

**HUBUNGAN ANTARA BERPIKIR POSITIF DENGAN KECEMASAN
MENGHADAPI MASA PENSIUN PADA PEGAWAI NEGERI SIPIL
PEMERINTAH KABUPATEN GROBOGAN**

SKRIPSI

Disusun Guna Memenuhi Sebagian Persyaratan
Dalam Mencapai Derajat Sarjana S-1 Psikologi



Diajukan oleh:

Wahyu Prasetyo
F. 100 060 089

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2011

**HUBUNGAN ANTARA BERPIKIR POSITIF DENGAN KECEMASAN
MENGHADAPI MASA PENSIUN PADA PEGAWAI NEGERI SIPIL
PEMERINTAH KABUPATEN GROBOGAN**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Derajat Sarjana S-1 Psikologi

Diajukan oleh :

Wahyu Prasetyo
F. 100 060 089

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2011**

**HUBUNGAN ANTARA BERPIKIR POSITIF DENGAN KECEMASAN
MENGHADAPI MASA PENSIUN PADA PEGAWAI NEGERI SIPIL
PEMERINTAH KABUPATEN GROBOGAN**

Disusun oleh:

Wahyu Prasetyo

F. 100 060 089

Telah disetujui untuk dipertahankan
di depan Dewan Penguji oleh:

Pembimbing Utama

Achmad Dwityanto, S.Psi. M.Si

Tanggal

**HUBUNGAN ANTARA BERPIKIR POSITIF DENGAN KECEMASAN
MENGHADAPI MASA PENSIUN PADA PEGAWAI NEGERI SIPIL
PEMERINTAH KABUPATEN GROBOGAN**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

Wahyu Prasetyo

F. 100 060 089

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal 26 Februari 2011
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Penguji I

Achmad Dwityanto, S.Psi. M.Si

Penguji II

Drs. H. Suparno, M.Si

Penguji III

Setiyo Purwanto, S.Psi., M.Si

Surakarta, 2011
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Fakultas Psikologi
Dekan,

(Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si, Psi)

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang sepengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini, dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Saya juga menyatakan bahwa hasil karya ini adalah benar-benar karya saya pribadi, sama sekali tidak melakukan plagiat ataupun meminta jasa pembuatan skripsi dari pihak lain.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan. Apabila di lain waktu ditemukan hal-hal yang bertentangan dengan pernyataan saya, maka saya bersedia menerima konsekuensinya. Surat Pernyataan ini merupakan bentuk tanggung jawab moral saya sebagai penulis/peneliti kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Surakarta, 2011

Yang menyatakan

Wahyu Prasetyo
F. 100 060 089

MOTTO

“Sesungguhnya dibalik kesulitan ada kemudahan”

(**Q.S. Al-Insyirah: 6**)

“Selalu tersenyumlah karena senyum adalah awal dari kebahagiaan”

(**Penulis**)

PERSEMBAHAN

Karya sederhana ini penulis persembahkan kepada :

- ✍ Ayah & Bunda, tercinta
- ✍ Almamater Fak. Psikologi
- ✍ Pembaca budiman

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Assalamu`alaikumwarohmatullohiwabarokatuh

Alhamdulillah, segala puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sungguh tiada kekuatan dan upaya tanpa kehendak-Nya.

Penulis menyadari dalam menyelesaikan skripsi ini berkat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, dengan kerendahan dan ketulusan hati, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Bapak Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si, selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
2. Bapak Drs. Meddy Sulistyanto, MM, selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan selama penulis menempuh studi.
3. Bapak Acmad Dwityanto, S.Psi, M.Si, selaku pembimbing yang telah ikhlas dan sabar dalam memberikan bimbingan, saran serta motivasi selama pelaksanaan dan penulisan skripsi ini.
4. Bapak Drs. H Suparno, M.Si dan Bapak Setiyo Purwanto, S.Psi, M.Si, selaku penguji yang telah memberikan masukan untuk menyempurnakan skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar Fakultas Psikologi yang telah memberikan bekal ilmu yang bermanfaat, serta seluruh staf Tata Usaha Fakultas Psikologi yang telah membantu kelancaran penyelesaian studi penulis.
6. Bapak Bambang Rusminto sebagai Kepala Badan Kepegawaian Daerah yang telah memberikan ijin untuk penelitian.

7. Bapak dan Ibu tercinta, terima kasih atas curahan cinta, kasih sayang, dan do'a yang tidak pernah berhenti mengalir. Terima kasih atas semua yang telah diberikan pada penulis.
8. Kakak-kakakku tersayang Mbak Diah dan Mas Risa Fidya makasih atas do'a dan dukungannya. Juga calon keponakanku yang sudah menjadi motivasiku sehingga penulis semakin bersemangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
9. Teman-teman Fakultas Psikologi angkatan 2006 kelas B, khususnya sahabat-sahabatku seperjuangan dalam menempuh studi, Ria, Ayu, Uun, Desy, Wulan, Nopindra, Hendra, Untari, Fajar, Wahyu dan Noor Hidayat. Terima kasih untuk perjuangan bersama dalam kuliah, juga suka dan duka yang telah kita lalui bersama, dan semoga persahabatan kita selalu terjaga.
10. Adikku tersayang Ajie R. atas do'a dan dukungannya, kritik yang membangun dan kasih sayangnya.
11. Teman-teman kost wisma wisnu (hangga, anton, ardhy, sultan, rifky, doni) yang telah memberikan kebahagiaan dan persaudaraan buat kita semua.
12. Bapak dan ibu Edy Sugiharno "wisma wisnu" yang telah memberikan tempat perlindungan yang tak dapat penulis lupakan, terima kasih untuk kasih sayang perhatian dan doa restunya.
13. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, terimakasih atas bantuan dan dukungannya.

Semoga Allah SWT membalas jasa serta budi baik Bapak, Ibu, Saudara, dan sahabat semua. Amien Ya Rabbal `Alamien.

Wassalamu`alaikum warohmatullahiwabarokatuh.

Surakarta, 3 Maret 2011

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	7
C. Manfaat Penelitian	7
BAB II. LANDASAN TEORI	
A. Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun	9
1. Pengertian kecemasan	9
2. Pengertian masa pensiun	10
3. Pengertian kecemasan menghadapi masa pensiun	12
4. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi masa pensiun	13

5. Aspek dalam mengukur kecemasan menghadapi masa Pensiun	19
B. Berpikir Positif	19
1. Pengertian berpikir positif	19
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi berpikir positif	21
3. Aspek-aspek berpikir positif	23
C. Hubungan antara Berpikir Positif dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun	24
D. Hipotesis	30
 BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Identifikasi Variabel Penelitian	31
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	31
C. Subjek Penelitian	32
1. Populasi	32
2. Sampel	32
3. Sampling	33
D. Metode Pengumpulan Data	33
E. Validitas dan Reliabilitas	36
1. Validitas	36
2. Reliabilitas	37
F. Metode Analisis Data	37
 BAB IV. LAPORAN PENELITIAN	
A. Persiapan Penelitian	40
1. Orientasi kancah penelitian	40

2. Penyusunan alat pengumpul data	44
B. Pelaksanaan Penelitian	47
1. Penentuan subjek penelitian	47
2. Pelaksanaan penelitian	47
3. Pelaksanaan skoring untuk uji validitas	48
4. Perhitungan validitas dan reliabilitas	49
5. Pelaksanaan skoring untuk uji hipotesis	51
C. Analisis Data	51
1. Uji asumsi	51
2. Uji hipotesis	51
3. Sumbangan efektif	52
4. Kategorisasi	52
D. Pembahasan	53
 BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	57
B. Saran-saran.....	58
 DAFTAR PUSTAKA	61
 LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. <i>Blue Print</i> Skala Berpikir Positif	34
2. <i>Blue Print</i> Skala Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun	35
3. <i>Blue Print</i> Skala Berpikir Positif sebelum penelitian.....	45
4. <i>Blue Print</i> Skala Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun sebelum penelitian.....	47
5. Sebaran Aitem Skala Berpikir Positif yang Valid dan Gugur	79
6. Sebaran Aitem Skala Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun yang Valid dan Gugur	50
7. Rangkuman Hasil Validitas dan Reliabilitas	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
A. Data Butir dan Hasil Perhitungan Validitas-Reliabilitas Skala Berpikir Positif	
B. Data Butir dan Hasil Perhitungan Validitas-Reliabilitas Skala Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun	
C. Uji Asumsi Normalitas Sebaran dan Linieritas Hubungan	
D. Hasil Analisis <i>Product Moment</i>	
E. Kurva Kategorisasi	
F. Skala Penelitian	
G. Surat Ijin Penelitian dan Surat Bukti Penelitian	

HUBUNGAN ANTARA BERPIKIR POSITIF DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI MASA PENSIUN PADA PEGAWAI NEGERI SIPIL PEMERINTAH KABUPATEN GROBOGAN

ABSTRAKSI

Perubahan-perubahan menghadapi masa pensiun dapat menimbulkan guncangan mental yang tidak dapat dielakkan. Hal ini disebabkan karena adanya perasaan tidak rela untuk melepas jabatan yang selama ini telah dimiliki dan dinikmati, jadi pasti ada perasaan cemas dan khawatir. Hal ini apabila berlebihan dapat mengganggu keadaan fisik dan psikologisnya. Individu yang mengalami masa pensiun akan mengalami kecemasan dan guncangan perasaan yang begitu berat. Banyak determinan atau variabel yang diasumsikan mempengaruhi kecemasan menghadapi masa pensiun, salah satunya yaitu berpikir positif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui: 1) Ada tidaknya hubungan antara berpikir positif dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada Pegawai Negeri Sipil Pemerintah Kabupaten Grobogan; 2) Tingkat berpikir positif dan tingkat kecemasan menghadapi masa pensiun Pada Pegawai Negeri Sipil Pemerintah Kabupaten Grobogan; 3) Sumbangan atau peranan berpikir positif terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun pada Pegawai Negeri Sipil Pemerintah Kabupaten Grobogan. Hipotesis yang diajukan Ada hubungan negatif antara berpikir positif dengan kecemasan menghadapi masa pensiun

Subjek penelitian yaitu pegawai Negeri Sipil di lingkungan Pemerintah Kota Kabupaten Grobogan berjumlah 80 orang, dengan ciri-ciri : a) Usia minimal 56 tahun, b) Tingkat pendidikan minimal SLTA atau sederajat. Teknik penelitian yang digunakan yaitu *purposive non random sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan skala berpikir positif dan skala kecemasan menghadapi masa pensiun. Metode analisis data menggunakan analisis korelasi product moment

Berdasarkan hasil analisis data dan kesimpulan diketahui ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara berpikir positif dengan kecemasan menghadapi masa pensiun. Semakin tinggi berpikir positif maka semakin rendah kecemasan menghadapi masa pensiun, begitu sebaliknya semakin rendah berpikir positif maka semakin tinggi kecemasan menghadapi masa pensiun. Nilai koefisien korelasi (r) sebesar $-0,305$; $p = 0,006$ ($p < 0,01$). Variabel berpikir positif mempunyai rerata empirik sebesar 94,500 dan rerata hipotetik sebesar 92,5 yang berarti berpikir positif pada subjek penelitian tergolong sedang. Variabel kecemasan menghadapi masa pensiun diketahui rerata empirik sebesar 105,390 dan rerata hipotetik sebesar 110 yang berarti kecemasan menghadapi masa pensiun pada subjek penelitian tergolong sedang. Sumbangan efektif variabel berpikir positif terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun sebesar 9,3% artinya masih terdapat 90,7% faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecemasan menghadapi masa pensiun selain variabel berpikir positif, misalnya faktor keluarga, faktor keuangan, faktor lingkungan, sikap pribadi, jenis kelamin, harga diri, dan dukungan sosial.

