

**HUBUNGAN ANTARA *LOCUS OF CONTROL INTERNAL* DENGAN
KECEMASAN DALAM MENGHADAPI PENSIUN PADA KARYAWAN
PT. PRODIA WIDYAHUSADA WILAYAH VI**

**Arum Prestiana
Program Studi Sarjana Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecemasan dalam menghadapi masa pra pensiun dengan *locus of control internal*. Hipotesis dari penelitian ini adalah adanya hubungan negatif antara *locus of control internal* dengan kecemasan dalam menghadapi masa pra pensiun. Skala kecemasan menghadapi pensiun ini diuji dengan subyek sebanyak 40 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Incidental Sampling*.

Penelitian ini dilakukan di PT. Prodia Widyahusada, Tbk Wilayah VI. Hasil penelitian diolah dengan menggunakan *Spearman's Rho* dengan menggunakan program *SPSS* versi 21. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh hasil taraf signifikansi $p = 0,180$ ($p > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara *locus of control internal* dengan kecemasan menghadapi masa pra pensiun yang artinya faktor *locus of control internal* tidak mempengaruhi tingkat kecemasan individu. Kecemasan dalam menghadapi pensiun dapat disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya kecerdasan emosi, jenis kelamin, faktor internal dan faktor sosial.

Kata Kunci : Kecemasan menghadapi pensiun, *locus of control internal*, *Spearman's Rho*.

This study aims to determine the relationship of anxiety in the face of pre-retirement period with internal locus of control. The hypothesis of this study is the existence of a negative relationship between locus of control internal with anxiety in the face of pre-retirement. The scale of anxiety facing retirement is tested with the subject of as many as 40 people. Sampling technique using *Incidental Sampling*.

This research was conducted at PT. Prodia Widyahusada, Tbk Region VI. The results were processed by using *Spearman's Rho* using *SPSS* version 21. Based on the calculation results obtained the significance level $p = 0.180$ ($p > 0.05$). These results indicate that there is no relationship between internal locus of control and anxiety against pre-retirement which means that internal locus of control factor does not affect an individual's anxiety level. Anxiety in the face of retirement can be caused by several factors such as emotional intelligence, gender, internal factors and social factors.

Keywords: Anxiety facing retirement, internal locus of control, *Spearman's Rho*.

1. PENDAHULUAN

Menurut Maslow (dalam Atkinson, 2000) kebutuhan manusia secara garis besar dapat dibagi atas : kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan dimiliki, kebutuhan harga diri, dan aktualisasi diri. Alasan seseorang bekerja yaitu bisa memenuhi salah satu kebutuhan yang diutarakan oleh Abraham Maslow (dalam Atkinson, 2000). Steer & Porter (dalam Eliana, 2003) menambahkan jika seseorang bekerja secara psikologis akan menimbulkan identitas, status, ataupun fungsi sosial.

Kondisi fisik manusia untuk bekerja ada batasannya, semakin tua seseorang, semakin menurun kondisi fisiknya, maka seiring dengan hal itu produktivitas kerja pun akan menurun. Pada waktunya seseorang akan diminta untuk berhenti bekerja, yang awamnya dikenal dengan istilah pensiun.

Pensiun menurut Flippo (dalam Eva dan Kuncoro, 2006) merupakan suatu peristiwa penting dalam daur kehidupan individu. Pada saat individu akan mendekati masa pensiun, tidak jarang menunjukkan sikap atau perilaku yang berlawanan ketika belum mendekati masa pensiun, yaitu ditandai dengan munculnya kecemasan. Kecemasan meningkat karena merasa nantinya tidak akan dibutuhkan lagi, tidak berguna, dan tidak mempunyai kedudukan. Hal seperti ini menjadi ketakutan tersendiri bagi individu pada saat menghadapi masa pensiun, karena apabila tidak memiliki persiapan yang bagus untuk menghadapi masa pensiun bisa berdampak stress yang akan mengganggu kesehatan.

Masa pensiun dapat menimbulkan masalah psikologis baru bagi yang menjalaninya, karena banyak individu yang tidak siap menghadapi masa ini. Ketidaksiapan menghadapi masa pensiun pada umumnya timbul karena adanya kekhawatiran tidak dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan tertentu. Perubahan yang diakibatkan oleh masa pensiun ini memerlukan penyesuaian diri. Ramaiah (2003) mengatakan bahwa proses penyesuaian diri yang paling sulit adalah pada

masa pensiun. Penelitian yang dilakukan oleh Holmes dan Rahe (1967), mengungkapkan bahwa pensiun menempati rangking 10 besar sebagai penyebab stress. Ketika memasuki masa pensiun, seseorang akan kehilangan peran sosialnya di masyarakat, prestise, kekuasaan, kontak sosial, bahkan harga diri akan berubah juga karena kehilangan peran (Hurlock, 1980). Akibat yang paling buruk pada pensiunan adalah bisa mengakibatkan depresi dan bunuh diri (Hurlock, 1980). Akibat pensiun secara fisiologis oleh Daradjat (1982) dikatakan bisa menyebabkan masalah penyakit terutama gastrointestinal, gangguan saraf, berkurangnya kepekaan. Kecemasan biasanya muncul pada satu atau dua tahun menjelang pensiun, karena individu merasa peran dalam status sosial di masyarakat akan berubah, merasa tidak akan berguna karena tidak bisa memberikan nafkah kepada keluarga dan tidak memiliki kesibukan pada umumnya sewaktu bekerja. Kecemasan sering muncul pada setiap individu yang sedang menghadapainya karena dalam menghadapi masa pensiun dalam dirinya terjadi goncangan perasaan yang begitu berat karena individu harus meninggalkan pekerjaannya.

Locus of control merupakan salah satu aspek kognitif yang dimiliki oleh setiap individu khususnya seseorang yang menghadapi masa pensiun dalam membentuk keyakinan terhadap kemampuan kontrolnya. Munandar (2004) menyatakan bahwa *locus of control* sebagai keyakinan atau harapan individu mengenai sumber penyebab peristiwa yang terjadi dalam hidupnya, yaitu kecenderungan untuk merasa apakah peristiwa itu dikendalikan dari dalam dirinya (*internal*) atau dari luar dirinya seperti keberuntungan, nasib, kesempatan, kekuasaan orang lain dan kondisi yang lain yang dapat dikuasai (*eksternal*). Konsep *locus of control* pertama kali digunakan oleh Rotter berdasarkan pendekatan belajar sosial (Smet, 1994). Rotter menyatakan bahwa *locus of control* adalah keyakinan seseorang terhadap sumber yang mengontrol kejadian-kejadian dalam hidupnya (Poeroe, 1989).

Orang yang memiliki *internal locus of control* berkeyakinan bahwa apa yang terjadi pada dirinya karena pengaruh dirinya sendiri. Orang tersebut cenderung teratur dalam menghadapi hidupnya. Individu dengan *locus of control internal* tidak mudah menyerah dan lebih tangguh dalam menghadapi tekanan dalam hidup. Pensiunan yang memiliki *internal locus of control* berkeyakinan bahwa pengendalian kecemasan yang dilakukannya berpusat pada dirinya dan merupakan konsekuensi dari dirinya

Di saat menghadapi masa pensiun seseorang yang memiliki *locus of control internal* diharapkan mampu mengatasi perubahan-perubahan pola hidup yang terjadi dalam kehidupannya, dimana perubahan-perubahan tersebut dapat menimbulkan kecemasan yang mempengaruhi kehidupannya (Hurlock, 1996).

menghadapi masa pensiun diterima. Pegawai yang memiliki penyesuaian diri terhadap masa pensiun yang baik cenderung memiliki tingkat kecemasan yang rendah, sebaliknya pegawai yang memiliki penyesuaian diri yang rendah, maka akan cenderung memiliki tingkat kecemasan yang tinggi.

Berdasarkan penelitian Budhi Dharmawan Prasajo yang berjudul “Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada Pegawai Kementerian Agama Yang Istrinya Bekerja dan Tidak Bekerja” Fakultas Psikologi Universitas Negeri Semarang menyatakan bahwa, kecemasan menghadapi pensiun pada pekerja yang istrinya tidak bekerja tingkat kecemasan berada pada tingkat kecemasan tinggi, sedangkan tingkat kecemasan pada pekerja yang istrinya bekerja berada pada tingkat kecemasan rendah.

T

TINJAUAN PUSTAKA

a. Pensiun

Parkinson (1990) menyatakan bahwa pensiun diartikan mengundurkan diri dari masyarakat umum atau kehidupan afektif, bisnis atau profesi.

Menurut Kimmel (dalam Prastiti, 2005) mengatakan bahwa, pensiun merupakan suatu perubahan yang penting dalam perkembangan individu yang ditandai dengan perubahan sosial.

b. Kecemasan

Menurut Hurlock (1996), mengatakan bahwa kecemasan merupakan suatu kekhawatiran umum mengenai suatu peristiwa yang tidak jelas atau tentang peristiwa yang akan datang. Tanda-tanda yang biasanya muncul berupa perasaan – perasaan yang kurang menyenangkan. Biasanya disertai oleh rasa kurang percaya diri, tidak mampu, merasa rendah diri serta tidak sanggup untuk menyelesaikan masalah. Apabila seseorang menghadapi suatu masalah atau situasi konflik ia akan meragukan kemampuan dirinya dalam mengatasi kesulitannya tersebut, karena dia akan merasa kurang mampu bila dibandingkan dengan orang lain.

Marhiyanto (1987 : 74) menuturkan bahwa “*anxietas atau kecemasan dirumuskan sebagai subjective dealing off apprehension and heightens physiological arousal*”. Menurutnya kecemasan berbeda dengan rasa takut biasa. Ketakutan akan dirahasiakan apabila ancaman berupa sesuatu yang sifatnya objektif, spesifik dan terpusat yang sifatnya negatif. Sementara kecemasan disebabkan oleh suatu ancaman yang sifatnya lebih umum dan subjektif, yang normal terjadi apabila menghadapi sesuatu, misalnya : pensiun.

c. Locus of Control

Menurut Lefcourt *locus of control* mengacu pada derajat di mana individu memandang peristiwa-peristiwa dalam kehidupannya sebagai konsekuensi perbuatannya, dengan demikian dapat dikontrol (*control internal*). Orang yang memiliki locus of control internal sebagai orang yang yakin bahwa dirinyalah yang mengendalikan nasibnya Menurut Spector(1988) mengemukakan bahwa *Locus of control* didefinisikan sebagai kepercayaan umum bahwa keberhasilan dan kegagalan individu dikendalikan oleh perilaku individu (*internal*) atau

mungkin bahwa prestasi, kegagalan dan keberhasilan dikendalikan oleh kekuatan lain seperti kesempatan, keberuntungan dan nasib (*eksternal*) (dalam Karimi & Alipour, 2011 : 233). *Locus of control* adalah tingkat sejauh mana keyakinan yang dimiliki oleh individu terhadap sumber penyebab peristiwa-peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya, apakah keberhasilan, prestasi dan kegagalan dalam hidupnya dikendalikan oleh perilakunya sendiri (faktor *internal*)

Menurut Levenson, individu yang berorientasikan *locus of control internal* lebih yakin bahwa peristiwa yang dialami dalam kehidupan mereka terutama ditentukan oleh kemampuan dan usahanya sendiri. Individu yang berorientasi pada *locus of control eksternal*, di kelompokkan dalam dua kategori, yaitu *powerful others* dan *chance*. Individu dengan orientasi *powerful others* meyakini bahwa kehidupan mereka ditentukan oleh orang-orang yang lebih berkuasa yang ada disekitarnya, sedangkan mereka yang berorientasi *chance* meyakini bahwa kehidupan dan kejadian yang dialami sebagian besar ditentukan oleh takdir, nasib, keberuntungan dan kesempatan (Robinson, dkk, a991 : 425).

HIPOTESIS PENELITIAN

Hipotesis yang ingin dibuktikan adalah :

Apakah ada hubungan negatif antara *locus of control* internal dengan kecemasan dalam menghadapi masa pra pensiun.

METODE PENELITIAN

Sampel penelitian ini adalah karyawan PT. Prodia Widyahusada, Tbk. yang berada di wilayah VI (Jawa Timur, Nudsa Tenggara & Bali)

OPERASIONAL VARIABEL PENELITIAN

1. Kecemasan (Y)

Kecemasan merupakan reaksi individu terhadap masalah yang akan dihadapi dan ditandai dengan adanya kegelisahan, kebingungan, ketakutan dan

kekhawatiran. Aspek yang dapat diukur berdasarkan dari gejala – gejala kecemasan menghadapi masa pensiun adalah : Kondisi Fisiologis Kondisi Psikologis.

2. *Locus of control internal* (X)

Locus of control internal merupakan tingkat kendali individu serta keyakinan individu mengenai sumber-sumber penyebab dari peristiwa-peristiwa yang dialami dalam kehidupannya bawa keberhasilannya, prestasi, kegagalan kehidupannya dikendalikan oleh faktor internal yaitu kemampuan seseorang, minat seseorang dan usaha seseorang ataukah semua peristiwa-peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya dikendalikan oleh faktor eksternal yaitu nasib seseorang, keberuntungan, sosial ekonomi dan pengaruh orang lain.

Uji Prasyarat

Sebelum analisa data dilakukan ada dua syarat yang harus dilakukan yaitu uji normalitas sebaran dan uji linearitas hubungan sebagai berikut:

1. Uji normalitas sebaran variable tergantung kecemasan diperoleh hasil *Kolmogorov smirnov* (Z) sebesar 0,983 dengan $p = 0,288$ ($p > 0,05$) maka dinyatakan memiliki distribusi normal.
2. Uji linieritas Berdasarkan hasil uji uji linieritas antara variabel *locus of control internal* dengan kecemasan menunjukkan nilai $p = 0,812$ ($p > 0,05$) maka kedua variabel tersebut mempunyai hubungan linier.

HASIL PEMBAHASAN

Pengujian Hipotesis

Berdasarkan hasil uji teknik non paremetrik *Spearman's Rho* dibantu dengan program SPSS versi 21 menunjukkan hasil nilai $p = 0,812$ ($p > 0,05$). Menunjukkan tidak ada korelasi, hal ini berarti menunjukkan bahwa hipotesis ditolak maka, tidak ada hubungan antara *locus of control internal* dengan kecemasan pada karyawan PT. Prodia Widyahusada Wil VI.

Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil analisis pengujian hipotesis di atas diketahui bahwa tidak ada hubungan antara *locus of control internal* dengan kecemasan pada karyawan yang akan menghadapi pensiun, dalam konteks penelitian ini *locus of control internal* tidak mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi masa pra pensiun. Menurut Spector orang yang memiliki *locus of control external* locus of control banyak yang mengalami depresi dan cemas, hal ini disebabkan karena individu dengan locus of control eksternal kurang dapat menyesuaikan diri dan tidak dapat mengontrol emosi, serta kurang percaya diri.

Faktor lain yang mempengaruhi kecemasan menghadapi pensiun menurut Unger dan Crawford (1992) ada dua yaitu pandangan positif dan negatif. Seseorang yang memiliki pandangan positif memaknai pensiun sebagai suatu kebebasan setelah sekian tahun bekerja, kesempatan yang cukup baik untuk bepergian atau berlibur, melakukan hobi dan memanfaatkan waktu luang. Seseorang yang memiliki pandangan negatif memaknai pensiun sebagai keadaan yang membosankan, penarikan diri, dan kemungkinan besar munculnya perasaan tidak berguna. Pandangan negatif inilah yang dapat menimbulkan emosi-emosi negatif sehingga akan mengarahkan seseorang pada kecemasan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, analisis dan pembahasan yang dikemukakan dapat disimpulkan bahwa *locus of control internal* tidak memiliki hubungan dengan kecemasan menghadapi masa pra pensiun bagi karyawan. Karyawan yang akan menghadapi masa pra pensiun tidak mengalami kecemasan. Jadi, hipotesis penelitian yang menyatakan “Ada hubungan negatif antara *locus of control internal* dengan kecemasan menghadapi masa pra pensiun”, ditolak.

Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti yang ingin meneliti lebih jauh mengenai kecemasan menghadapi pensiun dapat memperhatikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi masa pensiun, serta dapat menambahkan subyek penelitian dengan subyek yang berbeda. Kekurangan dari penelitian ini peneliti kesulitan memantau pengisian angket penelitian oleh subyek, dikarenakan adanya faktor jarak dari subyek, sehingga diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar lebih memantau pengisian angket oleh subyek.

DAFTAR PUSTAKA

- Atamimi, N. (1989). Post Power Syndrome. *Makalah (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Pusat Penelitian Kependudukan Universitas Gadjah Mada.
- Atkinson, Rita, L ; Atkinson Rischard, C. & Hilgard, Ernest, R. (1994). (Ab. Dra. Nurdjannah taufiq; Dra. Rukmini Barhana) *Pengantar Psikologi*. Jilid 1. Jakarta : Erlangga.
- Azwar, Saifuddin. MA. (1999). *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Andari, S. (2001). *Post Power Syndrome Pada Masa Lanjut Usia*”. Media Informasi Penelitian . No. 168.
- Azwar, S. (2001). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Daradjat, Z. (1996). *Kesehatan Mental*, Jakarta : PT. Gunung Agung.
- Desmita. (2007). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya Offset.
- Dwi, E. Nuraini. Kecerdasan emosi dan kecemasan menghadapi pensiun pada Pegawai Negeri Sipil. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Fakultas Psikologi Universitas Sebelas Maret. Surakarta.
- Eliana R. (2003). *Konsep Diri Pensiunan*. USU. Digital library.
- Hawari, D. (2001). *Manajemen Stress, Cemas dan Depresi*. Jakarta : Fakultas kedokteran Universitas Indonesia.
- Hurlock, E.B., (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima*, Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Humaidah. (2011). Hubungan antara Locus Of Control dengan Resiliency pada remaja di panti asuhan putra muhammadiyah dan putri aisyiyah. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Prodi Psikologi. Yogyakarta.
- Ganang, S. Pradono; Santi Esterlina Purnamasari. (2013). Hubungan antara penyesuaian diri dengan kecemasan dalam menghadapi masa pensiun pada pegawai negeri sipil di propinsi daerah istimewa Yogyakarta. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Yogyakarta.
- Kaplan, Harold I dan Sandock, Benjamin J., dan Grebb, Jack A. (1997). *Sinopsis Psikiatri (Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis) Edisi Ketujuh Jilid 1*. Alih Bahasa Oleh Widjaja Kusuma. Jakarta : Penerbit Binarupa Aksara.
- Kartono, Kartini. (1981). *Gangguan Psikis*. Bandung : Mandar Maju.
- Lily, Puspa, P.S. (2007). Hubungan Locus of Control dengan Kecemasan Mengadapi Pensiun. *(Skripsi)*. Jurnal Universitas Psikologi Diponegoro. Vol 4.