

## **HALAMAN MOTTO**

“Hendaknya engkau merendahkan dirimu agar Allah SWT mengangkat derajatmu. Jika seseorang menyombongkan dirinya, maka Allah SWT akan menghinakannya ketika di dunia”

(Sayyidina Umar bin Khattab ra)

“Berharaplah yang tinggi-tinggi, yang indah-indah, karena Allah SWT Maha mendengar segala do’a – do’a, mengabulkan segala hajat dan niat baik. Janganlah kalian berkecil hati, karena Allah SWT selalu bersama kita”

(Salafunasshalihin)

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Kupersembahkan karyaku ini untuk.....

*Kedua orang tuaku, Ibu Yuli Suerna dan Bapak Djunaedi (Alm).*

Terima kasih untuk Mama dan Almarhum Bapak yang sangat menyayangiku, senantiasa mendidikku untuk menjadi pribadi yang jujur dan bertanggung jawab, menjagaku tiada henti dan tak mengenal kata lelah, dan senantiasa mendo'akan yang terbaik untukku hingga akhirnya mampu menyelesaikan skripsi ini.

*Saudaraku yang tersayang. Mbak Shifta Andini beserta Suaminya Mas Aan dan keponakanku Mas Nehru yang ganteng dan Adek Uly yang cantik, mbak Ratna Widyastuti dan calon suaminya, terima kasih atas semua dorongan dan do'a yang telah diberikan.*

*Kalian bagaikan dosen pembimbing ketigaku.*

*Sahabatku.*

Atik Anjarwati, Yasienta Amalia, dan Lailatul Faizah.

Kalian yang senantiasa hadir ketika aku butuh bantuan, kalian luar biasa kawan.

Dan semua kawan-kawan Psikologi 2010 yang istimewa, sukses untuk kita semua.

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Adistia Syafitri

NIM : 10711026

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya skripsi yang berjudul “Pengaruh Antara Tingkat Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Menjelang Pensiun Pada Karyawan Perusahaan X di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik” adalah benar-benar hasil karya sendiri, kecuali jika disebutkan sumbernya dan belum pernah diajukan pada instansi manapun, serta bukan karya orang lain. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan sikap ilmiah yang harus dijunjung tinggi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, tanpa adanya tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapat sanksi akademik jika ternyata dikemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Gresik, 27 Agustus 2014

Adistia Syafitri  
10711026

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT. yang memberikan kemudahan dan menghilangkan kesukaran untuk hambaNya, memberikan petunjuk kebenaran yang benar dan kesalahan yang salah serta memberikan kekuatan kepada kami untuk mampu menjauhinya. Sholawat dan salam semoga tetap terlimpah kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW.

Seiring dengan rasa syukur kepada Allah SWT., atas terselesaikannya penulisan skripsi yang berjudul “PENGARUH TINGKAT DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA TERHADAP TINGKAT KECEMASAN MENJELANG PENSIUN PADA KARYAWAN PERUSAHAAN X DI KECAMATAN KEBOMAS KABUPATEN GRESIK” maka penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Nadhirotul Laily, M.Psi., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.
2. Ibu Nurul Hidayati, M. Psi., selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik sekaligus menjadi Dosen Pembimbing Skripsi II.
3. Ibu Idha Rahayuningsih, M.Psi., selaku Dosen Pembimbing Skripsi I yang senantiasa menyempatkan waktu untuk bimbingan disela-sela kesibukan menjadi Wakil Rektor I.

4. Bapak Awang Setiawan Wicaksono, M. Psi., selaku Kepala Laboratorium Psikologi yang telah memberikan masukan-masukan membantu dalam penulisan ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik. Terima kasih atas ilmu, waktu, tenaga dan bekal yang telah kalian berikan untuk kami selama 4 tahun ini.
6. Staff Tata Usaha Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik, yang bersedia membantu dalam urusan administrasi.
7. Staff dan Jajaran BAPEDA Gresik, yang telah memberikan ijin dalam pelaksanaan penelitian ini.
8. Mas Ricko F. Sasono, Staff Personalia Perusahaan terkait yang telah banyak membantu.
9. Para karyawan Perusahaan X di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik, yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
10. Atik Anjarwati, Yasienta Amalia, Nungky Kusumaningtyas, Imam, dan Ahmad Fachruddin yang telah membantu dalam penyebaran kuesioner penelitian ini, karena bantuan mereka peneliti mampu menyelesaikan penelitian tepat waktu.
11. Kedua orang tua penulis yang selalu menyayangi dan mendo'akan penulis di setiap waktu.
12. Saudara-saudara dan kerabat penulis yang tersayang dan senantiasa menjadi dosen pembimbing ketigaku.

13. Kawan-kawan di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik angkatan 2010, yang tidak mungkin penulis sebutkan satu per satu. Sungguh bahagia bisa mengenal kalian selama 4 tahun ini, banyak kenangan yang tak terlupakan.
14. Islikha P. Ungu, Dwi Setyo, dan Lailatul Faizah, rekan-rekan seperjuanganku ketika bimbingan. Kita harus selalu berjuang.
15. Penghuni Laboratorium Psikologi yang baik hati dan tidak sombong, yang tak bosan-bosannya meramaikan Laboratorium Psikologi.
16. Teman-teman mahasiswa Fakultas Psikologi UMG dan para alumni Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik. Mereka adalah tempat penulis bertanya, dan tempat penulis berbagi pengetahuan.
17. Semua pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini yang tidak mungkin penulis sebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa di dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, walaupun demikian penulis tetap berharap semoga penulisan skripsi ini berguna untuk pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya bidang psikologi.

Gresik, 27 Agustus 2014

**Penulis**

## DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN MOTO .....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR RUMUS .....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvii
ABSTRAKSI .....	xviii

### **BAB I: PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. Perumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Manfaat Penelitian .....	8

## **BAB II: LANDASAN TEORITIS**

A. Landasan teori .....	10
A.1. Kecemasan menjelang pensiun .....	10
1.1. Kecemasan .....	10
1.1.1. Definisi Kecemasan .....	10
1.1.2. Simtom Kecemasan .....	12
1.1.3. Tingkat Kecemasan .....	13
1.1.4. Penyebab Kecemasan .....	15
1.1.5. Mengatasi Kecemasan .....	16
1.2. Pensiun .....	20
1.2.1. Definisi Pensiun.....	20
1.2.2. Jenis Pensiun .....	21
1.2.3. Pensiun di Perusahaan X.....	22
1.2.4. Problematika Menjelang Pensiun .....	22
1.2.5. Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Menjelang Pensiun .....	23
1.3. Kecemasan Menjelang Pensiun.....	24
A.2. Dukungan Sosial Keluarga .....	26
2.1. Dukungan Sosial .....	26
2.1.1. Definisi Dukungan Sosial Keluarga .....	26
2.1.2. Jenis Dukungan Sosial .....	28
2.1.3. Dimensi Dukungan Sosial.....	29



2.1.4. Model Kerja Dukungan Sosial .....	29
2.2. Keluarga.....	31
2.2.1. Definisi Keluarga.....	31
2.2.2. Tipe Keluarga .....	32
2.2.3. Fungsi atau Peran Keluarga .....	33
2.3. Dukungan Sosial Keluarga .....	36
2.3.1. Definisi Dukungan Sosial Keluarga .....	36
B. Hubungan Antar Variabel .....	36
C. Kerangka Konseptual .....	40
D. Hipotesis .....	40

### **BAB III: METODE PENELITIAN**

A. Tipe Penelitian .....	41
B. Identifikasi Variabel .....	41
C. Definisi Operasional .....	42
D. Populasi dan Sampel .....	45
E. Teknik Pengumpulan Data .....	46
F. Validitas Alat Ukur .....	51
G. Reliabilitas Alat Ukur .....	51
H. Teknik Analisis Data .....	52

### **BAB IV: PEMBAHASAN**

A. Hasil Penelitian .....	54
---------------------------	----

A.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	54
A.2. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian .....	56
A.3. Subyek Penelitian .....	58
A.4 Hasil Pengukuran Validitas dan Reliabilitas .....	59
4.1. Uji Validitas .....	59
4.2. Uji reliabilitas.....	62
A.5 Uji Asumsi .....	63
5.1. Uji Normalitas .....	63
5.2. Uji Linieritas .....	65
A.6 Data Hasil Penelitian .....	66
B. Pembahasan .....	71
<b>BAB V: SIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Simpulan .....	82
B. Saran.....	83
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>87</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>90</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1: Asal usul sindroma kecemasan .....	16
Gambar 2: Kerangka Konseptual.....	40
Gambar 3: Grafik Distribusi Normal Variabel Kecemasan .....	64
Gambar 4: Grafik Distribusi Normal Variabel Dukungan Sosial Keluarga	64

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	: Jumlah Karyawan Perusahaan X yang pensiun periode 2015-2016 .....	22
Tabel 2	: Alternatif skala likert variabel kecemasan .....	48
Tabel 3	: Blueprint yang menunjukkan kecemasan .....	49
Tabel 4	: Alternatif skala likert variabel dukungan sosial keluarga .....	49
Tabel 5	: Blueprint yang menunjukkan dukungan sosial keluarga .....	50
Tabel 6	: Jumlah Karyawan Perusahaan X yang pensiun periode 2015-2016 .....	55
Tabel 7	: Jumlah subyek penelitian berdasarkan tahun pensiun .....	59
Tabel 8	: Blueprint kuesioner kecemasan setelah uji validitas .....	60
Tabel 9	: Blueprint kuesioner dukungan sosial keluarga setelah uji validitas .....	61
Tabel 10	: Uji reliabilitas instrument kecemasan .....	62
Tabel 11	: Uji reliabilitas instrument dukungan sosial keluarga .....	63
Tabel 12	: Uji linieritas .....	65
Tabel 13	: Descriptive statistics .....	66
Tabel 14	: Output korelasi .....	67
Tabel 15	: Model Summary .....	68
Tabel 16	: Anova .....	69
Tabel 17	: Koefisien .....	70

Tabel 18	: Indikator kecemasan yang dimiliki oleh karyawan Perusahaan X.....	75
Tabel 19	: Indikator kecemasan yang sedikit dimiliki oleh karyawan Perusahaan X.....	77
Tabel 20	: Dukungan sosial keluarga yang banyak diterima karyawan Perusahaan X.....	78
Tabel 21	: Dukungan sosial keluarga yang sedikit diterima oleh karyawan Perusahaan X.....	80
Tabel 22	: Tabulasi silang antara interpretasi tingkat dukungan sosial keluarga dengan interpretasi tingkat kecemasan.....	81

## DAFTAR RUMUS

Rumus 1: Persamaan Regresi .....	70
----------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Kuesioner .....	90
Lampiran 2: Tabulasi Skoring Variabel Kecemasan.....	101
Lampiran 3: Tabulasi Skoring Dukungan Sosial Keluarga .....	104
Lampiran 4: Reliabilitas Instrumen Kecemasan .....	107
Lampiran 5: Reliabilitas Instrumen Dukungan Sosial Keluarga.....	108
Lampiran 6: Uji Normalitas Kecemasan .....	109
Lampiran 7: Uji Normalitas Dukungan Sosial Keluarga.....	111
Lampiran 8: Uji Linieritas .....	113
Lampiran 9: Analisis Regresi.....	115
Lampiran 10: Frekuensi Item Kecemasan.....	116
Lampiran 11: Frekuensi Item Dukungan Sosial Keluarga .....	126
Lampiran 12: Tabulasi Silang .....	142
Lampiran 13: Surat Ijin Penelitian.....	143
Lampiran 14 : Tabel r .....	145
Lampiran 15 : Tabel uji F.....	146
Lampiran 16 : Tabel uji t.....	147

## ABSTRAKSI

**Adistia Syafitri. 10711026. Pengaruh Tingkat Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Menjelang Pensiun Pada Karyawan Perusahaan X di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik. Skripsi. Gresik. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.**

Penelitian ini berawal dari pemikiran bahwa kecemasan yang dialami karyawan Perusahaan X ketika menghadapi masa pensiun merupakan sebuah fenomena yang menarik. Kecemasan merupakan suatu kondisi mental yang tidak baik serta mengganggu aktivitas keseharian. Dikhawatirkan apabila berkelanjutan dapat merusak kesehatan psikis karyawan Perusahaan X. Oleh sebab itu, keluarga sebagai sumber dukungan sosial dapat menjadi faktor kunci dalam penyembuhan seseorang. Bantuan yang diberikan keluarga berupa dukungan sosial dalam bentuk dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif (Winnubust dkk., 1988; Sarafino, 1990; dalam Smet, 1994:136).

Penelitian ini merupakan tipe kuantitatif dengan analisis regresi yang bertujuan untuk memprediksikan seberapa jauh perubahan nilai variabel dependen (kecemasan), bila nilai variabel independen dimanipulasi/diubah atau dinaik-turunkan (Sugiyono, 2007:260). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah Karyawan Perusahaan X yang pensiun pada tahun 2015 dan 2016 yang berdomisili di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik. Metode pengumpulan data dari kedua variabel menggunakan kuesioner yang disusun dalam bentuk Skala Likert.

Data dari kedua variabel diolah dengan teknik statistik regresi sederhana dengan bantuan program SPSS 15.0 *for windows*. Dapat diketahui bahwa  $r_{hitung} > r_{tabel}$  ( $-0,417 > 0,2221$ ), maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Koefisien korelasi negatif menunjukkan bahwa hubungan yang terjadi adalah berlawanan, apabila skor dukungan sosial keluarga seseorang tinggi maka kecemasan yang dialami seseorang semakin rendah, begitu pula sebaliknya. Dari hasil R Square (koefisien determinasi) sebesar 0,174 dapat dikatakan bahwa pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap perubahan kecemasan adalah sebesar 17,4% sedangkan sisanya 82,6% dipengaruhi oleh variabel lain yang belum diteliti. Dengan melihat uji t, didapat bahwa  $t_{hitung} > t_{table}$  ( $3,375 > 2,00488$ ) maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara tingkat dukungan sosial keluarga terhadap tingkat kecemasan menjelang pensiun pada karyawan Perusahaan X di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik.

**Kata kunci:** Kecemasan, Pensiun, Dukungan Sosial Keluarga