



ARTIKEL PENELITIAN

HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI PENSIUN PADA PEGAWAI NEGERI SIPIL PEMERINTAH KOTA SURABAYA

YULIA SARI FADILA & TINO LEONARDI

Departemen Psikologi Pendidikan dan Perkembangan, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi dukungan keluarga dan kecemasan menghadapi pensiun pada pegawai negeri sipil pemerintah Kota Surabaya. Penelitian ini menjadi penting dilakukan karena pensiun merupakan masa transisi yang dapat menyebabkan kecemasan jika tidak mampu menyesuaikan diri dengan perubahan. Penelitian ini dilakukan kepada 80 orang pegawai negeri sipil yang akan pensiun tahun 2018. Pengumpulan data dilakukan dengan metode kuisioner yang disebar secara *offline* di Badan dan Dinas Pemerintah Kota Surabaya. Pengukuran persepsi dukungan keluarga menggunakan alat ukur Dukungan Keluarga dan *Social Component of Anxiety Retirement Scale (SCARS)*. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan teknik uji korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil analisis data menunjukkan nilai korelasi sebesar 0,000 dengan p sebesar -0,644. Hal tersebut menunjukkan adanya hubungan negatif yang tinggi antara persepsi dukungan keluarga dengan kecemasan menghadapi pensiun pada pegawai negeri sipil pemerintah Kota Surabaya.

Kata kunci: kecemasan menghadapi pensiun, persepsi dukungan keluarga, PNS

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between perceived family support and pre-retirement anxiety in public servants of Surabaya city government. This research is important because retirement is a transitional period that can cause anxiety if not able to adjust to change. This research was conducted to 80 public servants who will retire in 2018. Data collection was done by using questionnaires that were distributed offline in Badan and Dinas Surabaya city government. Measurement of perceived family support using Family Support measures and Social Component of Anxiety Retirement Scale (SCARS). The analysis used in this research is with Pearson Product Moment correlation test technique. The result of data analysis shows correlation value 0.000 with p equal to -0,644. This shows a high negative relationship between the perceived family support premises pre-retirement anxiety at public servants of Surabaya city government.

Key words: perceived Family Support, pre-Retirement Anxiety, public Servants

*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: [tino.leonardi@psikologi.unair.ac.id]



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

PENDAHULUAN

Dewasa madya merupakan salah satu tahap perkembangan usia dewasa. Pada masa ini, dewasa madya dihadapkan dengan tugas-tugas perkembangan diantaranya tugas yang berkaitan dengan perubahan fisik, perubahan minat, penyesuaian kejuruan, kehidupan keluarga, dan penyesuaian pekerjaan (Hurlock, 1997). Dewasa madya merupakan masa-masa yang dipenuhi dengan krisis. Krisis pada masa perkembangan berhubungan dengan peristiwa dalam hidup yang menimbulkan stress (*stressful life events*) (Santrock, 2011). *Stressful life events* menimbulkan reaksi emosional terhadap stress yang secara umum berupa perasaan negatif seperti kecemasan, kemarahan, kesedihan, malu, perasaan bersalah, atau bosan. Namun, tidak semua dewasa madya mengalami stres dalam merespon kejadian dalam hidupnya, demikian pula dengan emosi negatif. Hal tersebut dapat terjadi karena dewasa madya melalui proses penilaian (*appraisal*) yang berbeda-beda, sehingga setiap individu memiliki penilaian yang berbeda pula terhadap peristiwa yang terjadi dalam hidupnya. Penilaian atau *appraisal* merupakan sebuah proses evaluatif antara individu dengan lingkungannya sehingga dapat menentukan sampai sejauh mana interaksi antara individu dengan lingkungan penuh dengan tekanan (Lazarus & Folkman, 1984). Santrock (2011) menyebutkan bahwa faktor-faktor yang berhubungan dengan penilaian individu terhadap kejadian dalam hidupnya adalah kesehatan fisik, inteligensi, kepribadian, dukungan keluarga, dan penghasilan (Santrock, 2011).

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Wethington (2000) terkait *stressful life events* ditemukan bahwa 41,6% subjek menyadari bahwa semakin bertambahnya usia, krisis kehidupan juga semakin meningkat. Survei tersebut juga menunjukkan bahwa peristiwa dalam hidup yang menimbulkan stress tertinggi adalah perubahan dalam keluarga (seperti: kematian orangtua, perceraian, kesulitan dalam pernikahan, dan lain-lain) kemudian disusul oleh kehilangan pekerjaan/karir (*job loss/ career loss*), dan tidak merasa puas dengan karir (*career disappointment*), misalnya: stress kerja, kekecewaan terhadap tugas pekerjaan, perubahan karir, dan pensiun. Salah satu bentuk kehilangan pekerjaan/karir adalah pension (Wethington, 2000). Pensiun merupakan salah satu kejadian dalam hidup yang terjadi pada masa dewasa madya. Pensiun dapat diartikan sebagai penarikan diri dari aktifitas bekerja (Ekerdt, Tanpa tahun).

Individu diharapkan mampu melakukan penyesuaian diri terhadap masa pensiun agar mereka berhasil melalui masa transisi (Cavanaugh & Blanchard, 2006). Cara yang dapat dilakukan yaitu melakukan persiapan sebelum pensiun tiba. Salah satunya dengan mengikuti program perencanaan pensiun. Perencanaan pensiun membuat individu merasa siap dengan masa pensiun yang akan dihadapi sehingga dapat terhindar dari kecemasan dan depresi. Hal ini terjadi karena dimensi dari perencanaan pensiun yaitu keuangan, kesehatan, dan faktor sosial merupakan prediktor dari penyesuaian pensiun dan kesejahteraan psikologis (Lachman, 2001). Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Kamouri & Cavanaugh (1986, dalam Lachman, 2001) bahwa perencanaan pensiun dapat membantu individu untuk mencapai kepuasan hidup (Lachman, 2001). Salah satu cara yang dilakukan untuk perencanaan pensiun yaitu mengikuti training pensiun. Berdasarkan pernyataan Badan Kepegawaian Daerah Kota Surabaya melalui Kepala Sub Bidang Mutasi dan Promosi Pegawai pada tanggal 22 September 2017, Pemerintah Kota Surabaya tidak melakukan training pra-pensiun untuk memberikan kesiapan pada PNS yang akan pensiun. Tidak

adanya training pra-pensiun dapat berdampak pada munculnya kesulitan penyesuaian diri pada PNS yang memasuki masa pensiun.

Seperti yang sudah disebutkan sebelumnya, peristiwa dalam hidup dapat dievaluasi negatif oleh dewasa madya dan menimbulkan reaksi kecemasan menghadapi pensiun salah satunya karena faktor dukungan keluarga. Hal ini karena menurut perspektif *life events*, dukungan keluarga menjadi faktor yang berhubungan dengan penilaian individu terhadap peristiwa dalam hidupnya. Misalnya, ketika individu memiliki kondisi fisik yang lemah serta dukungan keluarga yang tidak memadai akan menilai pensiun sebagai sesuatu yang dapat menimbulkan stress dan menimbulkan reaksi emosional terhadap stres yang secara umum berupa perasaan negatif seperti kecemasan dalam menghadapi pensiun (Santrock, 2011). Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti melakukan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara persepsi dukungan keluarga dengan kecemasan menghadapi pensiun pada PNS Pemerintah Kota Surabaya.

Kecemasan Menghadapi Pensiun

Fletcher dan Hansson (1991) mendefinisikan kecemasan menghadapi pensiun sebagai perasaan takut pada ketidakpastian, ketidakjelasan, dan dampak yang mengganggu atas pensiun yang akan datang. Fletcher dan Hansson (1991) menyebutkan bahwa pensiun secara umum melibatkan kekhawatiran akan keuangan, keamanan, cara mengisi waktu, masalah kesehatan akibat usia yang tak lagi muda, dan lain sebagainya yang berkorelasi dengan persoalan sosial, misalnya penghasilan rendah menyebabkan pensiunan tidak dapat menemui sanak saudara yang jauh atau kemiskinan yang berdampak pada kesehatan yang menyebabkan mereka kurang mampu berpartisipasi aktif dalam kegiatan sosial yang ada (Fletcher & Hansson, 1991).

Persepsi Dukungan Keluarga

Persepsi adalah aktivitas integral dalam diri individu yang terdiri dari proses pengorganisasian dan penginterpretasian terhadap stimulus yang diterima oleh individu (Walgito, 2001). Seorang individu dapat menyadari serta mengerti tentang lingkungan sekitarnya serta hal yang ada di dalam dirinya berkat adanya persepsi. Dukungan keluarga diartikan sebagai serangkaian aktifitas yang menguatkan hubungan sosial positif secara informal, terintegrasi, serta layanan yang bersifat sukarela dan bersifat pribadi untuk memenuhi hak dan kesejahteraan anggota keluarga (Dolan, Canavan, & Pinkerton, 2006). Jika mengacu pada definisi persepsi dari Walgito (2001) dan dukungan keluarga dari Dolan, dkk, (2006) maka persepsi dukungan keluarga adalah pengorganisasian dan interpretasi individu terhadap serangkaian aktifitas yang menguatkan hubungan sosial positif secara informal, terintegrasi, serta layanan yang bersifat sukarela dan bersifat pribadi untuk memenuhi hak dan kesejahteraan anggota keluarga.

M E T O D E

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode survei dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi dukungan keluarga dengan kecemasan menghadapi pensiun pada PNS Pemerintah kota Surabaya. Variabel dalam penelitian ini yaitu kecemasan menghadapi pensiun sebagai variabel terikat dan persepsi dukungan keluarga sebagai variabel bebas. Subjek dalam penelitian ini adalah Pegawai Negeri Sipil Pemerintah Kota Surabaya yang akan pensiun tahun 2018. Jumlah subjek dalam penelitian ini yaitu 80 orang dengan rincian 55 orang berjenis kelamin laki-laki dan 25 orang berjenis kelamin perempuan. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah kuesioner *paper and pencil*. Skala psikologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala dukungan keluarga yang dibuat oleh Sari (2014) untuk mengukur persepsi dukungan keluarga dan adaptasi dari *Social Component of Anxiety Retirement Scale* (Fletcher & Hansson, 1991) untuk

mengukur kecemasan menghadapi pensiun. Teknik smpling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *stratified random sampling*. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *Product Moment Pearson* dengan bantuan program SPSS 20.0 FOR Windows.

HASIL PENELITIAN

Data Demografis Subjek

Berikut ini merupakan gambaran data demografis dalam penelitian ini.

Tabel 1. Data Demografis Subjek Penelitian

Karakteristik Sosiodemografis	N	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	55	68,75%
Perempuan	25	31,25%
Golongan		
I	6	7,5%
II	30	37,5%
III	37	46,25%
IV	7	8,75%
Status Pernikahan		
Menikah	74	92,5%
Belum Menikah	2	2,5%
Cerai Mati	4	5%
Tinggal Bersama Siapa		
Sendiri	5	6,25%
Pasangan	13	16,25%
Anak	3	3,75%
Pasangan dan Anak	53	66,25%
Keluarga Besar	4	5%
Lain-lain	2	2,5%
Pekerjaan Pasca Pensiun		

Ada	44	55%
Tidak ada	36	45%

Data Kategorisasi Persepsi Dukungan Keluarga

Kategorisasi	N	%
Rendah	4	5%
Sedang	60	75%
Tinggi	16	20%

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa mayoritas subjek mempersepsikan dukungan keluarganya sedang yakni sebanyak 60 orang dengan persentase sebesar 75%. Subjek yang mempersepsikan dukungan keluarganya rendah sebanyak 4 orang dengan persentase sebesar 5%. Subjek yang mempersepsikan dukungan keluarganya tinggi sebanyak 16 orang subjek dengan persentase sebesar 20%.

Kategorisasi Kecemasan Menghadapi Pensiun

Kategorisasi	N	%
Rendah	15	18,75%
Sedang	53	66,25%
Tinggi	12	15%

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa mayoritas subjek mengalami kecemasan menghadapi pensiun sedang yakni sebanyak 53 orang dengan persentase sebesar 66,25%. Subjek yang mengalami kecemasan menghadapi pensiun rendah sebanyak 15 orang dengan persentase 18,75% dan subjek yang mengalami kecemasan menghadapi pensiun dengan kategori tinggi sebanyak 12 orang dengan persentase 15%.

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan SPSS 20.0 for Windows. Berdasarkan hasil uji normalitas, dapat diketahui bahwa variabel persepsi dukungan keluarga memiliki taraf signifikansi sebesar 0,097 dan variabel kecemasan menghadapi pensiun memiliki taraf signifikansi sebesar 0,266 yang berarti bahwa kedua variabel berdistribusi normal karena memiliki $p(\text{sig}) > 0,05$.

Uji Linearitas

Berdasarkan hasil uji linearitas, diketahui bahwa nilai signifikansi variabel persepsi dukungan keluarga dan kecemasan menghadapi pensiun adalah sebesar 0,000. Nilai signifikansi 0,000 menunjukkan bahwa terdapat hubungan linier antara kedua variabel karena memiliki $p(\text{sig}) < 0,05$.

Uji Korelasi

Uji asumsi menunjukkan bahwa data dalam penelitian ini berdistribusi normal dan linier, sehingga teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik statistik parametrik dengan *Pearson Product Moment* untuk menguji korelasi dengan bantuan SPSS 20.0 for Windows. Berdasarkan hasil uji korelasi, diketahui bahwa taraf signifikansi sebesar 0,000 atau $< 0,05$, oleh sebab itu H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara persepsi dukungan keluarga dengan kecemasan menghadapi pensiun. Koefisien korelasi dalam penelitian ini sebesar -0,644 sehingga dapat dikatakan bahwa arah hubungan kedua variabel

DISKUSI

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara persepsi dukungan keluarga dengan kecemasan menghadapi pensiun pada PNS Pemerintah Kota Surabaya yang akan pensiun tahun 2018. Penelitian dilakukan pada 80 orang subjek. Teknik analisis korelasi *Product Moment Pearson* menunjukkan nilai signifikansi 0,000 yang berarti hubungan signifikan sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga terdapat hubungan antara persepsi dukungan keluarga dengan kecemasan menghadapi pensiun. Nilai

koefisien korelasi menunjukkan angka $-0,644$ yang berarti bahwa hubungan kedua variabel kuat dan memiliki arti berarti bahwa arah hubungan negatif, sehingga apabila nilai kecemasan menghadapi pensiun, maka nilai persepsi dukungan keluarga naik begitu juga sebaliknya.

Hasil dari penelitian ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Santrock dengan pendekatan *life events* bahwa salah satu faktor yang menyebabkan kecemasan menghadapi pensiun adalah dukungan keluarga (Santrock, 2011).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Asebedo & Seay (2014) mengenai atribut psikologi positif dan kepuasan pensiun. Penelitian tersebut menunjukkan atribut psikologi positif (ditunjukkan dengan emosi yang positif, pencapaian, keterlibatan, religiusitas, dan dukungan keluarga) berhubungan dengan kepuasan pensiun. Hasil dari penelitian tersebut diketahui bahwa dukungan keluarga dalam bentuk menghabiskan waktu dengan anggota keluarga yang akan pensiun, membantu finansial, transportasi, dan mengurus konflik keluarga berhubungan positif dengan kesejahteraan psikologis individu. Kepuasan pensiun ditandai dengan perasaan *enjoy* dengan hal baru, perasaan *relax*, terlibat dengan komunitasnya, dan lain sebagainya sehingga dapat terhindar dari kecemasan menghadapi pensiun (Asebedo & Seay, 2014).

Dukungan sosial diketahui dapat membantu individu untuk bertahan dan memiliki efek penyangga ketika menghadapi peristiwa dalam hidup yang menimbulkan stress. Hal ini dapat berlaku untuk dukungan keluarga sehingga dukungan keluarga juga dapat membantu individu untuk tetap bertahan dan memiliki efek penyangga. Dukungan keluarga dapat membantu menjaga kesehatan mental individu tetap positif (Rutter, dkk, 1998) dalam (Dolan, Canavan, & Pinkerton, 2006). Cutrona (2000) menambahkan bahwa ketika individu memperoleh dukungan yang memadai, individu akan tetap yakin dirinya tidak sendirian dalam menghadapi masalah serta memiliki keyakinan bahwa ada orang lain yang percaya bahwa dirinya mampu untuk menghadapi permasalahan yang ada. Interaksi yang mendukung akan membantu individu untuk berdamai dengan stress (Cutrona, 2000).

Berdasarkan teori kontinuitas, disebutkan bahwa individu yang mampu mempertahankan gaya hidup mereka sebelumnya akan dapat menyesuaikan diri terhadap

pensiun dengan lebih baik. Terdapat tiga gaya hidup yang dapat digunakan individu agar mampu menyesuaikan diri, salah satunya yaitu gaya yang berfokus pada keluarga. Gaya hidup yang berfokus pada keluarga termasuk aktivitas yang dapat dijangkau secara luas dengan biaya murah (Papalia, Old, & Feldman, 2009).

Keluarga yang mendukung individu dalam menghadapi masa pensiunnya dapat menciptakan emosi yang positif serta kontrol diri. Hal ini karena ketika didukung oleh lingkungannya, individu merasa mereka adalah orang yang kompeten dan berguna sehingga mereka mempersepsikan memiliki kontrol diri yang kuat. Perasaan akan kontrol diri yang kuat menurut Antonucci & Krause (2001, dalam Foos & Clark, 2010) dapat meningkatkan usaha individu untuk menjaga kesehatan dan *well-being* (Foos & Clark, 2010).

Berdasarkan kategorisasi subjek, sebagian besar subjek mengalami skor kecemasan yang sedang. Hal ini mungkin saja terjadi karena sebagian besar subjek, yakni sebanyak 92,5% memiliki pasangan dan sebanyak 97,5% tinggal bersama dengan keluarga, baik itu keluarga besar maupun keluarga inti. Hal ini mungkin saja terjadi karena pengaruh budaya kolektivisme. Pada budaya kolektivisme, anak didorong untuk menghargai dan menghormati orangtuanya. Anak-anak diharapkan mematuhi perintah orangtua. Kemudian, pada saat beranjak dewasa, anak diharapkan untuk membalas kasih sayang orangtua dengan memberikan bantuan seperti membantu keuangan orangtua, merawat, serta menyayangi orangtua. Membantu keuangan orangtua, merawat, serta menyayangi orangtua merupakan tipe-tipe dari dukungan keluarga (Hwang, 1999) dalam (Nelson, 2002) (Cutrona, 2000, dalam (Dolan, Canavan, & Pinkerton, 2006).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan diskusi penelitian dengan 80 subjek dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang tinggi antara persepsi dukungan keluarga dengan kecemasan menghadapi pensiun pada Pegawai Negeri Sipil Pemerintah Kota Surabaya. Hubungan diantara kedua variabel bersifat negatif, artinya ketika persepsi dukungan keluarga meningkat, maka kecemasan menghadapi pensiun akan turun. Sebaliknya, jika persepsi dukungan keluarga menurun, maka kecemasan menghadapi pensiun akan meningkat.

Korelasi yang tinggi antara kedua variabel menunjukkan bahwa sebelum memasuki masa pensiun, subjek disarankan untuk meningkatkan relasi dengan anggota keluarga agar dapat memandang pensiun sebagai peristiwa dalam hidup yang pasti dilalui oleh orang yang bekerja. Selanjutnya, bagi keluarga subjek diharapkan tetap memberikan dukungannya untuk anggota keluarga yang akan pensiun. Dukungan dapat dilakukan misalnya dengan menunjukkan kepedulian dan perhatian, memberikan perbandingan positif terhadap anggota keluarga yang akan pensiun dengan orang lain yang memiliki keadaan lebih buruk dari keadaannya, memberikan nasehat, petunjuk, umpan balik, memberikan pinjaman seperti uang, transportasi, dan lain sebagainya. Saran bagi pemerintah Kota Surabaya adalah mengadakan program pelatihan untuk persiapan pensiun misalnya pelatihan berwirausaha, pelatihan untuk menjaga kesejahteraan psikologis, pelatihan keterampilan tertentu, dan lain sebagainya dengan melibatkan keluarga.

PUSTAKA ACUAN

- Asebedo, S., & Seay, M. C. (2014). Positive Psychological Attributes and Retirement Satisfaction. *Financial Counselling*, 161-173.
- Cavanaugh, J. C., & Blanchard, F. (2006). *Adult Development and Aging*. Belmont: Thomson Learning, Inc.
- Cutrona, C. (2000). *Social Support in Couples*. New Delhi: Sage Publications.
- Dolan, P., Canavan, J., & Pinkerton, J. (2006). *Family Support as Reflective Practice*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Ekerdt, D. (Tanpa tahun). *Encyclopedia of Aging*. New York: Macmillan References USA.
- Fletcher, W., & Hansson, R. (1991). Assessing the Social Component of Retirement Anxiety. *Psychology and Aging*, 76-85.
- Foos, P., & Clark, M. (2010). *Human Aging*. New York: Pearson.
- Hurlock, E. B. (1997). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Lachman, M. (2001). *Handbook of Midlife Development*. New York: John Wiley.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Nelson, T. (2002). *Stereotyping and Prejudice Against Older People*. London: The MTT Press.
- Papalia, D., Old, S., & Feldman, D. (2009). *Human Development (Psikologi Perkembangan) edisi ke-9*. Jakarta: Kencana.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development*. New York: Mc Graw-Hill.
- Walgito, B. (2001). *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Wethington, E. (2000). Expecting Stress: Americans and The "Midlife Crisis" . *Motivation and Emotion*, 85-103.