

**PERBEDAAN TINGKAT STRES PADA PENSIUNAN  
PEGAWAI PERHUTANI SURAKARTA YANG BEKERJA  
DENGAN YANG TIDAK BEKERJA**

**SKRIPSI**



**Diajukan Oleh :**

**NDARUMAS VANY KARLINA NINGSIH**

**J 500 080 011**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2011**

**SKRIPSI**

**PERBEDAAN TINGKAT STRES PADA PENSIUNAN PEGAWAI  
PERHUTANI SURAKARTA YANG BEKERJA DENGAN YANG TIDAK  
BEKERJA**

Yang Diajukan Oleh :

**NDARUMAS VANY KARLINA NINGSIH**

**J500 080 011**

Telah disetujui dan dipertahankan dihadapan dewan penguji skripsi Fakultas  
Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Pada hari Kamis, tanggal 28 Juli 2011

**Penguji**

**Nama : Prof. Dr. Mohammad Fanani, dr. Sp.KJ (K)** (.....)

**NIP/NIK : 19510711 198003 1 001**

**Pembimbing Utama**

**Nama : dr. Rh Budhi Muljanto, Sp.KJ** (.....)

**NIP/NIK : 19510527 197810 1 001**

**Pembimbing Pendamping**

**Nama : dr. Erna Herawati** (.....)

**NIP/NIK : 1046**

**Dekan FK UMS**

**Prof. Dr. Bambang Subagyo, dr. Sp.A (K)**

**NIK: 300.1243**

## **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surakarta, Juli 2011

Ndarumas Vany Karlina Ningsih

J 500 080 011

## KATA PENGANTAR

Puji syukur Penulis panjatkan ke hadirat Alloh SWT. atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga Penulis mampu menyelesaikan skripsi dengan judul "Perbedaan Tingkat Stres pada Pensiunan Pegawai Perhutani Surakarta Yang Bekerja dengan yang Tidak Bekerja". Penyusunan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Selama penyusunan skripsi ini, Penulis tidak lepas dari berbagai hambatan. Untuk itu Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Bambang Subagyo, dr. Sp.A (K), selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. dr. Rh. Budhi Muljanto, Sp.KJ, selaku Pembimbing Utama yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, saran dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
3. dr. Erna Herawati, selaku Pembimbing Pendamping yang telah meluangkan waktu memberikan saran, bimbingan dan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Prof. Dr. Mohammad Fanani, dr. Sp.KJ (K), selaku Penguji Utama yang telah menguji dan memberikan saran, bimbingan untuk menyempurnakan skripsi ini.
5. dr. Shoim Dasuki, M.Kes, Ketua Tim Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
6. Segenap civitas akademika dan seluruh staf dan karyawan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
7. Kantor Perhutani Surakarta.
8. Orang tua, keluarga tercinta atas doa dan dukungannya.
9. Sahabat-sahabatku dan semua pihak yang tidak dapat Penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, maka kritik dan saran yang membangun dari pembaca sangat Penulis harapkan. Akhir kata, Penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberi manfaat bagi semua pihak.

Surakarta, Juli 2011

Ndarumas Vany Karlina Ningsih

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN .....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR TABEL DAN GRAFIK .....	viii
ABSTRAK .....	ix
ABSTRACT .....	x
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Perumusan Masalah .....	2
C. Tujuan Penelitian .....	2
D. Manfaat Penelitian .....	3
BAB II LANDASAN TEORI .....	4
A. Stres .....	4
1. Definisi Stres .....	4
2. Etiologi Stres .....	4
3. Tipe Stres .....	6
4. Mekanisme Stres .....	6
5. Daya Tahan Stres .....	7
6. Tahapan Stres .....	8
7. Manajemen Stres .....	10
B. Pensiun .....	11
1. Definisi Pensiun .....	11
2. Usia Pensiun .....	11
3. Jenis-jenis Pensiun .....	12
4. Masalah Pensiun .....	12
5. Penyesuaian Diri pada Saat Pensiun .....	13

C. Hubungan Stres dengan Pensiun .....	14
1. Perubahan Akibat Pensiun .....	14
2. Stres pada Masa Pensiun .....	15
D. Kerangka Teori .....	17
E. Hipotesis .....	17
BAB III METODE PENELITIAN .....	18
A. Desain atau Rancangan Penelitian .....	18
B. Tempat Penelitian .....	18
C. Populasi Penelitian .....	18
D. Sampel dan Teknik Sampling .....	18
1. Teknik Pengambilan Sampel .....	18
2. Besar Sampel .....	18
E. Kriteria Restriksi .....	19
F. Variabel Penelitian .....	20
G. Definisi Operasional Variabel .....	20
H. Instrumen Penelitian .....	21
I. Teknik Pengambilan Data .....	22
J. Analisis Data .....	22
K. Jalannya Penelitian .....	23
L. Pelaksanaan Penelitian .....	24
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	25
A. Hasil penelitian .....	26
1. Analisis Data .....	27
B. Pembahasan .....	29
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	32
A. Kesimpulan .....	32
B. Saran .....	32
DAFTAR PUSTAKA .....	33
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL DAN GRAFIK

<b>Tabel 1.</b> Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	25
<b>Tabel 2.</b> Distribusi Responden Berdasarkan Status.....	25
<b>Tabel 3.</b> Distribusi Responden Berdasarkan Umur.....	26
<b>Tabel 4.</b> Distribusi Responden Berdasarkan Perbedaan Tingkat Stres Pensiunan yang Bekerja dengan yang Tidak Bekerja.....	26
<b>Tabel 5.</b> Diagram Perbedaan Tingkat Stres Pensiunan yang Bekerja dengan yang Tidak Bekerja.....	27
<b>Tabel 6.</b> Analisis Data Statistik Uji <i>Chi square</i> Perbedaan Tingkat Stres pada Pensiunan Pegawai Perhutani Surakarta yang Bekerja dengan yang Tidak Bekerja.....	27
<b>Tabel 7.</b> Uji <i>Chi square</i> .....	28



## ABSTRAK

**Ndarumas Vany Karlina Ningsih, J500080011, 2011.** Perbedaan Tingkat Stres pada Pensiunan Pegawai Perhutani Surakarta yang Bekerja dengan yang Tidak Bekerja.

**Latar Belakang:** Dalam kehidupan sehari-hari manusia tidak bisa lepas dari stres. Stres merupakan suatu keadaan tertekan baik itu secara fisik maupun psikologis. Bagi banyak orang, pensiun adalah waktu timbulnya stres terutama jika pensiun menyebabkan masalah ekonomi atau hilangnya harga diri. Waktu menginjak usia pensiun sebenarnya orang-orang tersebut masih ingin bekerja meskipun terlalu banyak beban pekerjaan dapat menyebabkan stres.

**Tujuan Penelitian:** Mengetahui perbedaan tingkat stres pada pensiunan pegawai Perhutani Surakarta yang bekerja dengan yang tidak bekerja.

**Metodologi Penelitian:** Penelitian ini merupakan penelitian *observational analitik* dengan pendekatan *cross sectional*, dengan teknik *purposive sampling*. Ukuran sampel adalah 68 orang, 34 orang pensiunan bekerja dan 34 orang pensiunan yang tidak bekerja. Masing-masing sampel dilakukan observasi tingkat stres. Teknik analisis data yang digunakan adalah *Chi square* yang diolah menggunakan *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 17.0 for Windows*.

**Hasil Penelitian:** dari perhitungan data statistik didapatkan nilai  $P = 0,031$  ( $P < 0,05$ ). Karena  $P < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak sedangkan  $H_1$  diterima, yang berarti ada perbedaan tingkat stres pada pensiunan pegawai Perhutani Surakarta yang bekerja dengan yang tidak bekerja.

**Kesimpulan Penelitian:** Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pensiunan yang tidak bekerja memiliki tingkat stres yang lebih tinggi daripada pensiunan yang bekerja.

---

Kata kunci: Tingkat stres, pensiunan bekerja, pensiunan tidak bekerja

## ABSTRACT

**Ndarumas Vany Karlina Ningsih, J500080011, 2011.** The Difference of Stress Level on Retired Employees of Perhutani Surakarta who Work and who Don't.

**Background:** In the daily life, human can't escape from stress. Stress is a suppressed condition either physically or psychologically. For many people, retirement is the time for stress to appear mainly if it causes economical problem or pride loss. When entering retirement time actually those people still want to work even though there are too many work burden which can cause stress.

**Purpose:** To understand the difference of stress level on retired employees of Perhutani Surakarta who work and who don't.

**Methodology:** This research was observational analytic research with cross sectional approach and purposive sampling technique. The sample rate was 68 people, 34 retired employees who work and 34 retired employees who don't work. On each sample, observation concerning stress level was conducted. The used data analysis technique was Chi square which was processed using Statistical Product and Service Solution (SPSS) 17.0 for Windows.

**Result:** from the statistical calculation it was obtained that P value = 0.031 ( $P < 0.05$ ). Because  $P < 0.05$  so  $H_0$  was rejected while  $H_1$  was accepted, which meant there was a difference of stress level on retired employees of Perhutani Surakarta who work and who don't.

**Conclusion:** Based on this research it can be concluded that retired employees who don't work have higher stress level than retired employees who work.

---

**Keywords:** Stress level, Retired employees who work, Retired employees who don't work

