

PENGARUH TINGKAT DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA TERHADAP TINGKAT KECEMASAN MENJELANG PENSIUN PADA KARYAWAN PERUSAHAAN X DI KECAMATAN KEBOMAS KABUPATEN GRESIK.

Adistia Syafitri
Universitas Muhammadiyah Gresik

ABSTRAK

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

I. LATAR BELAKANG

Bekerja merupakan salah satu cara untuk mencukupi kebutuhan setiap orang namun bekerja pada instansi atau perusahaan tertentu, memiliki batas periode kerja atau biasa disebut pensiun. Masa pensiun di sebuah instansi atau perusahaan biasanya terkait dengan usia karyawan yang telah memasuki masa lanjut usia. Di Indonesia, pemutusan hubungan kerja yang disebabkan usia lanjut dapat terjadi dari dua pihak yaitu karyawan itu sendiri dan dari tempat bekerja (Hadi Poerwono, 1982 dalam Asbi, 2003:5).

Idealnya, seseorang yang akan pensiun merasa senang karena dengan pensiun berarti waktu santai bersama keluarga semakin banyak, hari-hari yang dilewati dengan keluarga secara santai tanpa ada ketegangan akibat ritme pekerjaan, mereka juga memiliki kesempatan melakukan aktivitas bersama pasangan maupun dengan anak yang sebelumnya hampir tidak terlaksana karena kesibukan kerja (Wijayanto, 2009:49). Kenyataannya tidak semua orang menerima kondisi pensiun ini dengan positif. Orang-orang golongan ini justru akan merasa stres tanpa ada rutinitas kantor dengan berbagai kesibukan pekerjaan. Hal tersebut juga

dirasakan oleh sebagian karyawan Perusahaan X menjelang masa pensiun. Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada 4 orang karyawan Perusahaan X terkait masa pensiun yang akan dijalani, mereka menunjukkan adanya kecemasan karena beberapa alasan.

Kecemasan merupakan hal yang umum bagi semua orang, namun bagi mereka yang mengalami kecemasan dalam jumlah banyak, tentunya hal tersebut mengganggu kehidupan pribadi mereka seperti sulit berkonsentrasi, berkeringat dingin, mual, hingga tidak mampu memikirkan tentang apa pun yang mungkin harus dikatakan (Durand & Barlow, 2006:159). Menghadapi pensiun, kecemasan ditunjukkan oleh perilaku mudah marah, tegang, sulit berkonsentrasi, dan menurunnya semangat kerja. Kondisi tersebut tentu menurunkan produktivitas kerja karyawan yang akhirnya akan menimbulkan kecemasan (Sutrisno, 2013:2). Kecemasan sebenarnya sangat mengganggu homeostatis dan fungsi si individu, karena itu perlu dihilangkan dengan berbagai macam cara penyesuaian yang berorientasi kepada tugas. Bila dipakai beberapa mekanisme pembelaan ego, terutama represi, maka kecemasan itu akan hilang, tetapi timbul lagi dengan manifestasi yang lain dan terjadilah gangguan jiwa (Maramis, 2005:108).

Menyadari bahwa kecemasan merupakan suatu kondisi mental yang tidak baik serta mengganggu aktivitas keseharian. Dikhawatirkan apabila berkelanjutan dapat merusak kesehatan psikis karyawan Perusahaan X, maka peneliti melihat adanya kesenjangan yang terjadi diantara kehidupan ideal yang seharusnya dicapai dalam masa pensiun dengan kenyataan dan harapan yang terjadi.

II. IDENTIFIKASI MASALAH

Selama ini dalam menghadapi pensiun, yang menjadi fokus penanganan adalah dari diri individu seperti tingkat kematangan emosi, religusitas, *self efficacy*, dan berbagai pelatihan yang diberikan dari perusahaan bagi karyawannya yang akan pensiun. Penelitian sebelumnya mengenai hubungan *self efficacy* dengan kecemasan PNS yang menghadapi pensiun menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif namun tidak kuat yakni sebesar 16,7% saja *self efficacy* mempengaruhi kecemasan pada pegawai negeri sipil di Kementrian X yang akan pensiun (Christian & Moningka, 2012:52).

Padahal selain dari penanganan dari dalam diri, setiap individu juga memerlukan dukungan dari lingkungan sekitarnya terutama dari keluarga. Apabila keluarga dapat menerima kondisi pensiun yang dialami individu, maka hal ini dapat menciptakan sebuah dampak positif (Wijayanto, 2009:62). Penerimaan keluarga terhadap kondisi pensiun yang dialami anggota keluarganya dapat dilihat dari dukungan sosial keluarga yang diberikan. Jenis dukungan sosial yang diberikan adalah dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif (Winnubust dkk., 1988; Sarafino, 1990 dalam Smet, 1994:136).

III. TUJUAN PENELITIAN

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana pengaruh yang terjadi antara dukungan sosial keluarga dengan tingkat kecemasan menjelang masa pensiun pada karyawan Perusahaan X di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik.

IV. LANDASAN TEORITIS

IV.1. Definisi Kecemasan

Kecemasan merupakan salah satu topik pembahasan dalam psikologi yang memiliki berbagai definisi dari berbagai ahli. Berikut ini definisi kecemasan dari berbagai tokoh, diantaranya :

1. Menurut Dr. Savitri Ramaiah (2003:6), kecemasan adalah hasil dari proses psikologi dan proses fisiologi dalam tubuh manusia. Kecemasan menunjukkan reaksi terhadap bahaya yang memperingatkan orang 'dari dalam' – secara naluri – bahwa ada bahaya dan orang yang bersangkutan mungkin kehilangan kendali dalam situasi tersebut. Kecemasan adalah reaksi terhadap bahaya sesungguhnya yang mungkin menimbulkan bencana.

2. Menurut Freud (1933), kecemasan adalah suatu keadaan perasaan afektif yang tidak menyenangkan yang disertai dengan sensasi fisik yang memperingatkan orang terhadap bahaya yang akan datang (Semiu, 2006:87).
3. Gunarsa & Gunarsa (2008:27), kecemasan atau *anxietas* adalah rasa khawatir, takut yang tidak jelas sebabnya. Kecemasan merupakan kekuatan besar dalam menggerakkan tingkahlaku. Baik tingkah laku normal maupun tingkahlaku yang menyimpang, yang terganggu, kedua-duanya merupakan pernyataan, penampilan, penjelmaan dari pertahanan terhadap kecemasan itu.
4. Durand dan Barlow (2006:159) menjelaskan, kecemasan merupakan keadaan suasana hati yang ditandai oleh afek negatif dan gejala ketegangan jasmaniah dimana seseorang mengantisipasi kemungkinan datangnya bahaya atau kemalangan di masa yang akan datang dengan perasaan khawatir. Kecemasan melibatkan perasaan, perilaku dan respon fisiologi.

Dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan emosi seseorang yang ditandai dengan kekhawatiran, ketakutan, dan kegelisahan sebagai reaksi terhadap kondisi di masa mendatang yang dianggap berbahaya, reaksi tersebut nampak pada diri seseorang melalui respon fisiologis, perilaku, dan perasaan.

IV.2. Simtom Kecemasan

Menurut Maramis, W.F, (2005:258), kecemasan dapat ditunjukkan melalui gejala somatis dan psikologis, gejala (komponen) somatik mungkin berupa napas sesak, dada tertekan, kepala enteng seperti mengambang, linu – linu, epigastrium nyeri, lekas lelah, palpitasi, keringat dingin. Macam gejala yang lain mungkin mengenai motorik, pencernaan, pernapasan, sistem kardiovaskuler, genitourinaria atau susunan saraf pusat.

Gejala-gejala (komponen) psikologik mungkin timbul sebagai rasa khawatir akan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan (umpamanya akan berpergian, tetapi pikir-pikir nanti terjadi apa-apa di tengah jalan), prihatin dengan pikiran orang mengenai dirinya. Penderita tegang terus – menerus dan tak mampu berlaku santai. Pemikirannya penuh tentang kekhawatirannya. Kadang bicara cepat tapi terputus-putus.

IV.3. Tingkat Kecemasan

Tingkat kecemasan dapat diklasifikasikan ke dalam empat kategori, yaitu ringan, sedang, berat, dan panik (Townsend, 1996 dalam Tim MGBK, 2002: 19-20):

1. Kecemasan Ringan

Kecemasan ringan berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan persepsinya. Manifestasi yang muncul pada tingkat ini adalah kelelahan, iritabel, persepsi meningkat, kesadaran tinggi, mampu untuk belajar, motivasi meningkat, dan tingkah laku yang sesuai situasi.

2. Kecemasan Sedang

Memungkinkan seseorang memusatkan pada masalah yang penting dan mengesampingkan yang lain sehingga seseorang mengalami perhatian yang selektif, namun dapat melakukan sesuatu yang terarah. Manifestasi yang terjadi pada tingkat ini, yaitu kelelahan meningkat, kecepatan denyut jantung, pernapasan meningkat, ketegangan otot meningkat, bicara cepat dengan volume tinggi, persepsi menyempit, mampu untuk belajar namun tidak optimal, kemampuan konsentrasi menurun, perhatian selektif dan terfokus pada rangsangan yang tidak menambah kecemasan, mudah tersinggung, tidak sabar, mudah lupa, marah, dan menangis.

3. Kecemasan Berat

Seseorang dengan kecemasan berat cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang terinci dan spesifik, serta tidak dapat berpikir tentang hal lain. Orang tersebut memerlukan banyak pengarahan untuk dapat memusatkan perhatiannya. Manifestasi yang muncul pada

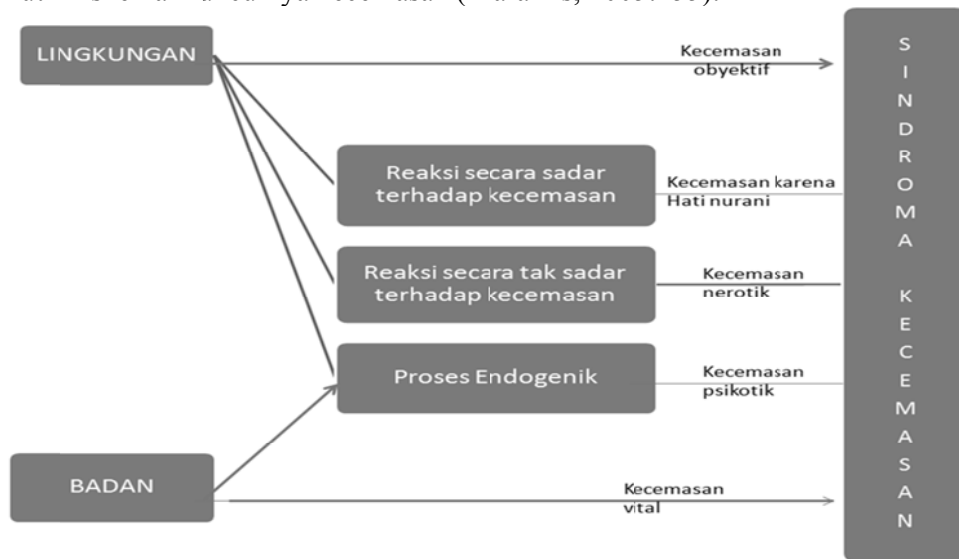
tingkat ini adalah mengeluh pusing, sakit kepala, *nausea*, tidak dapat tidur (insomnia), sering kencing, diare, palpitasi, persepsi menyempit, tidak bisa belajar efektif, berfokus pada dirinya sendiri, dan keinginan untuk menghilangkan kecemasan tinggi, perasaan tidak berdaya, bingung, disorientasi.

4. Panik

Panik berhubungan dengan terperangah, ketakutan, dan teror karena mengalami kendali. Orang yang sedang panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan. Tanda dan gejala yang terjadi pada keadaan ini adalah susah bernapas, dilatasi pupil, palpitasi, pucat, *diaphoresis*, pembicaraan inkoheren, tidak dapat merespons terhadap perintah yang sederhana, berteriak, menjerit, mengalami halusinasi dan delusi.

IV.4. Penyebab Kecemasan

Berikut ini skema munculnya kecemasan (Maramis, 2005:255):



IV.5. Definisi Pensiun

Pensiun merupakan suatu hal yang harus dilalui seseorang ketika mencapai usia dewasa madya. Dalam pandangan psikologi perkembangan, pensiun merupakan akhir pola hidup atau masa transisi ke pola hidup baru (Schwartz dalam Hurlock, 1980:417). Menurut budayawan Mohamad Sobary, pensiun berarti memasuki kehidupan baru, yang berbeda sama sekali dari kehidupan di masa aktif dulu (Soebari, 2008:38). Pensiun juga diartikan sebagai pintu keluar satu arah dari bekerja purna-waktu menjadi waktu luang purna-waktu (Atchley dalam Santrock, 2008:189). Moen menyatakan bahwa pensiun merupakan suatu proses, bukan merupakan suatu peristiwa (Santrock, 2008:190).

IV.6. Jenis Pensiun

Dalam Hurlock (1980:417) dijelaskan bahwa pensiun dapat saja berupa sukarela atau kewajiban yang terjadi secara reguler atau lebih awal. Jenis pensiun yang didasarkan pada penetapan batas umur menurut Everect T. Allen, Jr, dkk (1988:79) dibagi atas dua jenis yaitu:

a. *Normal Retirement Age*

Merupakan jenis pensiun yang umum dikenal yaitu pensiun yang sesuai dengan batas umur yang ditetapkan tempat karyawan bekerja.

b. *Early Retirement Age*

Pensiun sebelum batas umur yang ditetapkan oleh tempat karyawan bekerja. Dalam jenis ini pensiun dapat atas inisiatif karyawan itu sendiri dan atas permintaan tempat karyawan bekerja. Biasanya pensiun ini dikarenakan faktor-faktor tertentu seperti kesehatan yang tidak memungkinkan lagi (*Unfit*) dan failit perusahaan.

IV.7. Problematika Menjelang Pensiun

Dalam menghadapi pensiun, tidak semua orang menerima kondisi pensiun ini dengan positif. Merasa tidak dihargai, tidak berguna, atau merasa “sudah habis” sering menghinggapi mereka yang sudah tidak lagi bekerja (Soebari, 2008:38). Setelah berhenti dari pekerjaan, pensiunan akan kehilangan aktifitas keseharian. Pekerjaan yang rutin tidak dapat dilakukan lagi. Status dan peranan dalam lingkungan pekerjaan ditinggalkan kesempatan untuk produktif mencipta, menerima penghormatan dari pekerjaan hilang, kolega dan teman berubah.

Lueckenotte (Tamher & Nourkasiani, 2009:9) juga menjelaskan perubahan yang terjadi dari pensiun adalah menurunnya pendapatan, waktu lebih banyak tercurah untuk keluarga, berkurangnya struktur dalam kehidupan dibandingkan dengan waktu masih aktif bekerja, perubahan aktivitas dari sebelumnya, dan perubahan peran. Bagi seseorang yang tidak siap menghadapi masa pensiun, masa pensiun akan menjadi suatu stressor atau suatu kehilangan yang dapat menyebabkan timbulnya kecemasan, konflik dan perubahan harga diri, serta gangguan interaksi sosial.

IV.8. Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Menjelang Pensiun

Menurut Brill dan Hayes dalam Imama (2011:36), disebutkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi pensiun adalah:

1. Menurunnya pendapatan atau penghasilan, termasuk di dalamnya adalah gaji, tunjangan fasilitas dan masih adanya anak-anak yang belum mandiri yang membutuhkan biaya atau masih adanya tanggungan keluarga.
2. Hilangnya status, baik status jabatan seperti pangkat dan golongan maupun status sosialnya, termasuk di dalamnya adalah hilangnya wewenang penghormatan orang lain atas kemampuannya pandangan masyarakat atas kesuksesannya.
3. Berkurangnya interaksi sosial dengan teman kerja. Kerja memberikan kesempatan untuk bertemu orang-orang baru dan mengembangkan persahabatan, namun dengan tibanya masa pensiun hal ini kurang bisa dilakukan karena kondisi fisik dan ekonomi yang tidak memungkinkan sehingga tidak berhubungan seperti dulu.
4. Datangnya masa tua, yaitu menurunnya kekuatan fisik karena perubahan pada sel-sel tubuh akibat proses menua yang mempengaruhi turunnya kekuatan dan tenaga.

IV.9. Kecemasan Menjelang Pensiun

Tuckman dan Lorge (dikutip dari Stieglitz, 1954 dalam Tamher & Noorkasiani, 2009:7-8) menemukan bahwa pada waktu menginjak usia pensiun (65 tahun) hanya 20% di antara orang-orang tua tersebut yang masih betul-betul ingin pensiun, sedangkan sisanya sebenarnya masih ingin bekerja terus. Dinyatakan bahwa di antara pekerja usia 55 tahun ke atas yang mempunyai penghasilan berkecukupan, keinginan untuk segera pensiun berbanding terbalik dengan variasi, otonomi, dan tanggung jawab yang terkait dengan pekerjaannya. Pada pekerja kasar (misalnya pada industri mobil), keinginan untuk pensiun sebelum usia 65 tahun di Amerika semakin bertambah. Sebaliknya, orang mempunyai penghasilan/gaji besar adalah yang paling sedikit ingin dipensiunkan (Darmojo, dkk., 1999)

Pensiun juga termasuk dalam peristiwa kehidupan yang dapat menimbulkan stres. Seperti tabel *Life Event Scale* yang juga dikenal sebagai *Holmes and Rahe Social Readjustment Rating Scale*, mengukur stres dalam perubahan hidup ternyata peristiwa pensiun mendapat nilai stres sebesar 45 (Atkinson, 2000:342). Lima penyebab utama stres, atau sumber stres antara lain ialah kehidupan pribadi, tanggung jawab pekerjaan,

keanggotaan dalam kelompok kerja dan organisasi, keseimbangan kehidupan kerja, dan lingkungan (Gibson & Ivancevich, 2009:197). Stres mempengaruhi perasaan dan perilaku seseorang di dalam pekerjaan maupun di luar pekerjaan. Kebanyakan dari kita, di suatu waktu akan mengalami beberapa kondisi yang muncul karena banyak stres yang dialami seperti tidur hingga larut malam atau susah tidur, kecemasan, kegelisahan, dan sakit kepala atau sakit perut (George & Jones, 2012:245). Stres dan kecemasan merupakan instink *fight or flight* merupakan cara tubuh merespon keadaan yang dianggap membahayakan (www.apa.org), sehingga kita harus menghilangkannya dengan berbagai cara seperti dengan *coping stress*.

IV.10. Definisi Dukungan Sosial

Dalam bukunya, Smet (1994:134-135) menyebutkan definisi dukungan sosial dari pandangan beberapa tokoh, diantaranya:

1. Gotlieb (1983) menjelaskan bahwa dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal dan/atau non-verbal, bantuan nyata, atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau didapat karena kehadiran mereka dan mempunyai manfaat emosional atau efek bagi pihak penerima.
2. Rook (1985) menganggap dukungan sosial sebagai satu di antara fungsi pertalian atau ikatan sosial. Segi-segi fungsional mencakup: dukungan emosional, mendorong adanya ungkapan perasaan, pemberian nasehat atau informasi, pemberian bantuan material (Ritter, 1988)
3. Sarafino (1990), dukungan sosial mengacu pada kenyamanan yang dirasakan, peduli, harga diri, atau membantu seseorang menerima dari orang-orang atau kelompok lain.

IV.11. Jenis Dukungan Sosial

House membedakan empat jenis atau dimensi dukungan sosial (Winnubst, dkk, 1998; Sarafino, 1990 dalam Smet, 1994:136):

1. Dukungan emosional
Dukungan emosional mencakup ungkapan empati, kepedulian, dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan (misalnya: umpan balik, penegasan)
2. Dukungan penghargaan
Dukungan yang terjadi lewat ungkapan hormat atau penghargaan positif untuk orang lain, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu, dan perbandingan positif orang itu dengan orang-orang lain, seperti misalnya orang-orang yang kurang mampu atau lebih buruk keadaannya (menambah penghargaan diri)
3. Dukungan instrumental
Dukungan yang mencakup bantuan langsung, misalnya orang memberi pinjaman uang kepada orang yang membutuhkan atau menolong dengan memberi pekerjaan pada orang yang tidak punya pekerjaan.
4. Dukungan informatif
Dukungan informatif adalah dukungan yang mencakup pemberian nasehat, petunjuk, saran atau umpan balik.

IV.12. Dimensi Dukungan Sosial

Dimensi dukungan meliputi 3 hal (Jacobson, 1986 dalam Kurniawati & Nursalam, 2007:30), yaitu:

1. Dukungan secara emosional (*Emotional support*) meliputi: perasaan nyaman, dihargai, dicintai, dan diperhatikan.

2. Dukungan secara kognitif (*Cognitive support*), meliputi: informasi, pengetahuan, dan nasehat.
3. Dukungan secara material (*Material support*), meliputi: bantuan atau pelayanan berupa suatu barang dalam mengatasi suatu masalah.

IV.13. Model Kerja Dukungan Sosial

Sarafino (1990 dalam Smet, 1994:137-138) menjelaskan ada dua model teori untuk mengetahui cara dukungan ini bekerja dalam diri sendiri, yaitu sebagai berikut:

1. Hipotesis Penyangga

Menurut hipotesis penyangga, dukungan sosial mempengaruhi kesehatan dengan melindungi orang itu terhadap efek negatif dari stress yang berat. Fungsi yang bersifat melindungi ini hanya efektif kalau orang itu menjumpai stress yang kuat. Di dalam keadaan stress rendah, terjadi sedikit atau tidak ada penyanggaan. 'Penyangga' bekerja paling sedikit dengan dua cara. Orang-orang dengan dukungan sosial tinggi, mungkin akan kurang menilai situasi penuh stress (mereka tahu bahwa mungkin akan ada seorang yang dapat membantu mereka). Orang dengan dukungan sosial tinggi akan mengubah respon mereka terhadap sumber stress (contohnya pergi ke seorang teman untuk membicarakan masalah itu). Kedua segi itu mempengaruhi dampak sumber stress.

2. Hipotesis 'efek langsung'

Hipotesis efek langsung tetap berpendapat bahwa dukungan sosial itu bermanfaat bagi kesehatan dan kesejahteraan tidak peduli banyaknya stress yang dialami orang-orang. Menurut hipotesis ini efek dukungan sosial yang positif sebanding di bawah intensitas-intensitas stress tinggi dan rendah. Contohnya, orang-orang dengan dukungan sosial tinggi, dapat memiliki penghargaan diri yang lebih tinggi, yang membuat mereka tidak begitu mudah diserang stress.

IV.14. Definisi Keluarga

Menurut Friedman, keluarga adalah kumpulan dua orang atau lebih yang hidup bersama dengan keterikatan aturan dan emosional dan individu mempunyai peran masing – masing yang merupakan bagian dari keluarga (Suprajitno, 2003:1)

Duval menyatakan bahwa keluarga adalah sekumpulan orang yang dihubungkan oleh ikatan perkawinan, adaptasi, dan kelahiran yang bertujuan menciptakan dan mempertahankan budaya yang umum, meningkatkan perkembangan fisik, mental, dan emosional serta sosial individu yang ada di dalamnya, dilihat dari interaksi yang reguler dan ditandai dengan adanya ketergantungan dan hubungan untuk mencapai tujuan umum (Ali,2009:4).

Pakar konseling keluarga dari Yogyakarta, Sayekti (1994) menulis bahwa keluarga adalah suatu ikatan/persekutuan hidup atas dasar perkawinan antara orang dewasa yang berlainan jenis yang hidup bersama atau seorang laki – laki atau seorang perempuan yang sudah sendirian dengan atau tanpa anak, baik anaknya sendiri atau adopsi, dan tinggal dalam sebuah rumah tangga (Suprajitno, 2003:1)

IV.15. Fungsi Keluarga

Keluarga memiliki beberapa fungsi bagi anggota keluarga di dalamnya, berikut ini adalah lima fungsi keluarga menurut Marilyn M. Friedman (1998 dalam Effendi & Makhfudli, 2009:184-185) yakni :

1. Fungsi Afektif

Fungsi afektif berguna untuk pemenuhan kebutuhan psikososial. Keberhasilan melaksanakan fungsi afektif tampak pada kebahagiaan dari seluruh keluarga. Tiap anggota keluarga saling mempertahankan iklim yang positif, perasaan memiliki, perasaan yang berarti, dan merupakan sumber kasih sayang dan *reinforcement*

2. Fungsi sosialisasi dan tempat bersosialisasi

Fungsi ini sebagai tempat untuk melatih anak dan mengembangkan kemampuannya untuk berhubungan dengan orang lain di luar rumah. Keluarga merupakan tempat individu untuk belajar bersosialisasi. Keberhasilan perkembangan individu dan keluarga dicapai melalui interaksi atau hubungan antara anggota keluarga yang ditujukan dalam sosialisasi.

3. Fungsi reproduksi

Keluarga berfungsi untuk meneruskan kelangsungan dan menambah sumber daya manusia. Dengan adanya program keluarga berencana maka fungsi ini sedikit terkontrol. Di sisi lain, banyak kelahiran yang tidak diharapkan atau di luar ikatan perkawinan sehingga lahir keluarga baru dengan satu orang tua.

4. Fungsi ekonomi

Keluarga berfungsi untuk memenuhi kebutuhan ekonomi dan tempat mengembangkan kemampuan individu untuk meningkatkan penghasilan dan memenuhi kebutuhan keluarga seperti makan, pakaian, dan rumah.

5. Fungsi keperawatan atau pemeliharaan kesehatan

Fungsi ini untuk mempertahankan keadaan kesehatan keluarga agar tetap memiliki produktivitas yang tinggi. Kemampuan keluarga dalam memberikan perawatan kesehatan mempengaruhi status kesehatan keluarga. Bagi tenaga kesehatan keluarga yang profesional, fungsi keperawatan kesehatan merupakan pertimbangan vital dalam pengkajian keluarga.

IV.16. Dukungan Sosial Keluarga

Dukungan keluarga merupakan unsur terpenting dalam membantu individu menyelesaikan masalah. Apabila ada dukungan, rasa percaya diri akan bertambah dan motivasi menghadapi masalah yang terjadi akan meningkat (Stuart dan Sundeen, 1995 dalam Tamher & Noorkasiani, 2009:8). Keluarga sebagai sumber dukungan sosial dapat menjadi faktor kunci dalam penyembuhan seseorang. Walaupun anggota keluarga tidak selalu merupakan sumber positif dalam kesehatan jiwa, mereka paling sering menjadi bagian penting dalam penyembuhan (Kumfo, 1995 dalam Videbeck, 2008:179).

V. HIPOTESIS

Hipotesis dalam penelitian ini adalah “Ada pengaruh antara tingkat dukungan sosial keluarga terhadap tingkat kecemasan menjelang masa pensiun pada karyawan perusahaan X di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik”

VI. TIPE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif karena menekankan analisisnya pada data – data numerikal (angka) yang diolah dengan metoda statistika. Dengan metode kuantitatif akan diperoleh signifikansi perbedaan kelompok atau signifikansi hubungan antar variabel yang diteliti (Azwar, 2007:5). Penelitian ini merupakan penelitian regresi yang bertujuan untuk memprediksikan seberapa jauh perubahan nilai variabel dependen (kecemasan), bila nilai variabel independen dimanipulasi/diubah atau dinaik-turunkan (Sugiyono, 2007:260).

VII.IDENTIFIKASI VARIABEL

1. Variabel terikat (*dependent variabel*) dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan dalam menghadapi masa pensiun.
2. Variabel bebas (*independent variable*) dalam penelitian ini adalah tingkat dukungan sosial keluarga (pasangan dan anak).

VIII. DEFINISI OPERASIONAL

1. Tingkat kecemasan (Variabel Y)

Tingkat kecemasan adalah frekuensi atau derajat sering munculnya keadaan emosi seseorang yang ditandai dengan kekhawatiran, ketakutan, dan kegelisahan sebagai reaksi terhadap kondisi di masa mendatang yang dianggap berbahaya, reaksi tersebut nampak pada diri seseorang melalui respon fisiologis, perilaku, dan perasaan.

Indikator perilaku yang menunjukkan tingkat kecemasan adalah sebagai berikut:

- a. Menunjukkan pemikiran yang penuh kekhawatiran.
- b. Menunjukkan perilaku tegang
- c. Mengalami sulit berkonsentrasi
- d. Merasa rendah diri
- e. Menunjukkan emosi yang kurang stabil.

Pengukuran variabel dalam penelitian ini menggunakan angket dengan Skala Likert, dengan interpretasi semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi tingkat kecemasan subyek. Begitu pula sebaliknya, apabila skor yang diperoleh rendah, maka tingkat kecemasan subyek juga semakin rendah.

2. Tingkat dukungan sosial keluarga (Variabel X)

Tingkat dukungan sosial keluarga adalah banyaknya bentuk pertolongan yang diterima oleh individu dari istri/suami dan anak alam menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya sehingga memberikan efek emosional seperti merasa dihargai, disayangi, dipedulikan, dan dihargai oleh orang di sekitarnya.

Indikator perilaku yang menunjukkan tingkat dukungan sosial keluarga (istri/suami dan anak) adalah sebagai berikut:

- a. Dukungan emosional
Dukungan emosional yang diterima oleh karyawan yang akan pensiun mencakup :
 - (1) Memperoleh ungkapan empati dari suami/istri dan anak.
 - (2) Merasa dipedulikan oleh suami/istri dan anak.
 - (3) Memperoleh perhatian dari suami/istri dan anak (misalnya: umpan balik, penegasan).
- b. Dukungan penghargaan
Dukungan penghargaan yang diterima oleh karyawan yang akan pensiun mencakup :
 - (1) Merasa dihormati atau dihargai istri/suami dan anak.
 - (2) Memperoleh dorongan maju dari istri/suami dan anak mengenai gagasan atau perasaan yang dirasakan.
 - (3) Memperoleh perbandingan positif dari istri/suami dan anak dengan cara membandingkan anggota keluarga yang akan pensiun dengan orang lain yang kondisinya lebih buruk.
- c. Dukungan instrumental
Karyawan yang akan pensiun mendapatkan bantuan langsung dari istri/suami dan anak lihat (misalnya memberi pinjaman uang)
- d. Dukungan informatif
Dukungan informatif yang diterima oleh karyawan yang akan pensiun mencakup :
 - (1) Memperoleh nasehat dari istri/suami dan anak.
 - (2) Mendapat petunjuk atau saran dari istri/suami dan anak.

Pengukuran variabel dalam penelitian ini menggunakan angket dengan Skala Likert, dengan interpretasi semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi tingkat dukungan sosial keluarga yang diterima. Begitu pula sebaliknya, apabila skor yang diperoleh rendah, maka tingkat dukungan sosial keluarga yang diterima subyek juga semakin rendah.

IX. POPULASI DAN SAMPEL

Populasi dalam penelitian ini adalah karyawan Perusahaan X yang berdomisili di Kecamatan Kebomas, yang akan menjalani masa pensiun pada tahun 2015 – 2016 yakni

sebanyak 137 karyawan. Masa pensiun yang dimaksud adalah pensiun wajib yang telah ditetapkan berdasarkan kebijakan Perusahaan X yakni pada usia 56 tahun.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel acak sederhana (*Simple Random Sampling*) yaitu teknik pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu (Sugiyono, 2009:82). Dalam penelitian ini sampel yang dipakai berjumlah 56 responden yang dipilih melalui undian dari keseluruhan populasi.

X. TEKNIK PENGUMPULAN DATA

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan pada penelitian ini adalah kuisisioner (angket). Kuisisioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2009:142).

Skala pengukuran yang digunakan adalah Skala Likert, yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Variabel yang akan diukur dengan skala likert dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan (Sugiyono, 2009:93)

Adapun alternatif jawaban Skala Likert yang digunakan untuk kedua variabel dalam penelitian ini adalah:

1. Kecemasan

Tabel 1. Alternatif Skala Likert Variabel Kecemasan

N	Alternatif	Nilai	Alternatif	Nilai
	Favorabel		Unfavorabel	
1.	[SS] : Sangat Sering	4	[TP] : Tidak Pernah	4
2.	[S] : Sering	3	[J] : Jarang	3
3.	[J] : Jarang	2	[S] : Sering	2
4.	[TP] : Tidak Pernah	1	[SS] : Sangat Sering	1

Tabel 2. Blueprint Yang Menunjukkan Kecemasan

No	Indikator	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Menunjukkan pemikiran yang penuh kekhawatiran.	6,38,22, 24,34,8.	31,17,1, 29,19,5	12
2.	Menunjukkan perilaku tegang.	12,36,30	5,9,25.	6
3.	Mengalami sulit konsentrasi.	18,2,28.	7,33,39	6
4.	Merasa rendah diri.	26,20,10,32	3,15,23,37	8
5.	Mengalami emosi yang kurang stabil.	14,40,16,4	11,21,27,35	8
Jumlah		20	20	40

Pemilihan 4 (empat) alternatif jawaban adalah karena terdapat kelemahan dengan lima alternatif karena responden cenderung memilih alternatif yang ada di tengah (karena dirasa aman dan paling gampang karena hampir tidak berpikir) (Arikunto, 2009:241).

2. Dukungan Sosial Keluarga

Tabel 3. Alternatif Skala Likert Variabel Dukungan Sosial Keluarga

N	Alternatif	Nilai	Alternatif	Nilai
	Favorabel		Unfavorabel	
1.	[SS] : Sangat Sering	4	[TP] : Tidak Pernah	4
2.	[S] : Sering	3	[J] : Jarang	3
3.	[J] : Jarang	2	[S] : Sering	2
4.	[TP] : Tidak Pernah	1	[SS] : Sangat Sering	1

Tabel 4. Blueprint Yang Menunjukkan Dukungan Sosial Keluarga

No	Indikator	Sub Indikator	Item		JML
			Fav	Unfav	
1.	Dukungan Emosional	Memperoleh ungkapan empati dari istri/suami dan anak.	1,55, 23,29	42,58, 4,62	8
		Merasa dipedulikan istri/suami dan anak.	47,17, 35,25	12,50, 6,8	8
		Memperoleh perhatian dari istri/suami dan anak (misalnya: umpan balik, penegasan).	51,33, 21,61	56,10, 14,38	8
2.	Dukungan penghargaan	Merasa dihormati atau dihargai istri/suami dan anak.	15,63, 9,45	60, 54, 2,34	8
		Memperoleh dorongan maju atau persetujuan dari istri/suami dan anak-anak mengenai gagasan atau perasaan yang dirasakan.	57,19, 37,27	52, 24, 40,46	8
		Memperoleh perbandingan positif dari istri/suami dan anak-anak dengan cara membandingkan anggota keluarga yang akan pensiun dengan orang-orang lain yang kondisinya lebih buruk.	31,43	22,68	4
3.	Dukungan Instrumental	Mendapatkan bantuan langsung dari istri/suami dan anak (Misalnya: memberikan pinjaman uang)	41,11, 3,49	32,44, 16,26	8
4.	Dukungan Informatif	Memperoleh nasehat dari istri/suami dan anak.	13,59, 39	28,18, 20	6
		Mendapat petunjuk dari istri/suami dan anak.	7,53, 5	48,36, 30	6
Jumlah			32	32	64

XI. VALIDITAS ALAT UKUR

Tipe validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi yaitu suatu validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau lewat juri profesional (*profesional judgment*) (Azwar, 2006:45). Validasi yang dicari dengan validitas isi adalah sejauh mana aitem-aitem dalam tes mencakup keseluruhan kawasan isi objek yang hendak diukur atau sejauh mana isi tes mencerminkan ciri atribut yang hendak diukur.

Validitas isi terbagi menjadi dua tipe, yaitu validitas muka (*face validity*) dan validitas logik (*logical validity*). Yang dipakai dalam penelitian ini adalah validitas logik yang menunjuk pada sejauhmana isi tes merupakan representasi dari ciri-ciri atribut yang hendak diukur (Azwar, 2008:52-53).

XII. RELIABILITAS ALAT UKUR

Tipe reliabilitas dalam penelitian ini adalah koefisien alpha. Skala yang akan diestimasi reliabilitasnya dibelah menjadi dua atau tiga bagian, sehingga setiap belahan berisi aitem-aitem dalam jumlah yang sama banyak. Formula alpha diperoleh lewat penyajian satu bentuk skala yang dikenakan hanya sekali saja pada sekelompok responden (*single-trial administration*). Dengan menyajikan satu skala hanya satu kali, maka problem yang mungkin timbul pada pendekatan reliabilitas tes ulang dapat dihindari (Azwar, 2008:87).

Dalam hal ini, peneliti menggunakan uji statistik reliabilitas Alpha Cornbach untuk menganalisis instrument, dianggap reliabel jika memberikan nilai koefisien reliabilitas Alpha Cornbach $> 0,70$ (Uyanto, 2006:240)

XIII. TEKNIK ANALISIS DATA

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi sederhana yang digunakan untuk memperoleh persamaan yang menghubungkan variabel kriteria dengan satu variabel prediktor atau lebih (Churchill, 2005:255). Pada model regresi, variabel dibedakan menjadi dua bagian, yaitu variabel respons (*response*) atau biasa juga disebut variabel bergantung (*dependent variable*) serta variabel *explanory* atau biasa juga disebut variabel penduga (*predictor variable*) atau disebut juga variabel bebas (*independent variabel*) (Nawari, 2007:1). Analisis regresi digunakan untuk mengetahui cara variabel dependen/kriterium dapat diprediksikan melalui variabel independen atau prediktor, secara individual/parsial ataupun secara bersama-sama/simultan (Sugiyono, 2002: 190).

Selanjutnya seluruh proses analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan alat bantu program aplikasi komputer berbasis SPSS Version 15.00 *for windows* untuk membuktikan kesahihan data. Adapun uji asumsi yang dilakukan sebelum dilakukan uji analisis regresi.

Uji asumsi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah uji normalitas dan uji linearitas. Berikut ini adalah penjelasannya :

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui populasi data berdistribusi normal atau tidak. Distribusi normal merupakan distribusi yang simetris dan berbentuk genta atau lonceng (Hasan, 2008:70). Uji normalitas akan menggunakan alat bantu program aplikasi komputer berbasis SPSS Version 15.00 *for windows*.

2. Uji linearitas

Maksud dari uji asumsi linearitas digunakan unruk mengetahui data penelitian variabel kecemasan berkorelasi secara linear dengan data variabel dukungan sosial keluarga. Uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan uji F (Anova) dengan nilai signifikansi (*linearity*) kurang dari 0,05 atau $p < 0,05$ (Priyatno, 2008:35). Uji linearitas akan menggunakan alat bantu program aplikasi komputer berbasis SPSS Version 15.00 *for windows*.

XIV. UJI VALIDITAS

Penelitian ini menggunakan validitas logik yang menunjuk pada sejauhmana isi tes merupakan representasi dari ciri-ciri atribut yang hendak diukur. Semua item yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 daya pembedanya dianggap memuaskan. Sedangkan item yang memiliki harga $r_{ix} \leq 0,30$ dapat diinterpretasikan sebagai item yang tidak memuaskan (Azwar, 2008:65).

Berdasarkan kriteria pemilihan item berdasarkan korelasi *Product Moment* maka seluruh item variabel kecemasan dianggap Sahih karena memenuhi koefisien korelasi skor item dengan skor total yaitu 0,30. Sedangkan item dukungan sosial keluarga terdapat 54 item yang sah dari 64 item pada variabel dukungan sosial keluarga.

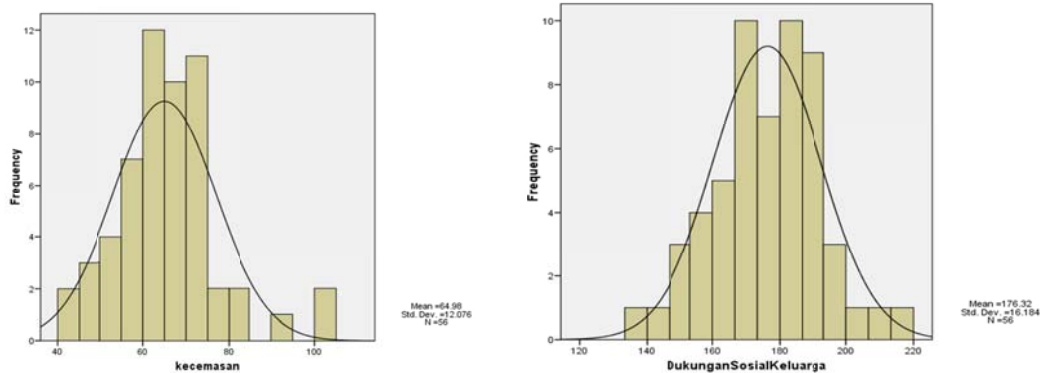
XV. UJI RELIABILITAS

Penelitian ini menggunakan pengujian reliabilitas dengan cara menghitung koefisien reliabilitas alpha lewat penyajian satu bentuk skala yang dikenakan hanya sekali pada sekelompok responden (*single trial administration*) (Azwar, 2010:87). Uji statistik reliabilitas Alpha Cornbach untuk menganalisis instrumen, dianggap reliabel jika memberikan nilai koefisien reliabilitas Alpha Cornbach $> 0,70$ (Uyanto, 2006:240). Melalui analisis SPSS didapatkan hasil analisis pada instrumen kecemasan karyawan menjelang pensiun ditemukan nilai reliabilitas sebesar 0,911 yang artinya reliabel. Sedangkan hasil analisis pada instrumen dukungan sosial keluarga ditemukan nilai reliabilitas sebesar 0,919 yang artinya reliabel.

Dengan demikian, hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa kedua alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kecemasan dan dukungan sosial keluarga mempunyai keandalan sebagai alat ukur, di antaranya apabila dilihat melalui konsistensi hasil pengukuran dari waktu ke waktu tidak berubah.

XVI. UJI NORMALITAS

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Distribusi normal merupakan distribusi yang simetris dan berbentuk genta atau lonceng (Hasan, 2008:70).



Gambar2. Normalitas Var. Kecemasan (Kiri) dan Normalitas Var. Dukungan Sosial Keluarga (Kanan)

Dari grafik di atas, terlihat bahwa distribusi sebaran data berbentuk lonceng yang menunjukkan bahwa sebaran data berdistribusi normal untuk variabel kecemasan dan variabel dukungan sosial keluarga.

XVII. DATA HASIL PENELITIAN

Hipotesis yang diajukan:

H_0 = Tidak terdapat pengaruh antara tingkat dukungan sosial keluarga terhadap tingkat kecemasan menjelang masa pensiun pada karyawan perusahaan X di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik.

H_a = Terdapat pengaruh antara tingkat dukungan sosial keluarga terhadap tingkat kecemasan menjelang masa pensiun pada karyawan perusahaan X di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik.

Menggunakan bantuan program SPSS 15.0 *for Windows* diketahui besarnya koefisien korelasi antara variabel dukungan sosial keluarga (X) dengan variabel kecemasan (Y). Korelasi yang digunakan adalah korelasi Pearson (korelasi *product moment*) diperoleh korelasi sebesar -0,417 menunjukkan koefisien korelasi yang negatif. Koefisien korelasi negatif menunjukkan bahwa hubungan yang terjadi adalah berlawanan, yaitu besarnya skor pada satu variabel terjadi bersamaan dengan rendahnya skor pada variabel yang satu terjadi bersamaan dengan tingginya skor pada variabel yang lain (Azwar, 2008:18). Apabila skor dukungan sosial keluarga seseorang tinggi maka kecemasan yang dialami seseorang semakin rendah, sebaliknya apabila skor dukungan sosial keluarga seseorang rendah maka kecemasan yang dialami seseorang semakin tinggi.

Angka 0,417 merupakan r_{hitung} . Pengujian hipotesis dengan membandingkan nilai r_{hitung} dengan nilai r_{tabel} untuk taraf kesalahan 5% dengan $n=56$ diperoleh dengan cara $df = n - 2 = 56 - 2 = 54$ yaitu nilai $r_{tabel} = 0,2221$. Diketahui bahwa $r_{hitung} > r_{tabel}$ ($0,417 > 0,2221$) maka H_a diterima dan H_o ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan sebesar 0,417 antara tingkat dukungan sosial keluarga terhadap tingkat kecemasan menjelang masa pensiun pada karyawan perusahaan X di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik.

Tabel 5. Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.417 ^a	.174	.159	11.075	.174	11.392	1	54	.001

a. Predictors: (Constant), DukunganSosialKeluarga

b. Dependent Variable: Kecemasan

Koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui prosentase pengaruh variabel independen (*predictor*) terhadap perubahan variabel dependen. Dari tabel di atas dapat diartikan bahwa besarnya pengaruh variabel independen/*predictor* (dukungan sosial keluarga) terhadap perubahan variabel dependen/*kriterium* (kecemasan) adalah sebesar 17,4% sedangkan sisanya 82,6% dipengaruhi oleh variabel lain selain variabel independen yang diteliti.

Melalui SPSS 15.0 *for Windows* didapat tabel anova yang menunjukkan nilai F_{hitung} sebesar = 11,392 dengan $df_1 = degree\ of\ freedom$ (derajat kebebasan) pembilang 1 dan $df_2 = degree\ of\ freedom$ (derajat kebebasan) penyebut 54. Pengujian hipotesis dengan membandingkan F_{tabel} dengan df_1 dan $df_2 = 54$ didapat 4,02 untuk taraf 5%.

Hasil tersebut menggambarkan bahwa $F_{hitung} > F_{tabel}$ ($11,392 > 4,02$) maka H_a diterima dan H_o ditolak, sehingga dapat diberlakukan pada populasi. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan ada pengaruh antara tingkat dukungan sosial keluarga terhadap tingkat kecemasan menjelang masa pensiun pada karyawan perusahaan X di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik, dapat diterima.

Tabel 6. Koefisien

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	95% Confidence Interval for B	
		B	Std. Error	Beta			Lower Bound	Upper Bound
1	(Constant)	119.896	16.337		7.339	.000	87.142	152.649
	DukunganSosialKeluarga	-.311	.092	-.417	-3.375	.001	-.496	-.126

a. Dependent Variable: Kecemasan

Dari tabel 6 di atas, tergambar bahwa harga beta nol 119,896 (a) dan harga beta satu (b_1) adalah -0,311 maka persamaan garis regresi antara dukungan sosial keluarga dan kecemasan dapat disusun sebagai berikut:

$$Y = a + bX \dots\dots\dots (1) \text{ Rumus Persamaan Regresi}$$

$$Y = 119,896 + (-0,311)X$$

Persamaan regresi yang telah ditemukan dapat digunakan untuk melakukan prediksi (estimasi) mengenai pengaruh variabel independen (dukungan sosial keluarga) terhadap perubahan variabel dependen (kecemasan). Dari persamaan regresi di atas dapat diartikan bahwa nilai dukungan sosial keluarga bertambah 1, maka nilai rata-rata kecemasan menjelang pensiun pada karyawan perusahaan X di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik akan berubah -0,311 atau setiap nilai dukungan sosial keluarga bertambah 1 dan nilai kecemasan akan berkurang sebesar 0,311 karena nilai yang negatif. Artinya, semakin tinggi tingkat dukungan sosial keluarga, maka semakin rendah tingkat kecemasan menjelang pensiun pada karyawan perusahaan X di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik.

Nilai $t_{hitung} = -3,375$. Nilai ini digunakan dalam pengujian terhadap koefisien regresi untuk mengetahui variabel independen (dukungan sosial keluarga) berpengaruh secara signifikan terhadap perubahan nilai variabel dependen (kecemasan). Berdasarkan t tabel dengan derajat kebebasan untuk taraf kesalahan 5% dengan $n=56$ dan k (jumlah variabel independen) = 1 diperoleh (df) $n-k-1 = 56-1-1=54$ maka $t_{tabel} = 2,00488$.

Syarat pengambilan keputusan:

1. Apabila $t_{hitung} < t_{tabel}$, maka H_0 diterima, H_a ditolak
2. Apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka H_0 ditolak, H_a diterima

Berdasarkan tabel 14 di atas, diketahui bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($3,375 > 2,00488$) maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat ijpengaruh yang signifikan antara tingkat dukungan sosial keluarga terhadap tingkat kecemasan menjelang masa pensiun pada karyawan perusahaan X di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik.

XVIII. PEMBAHASAN

Hasil yang diperoleh dari pengujian hipotesis menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat dukungan sosial keluarga terhadap tingkat kecemasan pada karyawan Perusahaan X menjelang masa pensiun di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik. Berdasarkan hasil analisis korelasi disebutkan bahwa $r_{hitung} > r_{tabel}$ ($0,417 > 0,2221$) yang menunjukkan terdapat hubungan yang negatif dan signifikan sebesar 0,417 antara tingkat dukungan sosial keluarga dengan tingkat kecemasan pada karyawan Perusahaan X menjelang pensiun di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik.

Hal ini berarti individu yang memperoleh dukungan sosial keluarga yang tinggi dari istri/suami dan anak akan mengurangi tingkat kecemasan yang dialami menjelang masa pensiun. Bantuan yang diberikan oleh istri/suami dan anak dalam bentuk dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif dapat memberikan manfaat bagi karyawan yang mengalami masa transisi menjelang masa pensiun sehingga individu merasa dicintai, dihargai, diperhatikan dan bernilai.

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa sumbangan variabel dukungan sosial keluarga terhadap tingkat kecemasan yang ditunjukkan melalui R Square (koefisien determinasi) sebesar 0,174. Artinya, terdapat pengaruh tingkat dukungan sosial keluarga sebesar 17,4% terhadap tingkat kecemasan pada karyawan Perusahaan X menjelang masa pensiun di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik, sedangkan sisanya 82,6% dipengaruhi oleh variabel lain selain variabel independen yang diteliti.

Variabel lain yang belum diteliti sebesar 82,6% kemungkinan dipengaruhi oleh beberapa faktor lain yang belum dibatasi oleh peneliti seperti kontribusi dari individu antara lain kecerdasan emosi, kematangan emosi, religiusitas, *self efficacy*, dan kontribusi sosial antara

lain peristiwa yang menimbulkan stress (masalah perkawinan), kematian orang yang dicintai, masalah di tempat kerja, dan sebagainya.

Beberapa faktor yang belum dibatasi dalam penelitian ini sesuai dengan pandangan Dr. Savitri Ramaiah mengenai faktor penyebab timbulnya kecemasan yang berasal dari banyak sumber, di antaranya adalah faktor lingkungan atau sekitar tempat tinggal dapat mempengaruhi cara berpikir seseorang mengenai dirinya sendiri dan orang lain. Kedua, emosi yang ditekan yang terjadi jika seseorang tidak mampu menemukan jalan keluar untuk perasaannya dalam hubungan personal. Ketiga, pikiran dan tubuh senantiasa saling berinteraksi dan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan. Ini biasanya terlihat dalam kondisi seperti misalnya kehamilan, semasa remaja dan sewaktu pulih dari suatu penyakit. Selama ditimpa kondisi-kondisi ini, perubahan-perubahan perasaan lazim muncul, dan ini dapat menyebabkan timbulnya kecemasan. Keempat, keturunan juga dapat menyebabkan kecemasan, namun ini bukan merupakan penyebab penting dari kecemasan (Ramaiah, 2003: 11-12).

Berikut ini tabel hasil tabulasi silang antara skor kecemasan dan skor dukungan sosial keluarga melalui program SPSS 15.0 *for windows* dengan operasi *Analyze > Descriptive statistic > Crosstab*

Tabel 7. Tabulasi silang antara interpretasi tingkat dukungan sosial keluarga * Interpretasi tingkat kecemasan

			Interpretasi tingkat kecemasan			Total
			rendah	Sedang	tinggi	
interpretasi tingkat dkg sos keluarga	rendah	Count	1	4	4	9
		% of Total	1.8%	7.1%	7.1%	16.1%
	sedang	Count	2	38	2	42
		% of Total	3.6%	67.9%	3.6%	75.0%
	tinggi	Count	4	1	0	5
		% of Total	7.1%	1.8%	.0%	8.9%
Total		Count	7	43	6	56
		% of Total	12.5%	76.8%	10.7%	100.0%

Dari tabel di atas, menunjukkan bahwa dari 56 subyek (100%) tingkat dukungan sosial keluarga dan tingkat kecemasan karyawan menjelang pensiun merupakan hubungan yang negatif (terbalik) maksudnya adalah apabila tingkat dukungan sosial keluarga tinggi maka tingkat kecemasan rendah, begitu pula sebaliknya sesuai dengan analisis data yang dijelaskan sebelumnya dengan pengolahan SPSS. Terlihat dari tabel di atas, jumlah subyek yang memiliki dukungan sosial keluarga yang rendah, tingkat kecemasan yang dialami pun kebanyakan berada dilevel sedang dan tinggi dengan prosentase masing-masing 7,1% sedangkan level kecemasan rendah hanya 1,8%. Apabila subyek memiliki tingkat dukungan sosial keluarga yang tinggi maka tingkat kecemasan yang dialamipun berada dilevel rendah dengan prosentase 7,1% sedangkan level tinggi 0%. Hasil penelitian tersebut, mayoritas 76,8% subyek mengalami kecemasan dalam kategori sedang dan 75,0% subyek memiliki dukungan sosial keluarga di kategori sedang.

XIX. SIMPULAN

Dari hasil analisis yang telah dijelaskan sebelumnya, diketahui bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara tingkat dukungan sosial keluarga terhadap tingkat kecemasan menjelang pensiun pada karyawan perusahaan X di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik, sebesar 17,4%. Dengan perincian sebagai berikut:

1. Diketahui bahwa $r_{hitung} > r_{tabel}$ ($-0,417 > 0,2221$) sehingga dapat dikatakan terdapat hubungan yang negatif dan signifikan sebesar 0,417 antara tingkat dukungan sosial keluarga terhadap tingkat kecemasan menjelang masa pensiun pada karyawan perusahaan X di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik. Koefisien korelasi negatif menunjukkan bahwa hubungan yang terjadi adalah berlawanan, apabila skor dukungan sosial keluarga seseorang tinggi maka kecemasan yang dialami seseorang semakin rendah, sebaliknya apabila skor dukungan sosial keluarga seseorang rendah maka kecemasan yang dialami seseorang semakin tinggi.
2. Berdasarkan hasil analisis regresi didapat persamaan regresi $Y = 119,896 + (-0,311)X$ artinya bahwa nilai dukungan sosial keluarga bertambah 1, maka nilai rata-rata kecemasan karyawan perusahaan X menjelang pensiun di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik akan berubah -0,311 atau setiap nilai dukungan sosial keluarga bertambah 1 dan nilai kecemasan akan berkurang sebesar 0,311. Artinya, semakin tinggi tingkat dukungan sosial keluarga, maka semakin rendah tingkat kecemasan karyawan perusahaan X ketika menjelang pensiun di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik
3. Dari hasil R Square (koefisien diterminasi) sebesar 0,174 atau 17,4% maka dapat diartikan bahwa besarnya pengaruh variabel independen/*predictor* (dukungan sosial keluarga) terhadap perubahan variabel dependen/*kriterium* (kecemasan) adalah sebesar 17,4% sedangkan sisanya 82,6% dipengaruhi oleh variabel lain selain variabel independen yang diteliti.

XX. SARAN

Saran yang diberikan oleh peneliti frekuensi jawaban responden terhadap item-item pernyataan dalam variabel dukungan sosial keluarga dan variabel kecemasan pada karyawan Perusahaan X menjelang pensiun di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik, adalah:

1. Bagi Karyawan Yang Akan Pensiun

Karyawan menjelang masa pensiun, hendaknya mulai saat ini mempersiapkan usaha baru untuk memberikan penghasilan tambahan setelah pensiun untuk memenuhi kebutuhan ekonomi karyawan dan keluarganya. Selain itu, mulai sekarang melakukan beberapa tips pencegahan dan mengatasi kecemasan yang muncul diantaranya dengan cara berpartisipasi dalam kegiatan sosial, berinteraksi sosial dan saling memberi kepada masyarakat untuk meningkatkan harga diri, berolah raga teratur, menjaga kesehatan, hindari berbicara mengenai hal negatif, dan berkumpul bersama orang-orang yang disayang (www.apa.org).

2. Bagi Keluarga Karyawan Yang Akan Pensiun

Pihak keluarga, baik dari istri atau suami dan anak-anak yang kurang memberikan dukungan sosial kepada anggota keluarganya yang hendak pensiun sebaiknya mulai meningkatkan pemberian perhatian. Bagi anak-anak dari pihak karyawan yang akan pensiun hendaknya lebih meningkatkan dukungan sosial yang diberikan seperti dengan memberikan ide-ide baru mengenai rencana yang dilakukan ketika pensiun dan mendiskusikan rencana usaha baru yang dilakukan setelah pensiun.

3. Bagi Perusahaan dan Instansi Terkait

Bagi perusahaan atau instansi sebagai tempat bekerja para karyawan, hendaknya mengevaluasi ulang mengenai keefektifan pembekalan kewirausahaan yang telah diberikan karena ternyata sebesar 35,8% karyawan masih belum memiliki usaha baru sebagai sumber pengganti penghasilan setelah pensiun.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti dengan menggunakan metode kualitatif, untuk mendapatkan data yang lebih detail. Selanjutnya juga mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecemasan menjelang masa pensiun yang masih belum dibatasi dalam penelitian ini untuk mengungkap faktor dominan dalam munculnya kecemasan menjelang masa pensiun, seperti faktor lingkungan, emosi yang ditekan, sebab-sebab fisik, dan keturunan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Zaidin. 2009. *Pengantar Keperawatan Keluarga*. Jakarta : ECG.
- Anggraieni, Widuri N. 2008. *Hubungan Antara Religiusitas dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Bintara Polisi*. Skripsi tidak diterbitkan. Yogyakarta : Universitas Islam Indonesia.
- Arikunto, Suharsimi. 2009. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (edisi revisi IV)*. Jakarta : Rineka Cipta
- Atkinson, Rita L. dkk. 2000. *Pengantar Psikologi Jilid Dua Edisi Kesebelas*. Batam : Interaksara.
- Azwar, Saifuddin. 2007. *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- _____. 2006. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Bungin, H. M. B. 2005. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group.
- Christian & Moningka, C. 2012. *Self Efficacy Dan Kecemasan Pegawai Negeri Sipil Menghadapi Pensiun*. *Jurnal Psikologi Ulayat* 1 (1): 45-56.
- Churchill, Gilbert A. 2005. *Dasar-Dasar Riset Pemasaran Jilid 2*. Jakarta : Erlangga
- American Psychological Association. 2003. *Coping stress and anxiety*. (Online) (<http://www.apa.org/pi/aging...>) Diakses pada 1 September 2014.
- Danim, Sudarwan. 2000. *Metode Penelitian Untuk Ilmu-Ilmu Prilaku*. Jakarta : Bumi Aksara
- Durand & Barlow. 2006. *Intisari Psikologi Abnormal Edisi Keempat*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Efendi, F & Makhfudli. 2009. *Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori dan Praktik dalam Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- George & Jones. 2012. *Understanding and Managing Organizational Behavior*. New Jersey : Pearson Education, Inc.
- Gibson, et al. 2012. *Organizations: Behavior, Structure, Processes, 14th edition*. New York : McGraw-Hil
- Gunarsa & Gunarsa. 2008. *Psikologi perawatan*. Jakarta : Gunung Mulia
- Hasan, Iqbal. 2008. *Pokok-pokok materi statistik 2 (statistik inferensif) edisi kedua*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Hurlock, Elizabeth B. 1980. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi V. Jakarta : Erlangga
- Maramis, W.F. 2005. *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*. Surabaya : Airlangga University Press
- Murniasih, E & Rahmawati, A. 2007. *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah di Bangsal L RSUP DR. Soeradji Tirtonegoro Klaten*. *Jurnal Kesehatan Surya Medika (Online)*, (<http://www.skripsistikes.wordpress.com>), diakses 23 Februari 2014.
- Nawari. 2010. *Analisis Regresi Dengan Ms Excel 2007 dan SPSS 17*. Jakarta : Elex Media Komputindo
- Nursalam & Kurniawati, Ninuk D. 2007. *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Terinfeksi HIV/AIDS*. Jakarta : Salemba Medika.
- Priyatno, Dwi. 2008. *Mandiri SPSS Untuk Analisis Data dan Uji Statistik*. Yogyakarta : Mediakom
- Ramaiah, Savitri. 2003. *Kecemasan: Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta : Pustaka Populer Obor. Terjemahan : *All you wanted to know about anxiety*
- Santoso, Singgih. 2008. *Panduan Lengkap SPSS 16*. Jakarta : Elex Media Komputindo.
- Santrock, John W. 2008. *Life Span Development : Perkembangan Masa Hidup Jilid 2 (Edisi XIII)*. Jakarta: Erlangga

- Semiun, Yustinus. 2006. *Teori Kepribadian dan Terapi Psikoanalitik Freud*. Yogyakarta : Kanisius.
- Septhiani, Y. & Suwarna, B. 2009. *Pensiun Bukan Berarti Harus Istirahat*. (On-line). (<http://megapolitan.kompas.com/read/2009/...>), diakses 24 Maret 2014.
- Smet, Bart. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta : Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Soebari, Surasono I. 2008. *Pensiunpreneur, Pensiun Sukses*. Jakarta : Penebar plus+.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- _____. 2007. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta
- _____. 2002. *Statistika Untuk Penelitian (Aplikasinya dengan SPSS ver 10.0 for Windows)*. Bandung : Alfabeta.
- Suprajitno. 2004. *Asuhan Keperawatan Keluarga : Aplikasi Dalam Praktik*. Jakarta : ECG.
- Surat Kepala BKN tentang Batas Usia Pensiun (BUP) PNS yang Merujuk pada UU ASN. Landasan Operasional BUP PNS sesuai UU ASN Diterbitkan. (Online), (<http://www.kopertis12.or.id>), diakses pada 28 Agustus 2014.
- Tamher, S. & Noorkasiani. 2009. *Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Uyanto. 2006. *Pedoman Analisis Data dengan SPSS*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Videbeck, Sheila I. 2008. *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta : ECG.
- Widjajanto, Joannes. 2009. *PHK dan Pensiun Dini, Siapa Takut?*. Jakarta : Penebar plus+
- Wiramihardja, Sutardjo A. 2005. *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung : Refika Aditama