	10	53.591	1.773	.081
	Within Groups		2176.125	72	30.224		
	Total		3732.667	83			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan Pensiun * Kebersyukuran	Between Groups	(Combined)	1452.249	13	111.711	3.429	.000
		Linearity	729.551	1	729.551	22.394	.000
		Deviation from Linearity	722.698	12	60.225	1.849	.057
	Within Groups		2280.418	70	32.577		
	Total		3732.667	83			

Lampiran 8 Uji Korelasi

Korelasi Dukungan Sosial Keluarga terhadap Tingkat Kecemasan Pensiun

Correlations

		Duksos Keluarga	Kecemasan Pensiun
Duksos Keluarga	Pearson Correlation	1	-.523**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	84	84
Kecemasan Pensiun	Pearson Correlation	-.523**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	84	84

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Korelasi Kebersyukuran terhadap Tingkat Kecemasan Pensiun

Correlations

		Kebersyukuran	Kecemasan Pensiun
Kebersyukuran	Pearson Correlation	1	-.442**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	84	84
Kecemasan Pensiun	Pearson Correlation	-.442**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	84	84

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Korelasi Dukungan Sosial Keluarga dan Kebersyukuran terhadap Tingkat Kecemasan Pensiun

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.585 ^a	.342	.326	5.507	.342	21.051	2	81	.000

a. Predictors: (Constant), Kebersyukuran, Duksos Keluarga

b. Dependent Variable: Kecemasan Pensiun

Lampiran 9 Koefisien Beta

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	105.639	9.759		10.825	.000
	Duksos Keluarga	-.935	.220	-.414	-4.247	.000
	Kebersyukuran	-.581	.200	-.283	-2.905	.005

a. Dependent Variable: Kecemasan Pensiun