

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN *SUBJECTIVE WELL-
BEING* PADA PEKERJA PROYEK BANGUNAN**



Oleh:

Dhesy Nurindah Dwi Pawistri

Nita Trimulyaningsih

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

YOGYAKARTA

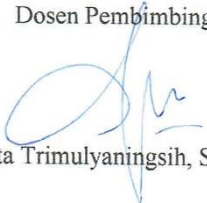
2018

NASKAH PUBLIKASI

HUBUNGAN KEBERSYUKURAN DAN *POST POWER SYNDROME*
PADA PENSIUNAN PEGAWAI NEGERI SIPIL



Dosen Pembimbing Utama


(Nita Trimulyaningsih, S.Psi., M.Psi)

**HUBUNGAN KEBERSYUKURAN DENGAN POST POWER
SYNDROME PADA PENSIUNAN PEGAWAI NEGERI SIPIL**

Dhesy Nurindah Dwi P
Nita Trimulyaningsih

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship of gratitude with post power syndrome on retired civil servants. The hypothesis of this research is there is a negative relationship between gratitude with post power syndrome. The subject of this research are 46 retired civil servants, consisting of 27 men and 19 women, with range in 56 to 85 years. The measurement tool used on the post power syndrome scale adapted the post power syndrome scale compiled by Yunian (2013) which refers to Kartono's theory (2000). Gratitude's measurement tool adapts from Rakhmandari (2016) which refers to the theory of Al-Jauziyyah (1998). The results of the analysis using the technique touch the product moment from seperman with data analysis, indicating that there is a significant relationship between post power syndrome and kebersyukuran on retired civil servants. The result of this research shows the hypothesis in this study is accepted, there's a correlation between PPS and gratitude.

Keyword : Post Power Syndrome, Gratitude, Civil Servants, Retired

PENGANTAR

Bekerja adalah hal yang paling penting bagi manusia. Dengan bekerja manusia dapat memperoleh jabatan, penghasilan, rekan kerja dan lingkup sosial. Menurut Rahmat dan Suryanto (2016) bekerja adalah sementara sosial yang memberikan makna tersendiri bagi kehidupan individu. Ketika bekerja akan tiba dimana seseorang harus merelakan pekerjaan yang dikerjakan selama bertahun-tahun harus dilepas (pensiun). Hal ini akan dialami oleh seseorang yang bekerja baik wanita maupun laki-laki. Pada faktanya masa pensiun sering dianggap tuna karya (Yunian, 2013).

Hasil survey Helman, VanDerhei, dan Copeland (Santrock, 2012) menyebutkan bahwa setengah dari orang-orang yang berkerja tidak yakin akan manfaat pensiun, mereka lebih berfikir banyak keuntungan yang didapat saat bekerja dibandingkan ketika sudah pensiun. Abikusno (2005) menemukan permasalahan yang dijumpai pada tahap pertumbuhan dan perkembangannya lanjut usia atau dewasa akhir berpusat pada segala hal yang berhubungan dengan masa pensiun. Anggapan tentang pemikiran seseorang yang akan memasuki masa pensiun seperti hal yang telah disebutkan diatas akan mengakibatkan *post power syndrome*. Menurut Suardirman (2011) *post power syndrome* adalah ketidakmampuan individu berpikir realistis dan menerima kenyataan bahwa individu sudah tidak bekerja lagi. Hal tersebut menyebabkan munculnya perasaan rendah diri, tidak berguna, tersisih, kesepian, mudah *stress* sehingga mudah terkena penyakit sebelum masuk masa pensiun. Santoso & Lestari (2008) menyebutkan bahwa *stress*, depresi, tidak bahagia, cemas dan merasa kehilangan harga diri dan juga kehormatan adalah

beberapa hal yang dialami oleh seseorang yang terkena *post power syndrome*. Menurut Kartono (2012) *post power syndrome* adalah suatu reaksi somatisasi dalam bentuk sekumpulan penyakit, luka-luka dan kerusakan fungsi jasmaniah dan rohaniah yang sifatnya progresif, disebabkan karena pasien atau pensiunan sudah tidak lagi berkuasa atau bekerja

PNS adalah pegawai yang telah memenuhi syarat yang ditentukan, diangkat oleh pejabat yang berwenang dan diserahi tugas dalam suatu jabatan negeri atau diserahi tugas negara lainnya dan digaji berdasarkan peraturan perundang-undangan yang berlaku. Masa kerja seorang PNS sendiri antara 30-40 tahun. PNS juga mendapat beberapa tunjangan saat masih bekerja. Dengan jabatan yang dijabat selama bertahun-tahun tak luput seseorang telah terbiasa melakukan pekerjaan tersebut bahkan mencintai pekerjaan tersebut. Ketika individu telah pensiun, semua jabatan yang dikerjakan bertahun-tahun akan ditinggalkan, tunjangan yang biasanya didapatkan akan hilang selain itu aktivitas kerja yang setiap hari dilakukan akan menurun, hal ini yang menyebabkan terjadinya *post power syndrome* bagi pensiunan PNS hal ini bisa disebut *mental shock* (Dinsi & Yuliasari, 2006)

Hasil wawancara yang dilakukan dengan pensiunan PNS. Subjek mengatakan bahwa perubahan aktifitas sering membuat subjek lupa dan merasa masih berkerja, subjek juga merasa sedikit sedih karena subjek masih dirasa kurang untuk berbakti kepada negara. Berdasarkan penelitian Rahmat & Suryanto (2016) faktor-faktor terjadinya *post power syndrome* adalah kehilangan kontak sosial kerja dengan teman kerja, kehilangan kewibawaan, kehilangan jabatan, perasaan berarti dan kehilangan sebagian sumber penghasilan. Penelitian Handayani (Ingarianti &

Andardini, 2012) terhadap pegawai negeri sipil laki-laki yang telah pensiun, menemukan hasil bahwa individu merasakan perubahan setelah pensiun yang mengarah ke keadaan *post power syndrome*, yaitu perubahan pada penglihatan, pendengaran serta sensorik motorik yang menurun dan perubahan emosi. Subjek merasa *stress* dan sedih karena sudah pensiun sehingga tidak dapat berbuat apa-apa lagi, selain itu subjek juga mengalami penurunan harga diri. Selain itu, subjek juga merasa kehilangan hubungan eksklusif dengan kelompok kerjanya, subjek juga merasa kehilangan lingkungan intelektualitasnya dan tidak dapat lagi mengembangkan potensi yang ada pada dirinya setelah pensiun.

Berdasarkan penelitian Rahmat & Suryanto (2016) faktor-faktor terjadinya *post power syndrome* adalah kehilangan kontak sosial kerja dengan teman kerja, kehilangan kewibawaan, kehilangan jabatan, perasaan berarti dan kehilangan sebagian sumber penghasilan. Sedangkan menurut Indriyana (2012) faktor terjadinya *post power syndrome* adalah kepribadian, persepsi, kesehatan kesiapan dan status sosial.

Salah satu faktor yang mempengaruhi *post power syndrome* adalah religiusitas. Amawidyati & Utami (2007) religiusitas adalah tingkat internalisasi beragama seseorang yang dilihat dari penghayatan aqidah, syariah, dan akhlak. Kebersyukuran merupakan bagian dari akhlak yang masuk kedalam religiusitas, karena kebersyukuran memiliki tiga komponen yaitu syukur dengan hati, lisan dan perbuatan (Al Munajjid, 2006).

Suardiman (2012) menyatakan bahwa *post power syndrome* dapat dihindari dengan rasa syukur. Terkait hal tersebut kebersyukuran menjadi tolak ukur seorang

pensiunan mengalami *post power syndrome*. Menurut Aristoteles, Epicurus, dan La Rochefoucauld (McCullough, Emmons, & Tsang, 2002) kebersyukuran adalah sebuah pelindung yang tidak lemah bahkan melebihi kepentingan manusia atau kekacauan emosi. Menurut Emmons & McCullough (2003) bahwa kebersyukuran merupakan sebuah bentuk emosi atau perasaan, yang kemudian berkembang menjadi suatu sikap, sifat moral yang baik, kebiasaan, sifat, kepribadian, yang akhirnya akan mempengaruhi seseorang menanggapi sesuatu atau situasi. Menurut Al Jauziyyah kebersyukuran dalam Islam di definisikan sebagai tingkat penerimaan diri terhadap semua kebaikan yang telah diberikan Tuhan dan dimanifestasikan dalam bentuk kata-kata (*Alhamdulillah*), perbuatan, dan diyakini dalam hati (Uyun & Trimulyaningsih, 2015). Kehidupan dengan penuh rasa syukur maka akan menimbulkan kebahagiaan di dalam batin.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebersyukuran dengan *post power syndrome* pada pensiunan pegawai negeri sipil. Peneliti juga ingin mengetahui seberapa besar *post power syndrome* yang dimiliki oleh pensiunan PNS.

METODE PENELITIAN

A. Subjek Penelitian

Subjek yang akan diteliti merupakan pria dan wanita pensiuna Pegawai Negeri Sipil baik pegawai pemerintah maupun guru (56-85 tahun), beragama Islam berada di Kab. Bantul dan Kab. Demak.

B. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini dengan menggunakan metode skala. Metode penyusunan skala *post power syndrome*

dan kebersyukuran menggunakan skala *likert*. Berikut akan dijelaskan lebih lanjut mengenai kedua skala tersebut.

1. Skala *Post Power Syndrome*

Skala dalam penelitian ini digunakan untuk mendapatkan data tentang *post power syndrome*. Skala *post power syndrome* yang digunakan mengacu pada alat ukur yang disusun oleh Yunian (2013) berdasarkan aspek-aspek dari teori Kartono (2000). Skala *post power syndrome* yang digunakan berjumlah 10 aitem *favorable* dan 6 aitem *unfavorable*.

2. Skala kebersyukuran

Skala kebersyukuran yang digunakan adalah mengadaptasi skala yang disusun oleh Rakhmandari (2016) yang mengacu pada teori Al-Jauziyah (1998). Skala Kebersyukuran yang digunakan berjumlah 17 aitem *favorable* dan 1 aitem *unfavorable*.

C. Metode Analisis Data

Data yang diperoleh merupakan data kuantitatif, dan untuk menguji hipotesis pada penelitian ini, yaitu mengetahui hubungan kebersyukuran dengan *post power syndrome* maka menggunakan teknik *correlation Sperman* dari program *SPSS 23.0 for Windows*.

HASIL PENELITIAN

Sebelum melakukan uji hipotesis, peneliti melakukan uji asumsi terlebih dahulu yaitu uji normalitas dan uji linieritas. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Sperman*. Berikut ini adalah hasil uji hipotesis.

Tabel 1. Uji Hipotesis

Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Koefisien Determinasi (r ²)	Koefisien Signifikansi (p)	Ket.
<i>Post Power Syndrome*</i> Kebersyukuran	-0,357	0,172	0,015	Signifikan

Hasil analisis korelasi kebersyukuran dengan *post power syndrome* menghasilkan nilai koefisien korelasi (r) = - 0,357 dengan p = 0,015 (p < 0,05). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif yang sangat signifikan antara kebersyukuran dan *post power syndrome* pada pensiunan pegawai negeri sipil. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa hipotesisi yang diajukan dalam penelitian ini **diterima**.

Peneliti juga melakukan kategorisasi dengan menggunakan hitungan hipotetik untuk mengetahui dimana level *post power syndrome* dan kebersyukuran pada pensiunan pegawai negeri sipil.

Tabel 2. Kategorisasi Variabel Penelitian

Kategorisasi	Kebersyukuran		<i>Post Power Syndrome</i>	
	F	%	F	%
Sangat Rendah	0	0%	9	19,6%
Rendah	0	0%	32	69,6%
Sedang	0	0%	5	10,8%
Tinggi	16	34,8%	0	0%
Sangat Tinggi	30	65,2%	0	0%

Pada tabel di atas menunjukkan hasil presentase terbesar dari variabel kebersyukuran berada pada kategorisasi sangat tinggi yaitu sebesar 65,2%.

Sementara pada variabel *post power syndrome* presentase terbesar berada pada kategori rendah yaitu sebesar 69,6%.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebersyukuran dengan *post power syndrome* pada pensiunan pegawai negeri sipil. Hasil dari uji korelasi yang dilakukan dengan menggunakan *Correlation Spearman* menunjukkan korelasi sebesar $r = -0,357$ dengan $p = 0,015$ ($p < 0,05$) sehingga hipotesis diterima. Nilai r yang negatif menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara kebersyukuran dengan *post power syndrome* pada pensiunan pegawai negeri sipil, yang berarti semakin tinggi tingkat kebersyukuran maka semakin rendah tingkat *post power syndrome* yang dimiliki oleh pensiunan. Begitu sebaliknya, semakin rendah tingkat kebersyukuran maka semakin tinggi tingkat *post power syndrome* yang dimiliki oleh pensiunan.

Hipotesis yang diterima menunjukkan bahwa kebersyukuran merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat *post power syndrome* pada pensiunan pegawai negeri sipil. Orang yang terkena *post power syndrome* tidak mampu lagi berpikir realistis, tidak bisa menerima kenyataan, bahwa sekarang sudah bukan pejabat lagi, bukan karyawan lagi, dan sudah pensiun (Nurhayati & Indriana, 2015). Seseorang yang terkena *post power syndrome* akan mengalami mengalami *stress*, depresi, tidak bahagia, merasa kehilangan harga diri, cemas dan kehormatan. Sedangkan orang yang bersyukur senantiasa mencurahkan tenaga untuk taat dan beribadah kepada Allah serta tunduk dan patuh kepada Allah. Orang yang bersyukur dan berserah diri kepada Allah akan mendapatkan manfaat untuk

dirinya sendiri baik di dunia maupun di akhirat. Sebagaimana firman Allah pada surat Luqman ayat 22 :

“Dan, barangsiapa yang bersyukur (kepada Allah) maka sesungguhnya ia bersyukur untuk dirinya sendiri”

Individu yang mampu bersyukur akan berpikir positif dikarenakan bersyukur senantiasa menjalani hidup dengan selalu berprasangka baik (Al-Munajid, 2006). Hal ini sejalan dengan pendapat yang disampaikan oleh Suardirman (2011) yang menyatakan bahwa *post power syndrome* dapat dikurangi dengan adanya rasa syukur yang harusnya dimiliki oleh seorang pensiunan dikarenakan para pensiun memiliki keunggulan. Emmons dan McCullough (2003) menyebutkan bahwa rasa syukur bukan hanya membuat seseorang merasa bahagia sesaat akan tetapi selalu memberikan kebahagiaan dalam hidup seseorang. Begitu juga sejalan dengan penelitian Muklis & Koentjoro (2015) menemukan bahwa kebersyukuran menunjukkan penurunan kecemasan siswa SMA Y menghadapi UN dalam penelitiannya yang berjudul “pelatihan kebersyukuran untuk menurunkan kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa SMA.

Hasil Kategorisasi pada kedua variable yaitu kebersyukuran dan *post power syndrome* dikelompokkan ke dalam lima kategorisasi yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, sangat tinggi (lihat tabel 2). Sebanyak 69,6% pensiun memiliki tingkat *post power syndrome* dalam kategori rendah, 19,6% masuk dalam katagori sangat rendah, dan 10,8% masuk dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh subjek pensiunan tidak terkenan *post power syndrome*. Selain itu sebanyak 65,2% pensiun memiliki kebersyukuran dalam kategori sangat tinggi, 34,8% masuk

dalam kategori tinggi. Hal tersebut menunjukkan pensiunan memiliki tingkat kebersyukuran yang sangat tinggi. Hal ini mendukung atau sesuai dengan hasil hipotesis dimana semakin besar kebersyukuran yang dimiliki oleh seorang pensiunan maka semakin rendah tingkat *post power syndrome* yang dimiliki.

Hipotesis yang diterima ini menunjukkan bahwa kebersyukuran merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat *post power syndrome* pada pensiunan pegawai negeri sipil. Orang yang terkena *post power syndrome* tidak mampu lagi berpikir realistis, tidak bisa menerima kenyataan, bahwa sekarang sudah bukan pejabat lagi, bukan karyawan lagi, dan sudah pensiun (Nurhayati & Indriana, 2015). Seseorang yang terkena *post power syndrome* akan mengalami *stress*, depresi, tidak bahagia, cemas dan merasa kehilangan harga diri dan juga kehormatan. Sedangkan orang yang bersyukur senantiasa mencurahkan tenaga untuk taat dan beribadah kepada Allah serta tunduk dan patuh kepada Allah. Orang yang bersyukur dan berserah diri kepada Allah akan mendapatkan manfaat kepada untuk dirinya sendiri baik di dunia maupun di akhirat. Sebagaimana firman Allah pada surat Luqman ayat 22 :

“Dan, barangsiapa yang bersyukur (kepada Allah) maka sesungguhnya ia bersyukur untuk dirinya sendiri”

Individu yang mampu bersyukur akan berpikir positif dikarenakan bersyukur senantiasa menjalani hidup dengan selalu berprasangka baik (Al-Munajid, 2006). Hal ini sejalan dengan pendapat yang disampaikan oleh Suardirman (2011) yang menyatakan bahwa *post power syndrome* dapat dikurangi dengan adanya rasa syukur yang harusnya dimiliki oleh seorang pensiunan

dikarenakan para pensiun memiliki keunggulan. Emmons dan McCullough (2003) menyebutkan bahwa rasa syukur bukan hanya membuat seseorang merasa bahagia sesaat akan tetapi selalu memberikan kebahagiaan dalam hidup seseorang. Begitu juga sejalan dengan penelitian Muklis & Koentjoro (2015) menemukan bahwa kebersyukuran menunjukkan penurunan kecemasan siswa SMA Y menghadapi UN dalam penelitiannya yang berjudul “pelatihan kebersyukuran untuk menurunkan kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa SMA.

Walaupun hasil penelitian ini mampu membuktikan hipotesis penelitian yang diajukan, namun dalam penelitian ini masih terdapat beberapa kelemahan diantaranya aitem-aitem yang bersifat normatif yang secara tidak langsung memaksa subjek untuk menjawab sesuai dengan norma yang ada. Selain itu, kurang tepatnya subjek penelitian, seharusnya peneliti mencari subjek yang diduga memiliki tingkat *post power syndrome* yang tinggi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan kebersyukuran dengan *post power syndrome* pada pensiunan pegawai negeri sipil. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kebersyukuran maka semakin rendah *post power syndrome* yang dialami oleh pensiunan pegawai negeri sipil. Sebaliknya semakin rendah kebersyukuran maka semakin tinggi *post power syndrome* yang dialami oleh pensiunan pegawai negeri sipil.

SARAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh pada penelitian ini, peneliti mengajukan beberapa saran antara lain :

1. Bagi Pensiunan

Subjek pada penelitian telah menunjukkan tingkat pemahaman atas kebersyukuran yang sangat baik sehingga diharapkan dapat mempertahankan dan mampu membaginya ke orang lain, selain itu mampu mengaplikasikan pemahaman kebersyukuran ke dalam bentuk perilaku sehari-hari. Sehingga akan mengurangi terjadinya *post power syndrome* yang mungkin akan dialami oleh pensiunan

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya jika ingin menggunakan subjek yang tergolong usia diatas rata-rata 55 tahun, hendaknya memperhatikan bagaimana metode yang dilakukan untuk mengambil data secara efektif dan efisien. Untuk subjek pensiunan yang sudah tua sangat sulit untuk meminta subjek mengisi data sendiri dikarenakan berbagai macam kondisi baik fisik maupun batin. Dalam penelitian ini metode yang digunakan untuk subjek tertentu peneliti melakukan pendekatan dengan subjek dan membacakan kuesioner untuk subjek, namun kekurangannya adalah subjek bisa saja menimbulkan bias dan jawaban yang diberikann bersifat *faking good*. Selain itu pastikan ketika membacakan kuesioner hanya dengan subjek sehingga tidak ada gangguan dari *signifikan other* atau lingkungan sekitar. Pertanyaan yang diberikan sebaiknya tidak menimbulkan tuduhan terhadap subjek. Pembuatan skala penelitian juga harus diperhatikan, untuk skala *post power syndrome* disarankan membuat skala

sendiri dengan aitem pernyataan yang sesuai, lebih relevan, dan tidak bersifat normatif sehingga subjek juga tidak menjawab sesuai dengan norma yang ada. Peneliti selanjutnya diharapkan menambahkan identifikasi jabatan pada kuesioner yang akan dibuat.

DAFTAR PUSTAKA

- Abikusno, N. 2005. Model Pendekatan bio-psiko-sosial pada masa pensiun. *Universa Medicina*, 24 (2), 103-110
- Al- Munajjid, M.B.S. 2006. *Silsilah Amalan Hati*. Bandung: Irsyad Baitus Salam.
- Al-Jauziyyah, I.Q. 1998. *Madarijus-Salikin (pendakian menuju Allah)*. Jakarta: pustaka Al-Kautsar
- Azwar, S. (2010). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Dinsi, V. S. E, & Yuliasari, E. 2006. *Ketika pensiun tiba*. Jakarta : Wijayata Media Utama.
- Gumilar, F.U & Uyun, Qurotul. 2009. Kebersyukuran dan kebermaknaan hidup pada mahasiswa. *Jurnal Psikologia*, 14 (1), 65-70.
- Hadi S. (2001). *Statistik Jilid 2*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Hambali, A., Meiza, A., & Fahmi, I. 2015. Faktor-faktor yang berperan dalam kebersyukuran(gratitude) pada orangtua anak berkebutuhan khusus perspektif psikologi islam. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2 (1), 94-101
- Indriana, Y. 2012. *Gerontologi dan Progeria*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Ingarianti, T.M & Andardini, R. 2012. Hubungan self efficacy dan post power syndrome pada masa pensiun. *Proceeding NationalConference Promoting Harmony in UJrbqn Community: d Multi-percpective Approoch*. Surabaya : 4 Oktober. 525-542. Diakses tanggal 14 September 2017 dari <http://research-report.umm.ac.id/index.php/research-report/article/view/371/626>
- Kartono, K. 2000. *Hygiene Mental*. Bandung : Mandar Maju
- Kartono. K. 2012. *Patologi Sosial 3*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada
- Kashdan, T. B., Mishra, A., Breen, W. E., & Froh, J. J. 2009. Gender differences in gratitude: Examining appraisals, narratives, the willingness to express emotions and changes in psychological needs. *Journal o f Personality*, 77, 691-730
- Kristanto, Eko. 2016. Perbedaan tingkat kebersyukuran pada laki-laki dan perempuan. *Seminar ASEAN 2nd Psychology & Humanity*.
- Kurniawan, Y. 2017. *Pensiunan PNS Awas Terkena Post Power Syndrome*. asn.id 27 September 2017. <https://asn.id/berita/8244/pensiunan-pns-awas-kenapost-power-syndrome> diakses pada tanggal 16 Mei 2018. 21.49

- McCullough, M.E., Emmons, R.A. & Tsang, J. 2002. The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal Of Personality and Social Psychology*, 82 (1), 112-127.
- McCullough, M.E., 2003. Counting blessing versus buddens : An experimental investigation of gratitude and subjective well being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 377-389.
- Mukhlis, Hamid & Koendjoro. 2015. Pelatihan kebersyukuran untuk menurunkan kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa SMA. *gadajah mada Journal Of Professional Psychology*, 1 (3), 203-215.
- Nurhayati, I & Indriana, Y. 2015. Hubungan diri dan kecenderungan post power syndrome pada pensiunan pegawai negeri sipil anggota PWRI cabang kota Cirebon. *Jurnal Empati*, 4 (1), 94-99
- Pasudan, F.R.S. 2014. Hubungan Religiusitas Dan Regulasi Emosi dengan Kecenderungan Post Power Syndrome pada Guru Menjelang Pensiun. *Tesis* (publikasi). Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Putra, J.S. 2014. Syukur : Sebuah Konsep Psikologi Indigenous Islam. *Jurnal soul*, 7 (2), 35-44.
- Pwri. 2017. *Sekilas PWRI*. Pwri.or.id. 24 Januari 2017
<http://www.pwri.or.id/pwri/sekilas-organisasi-pwri> diakses pada tanggal 15 Maret 2018. 19.10
- Rahmat, A. & Suryanto. 2016. Post Power Syndrome dan Perubahan Prilaku Sosial Pensiunan Guru. *Psymphatic, Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3 (1), 77-94.
- Rakhmandari, R.A. 2016. Hubungan Antara Kebersyukuran dengan Depresi pada Penderita Diabetes Mellitus. *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). Universitas Islam Indonesia.
- Riyaddini, C.A. 2015. Hubungan antara gratitude dengan post power syndrome pada pensiunan TNI AD di kota Malang. *Abstrak*. Universitas Negeri Malang
<http://karya-ilmiah.um.ac.id/index.php/fakPsikologi/article/view/44157/0> diakses pada tanggal 05 Mei 2018. 11.45.
- Rochma, I. 2016, Hubungan Kebersyukuran dengan Makna Hidup Pensiunan. *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). Universitas Islam Indonesia.
- Rohwedder, S., & Willis, R.J. 2010. Mental retirement. *Journal of Economic Perspectives*, 24 (1), 119-138
- Santoso A., & Lestari N.B. 2008. Peranserta keluarga dalam menghadapi post power syndrome. *Media Ners*, 2 (1), 23-31.

- Santrock, J W. 2012. *Life Span Development : Perkembangan Masa-Hidup, Ed 2 jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Suardiman, S.P. 2011. *Psikologi Usia Lanjut*. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press
- Uyun, Q., & Trimulyaningsih, N. 2015. Kebersyukuran dan Kesehatan Mental: Studi Meta-Analisis. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 1 (1), 43-57.
- Yunian. F.A. 2013. Pengaruh optimisme menghadapi masa pensiun terhadap post power syndrome pada anggota badan pembina pensiunanp pegawai (Bp3) Pelindo semarang. *Skripsi* (publikasi). Universitas Negeri Semarang.
- Zulfiana, U. 2014. Meningkatkan kebahagiaan lansia di panti wreda melalui psikoterapi positif dalam kelompok. *Jurnal Sains dan Praktik Psikologi*, 2 (3), 256-267.

IDENTITAS PENULIS

Nama : Dhesy Nurindah Dwi P

Alamat Kampus : Universitas Islam Indonesia Yogyakarta,
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya
Program Studi Psikologi

Alamat Rumah : Jl. Pasir Luhur, Dusun Klembon RT 03/ RW 29,
Sukoharjo, Ngaglik, Sleman – Yogyakarta

No. Hp : +6385739541848

E-mail : dhesy789@gmail.com