



PROSIDING SEMINAR NASIONAL PSIKOLOGI

"Menjadi Manusia Berkesadaran di Era Digital"



3 November 2023 |
Fakultas Psikologi |
Universitas Sanata Dharma |
Yogyakarta

PROSIDING SEMINAR NASIONAL PSIKOLOGI

**“Menjadi Manusia
Berkesadaran di Era Digital”**

3 November 2023
Fakultas Psikologi
Universitas Sanata Dharma
Yogyakarta



SANATA DHARMA UNIVERSITY PRESS

PROSIDING SEMINAR NASIONAL PSIKOLOGI

“Menjadi Manusia Berkesadaran di Era Digital”

Copyright © 2023

Fakultas Psikologi - Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta

KOORDINATOR DEWAN EDITOR

Alice Whita Savira, M.Psi., Psikolog
Olga Sancaya Dyah Permatasari., M.Si., M.Psi., Psikolog

DEWAN EDITOR DAN REVIEWER

Albertus Harimurti, S.Psi., M.Hum
Passchedona Henrietta Puji Dwi Astuti Dian Sabatti, M.A.
Alice Whita Savira, M.Psi., Psikolog
C. Siswa Widiyatmoko, M.Psi.
Diana Permata Sari, S.Psi., M.Sc.
Dr. Agnes Indar Etikawati, M.Si., Psikolog
Dr. Aquilina Tanti Arini
Dr. Minta Istono
Dr. Y.B. Cahya Widiyanto, M.Si
Febriana Ndaru Rosita, M.Psi., Psikolog
Flaviana Rinta Ferdian, S.Psi., M.A.
Monica Eviandaru Madyaningrum Ph.D.
Olga Sancaya Dyah Permatasari., M.Si., M.Psi., Psikolog
Robertus Landung Eko Prihatmoko, M.Psi.
Sylvia Carolina Maria Yuniarti Murtisari, M.Si.

KOMITE/KEPANITIAAN

Pengarah dan penanggung jawab:
Dr. Y.B Cahya Widiyanto, M.Si

Ketua Panitia:

C. Siswa Widiyatmoko, M.Psi.

Wakil Ketua:

Dr. Agnes Indar Etikawati, Psikolog

Sekretaris:

Febriana Ndaru Rosita, M.Psi., Psikolog

Bendahara:

Diana Permata Sari, S.Psi., M.Sc.

Sie. Acara:

Alice Whita Savira, M.Psi., Psikolog

Proceeding:

Olga Sancaya Dyah Permatasari., M.Si., M.Psi.,
Psikolog

Sie. Perkap:

Timotius Maria Raditya Hernawa, M.Psi.

Sie. Konsumsi:

Robertus Marsidiq

CP & Akomodasi:

Gandung Widiyantoro

Ilustrasi Sampul: Yohanes Yorico Agasta

Sampul & Layout Akhir Buku: Thomas

Buku Elektronik (e-Book)

ISBN: 978-623-143-051-9 (PDF)

EAN: 9-786231-430519

Cetakan Pertama, Januari 2024

vi+156 hlm.; 21x27,9 Cm.

DITERBITKAN OLEH



SANATA DHARMA UNIVERSITY PRESS
Lantai 1 Gedung Perpustakaan USD
Jl. Affandi (Gejayan) Mrican, Yogyakarta 55281
Telp. (0274) 513301, 515253; Ext. 51513; Fax (0274) 562383
Website: www.sdupress.usd.ac.id
e-Mail: publisher@usd.ac.id

INSTITUSI PENDUKUNG & KERJA SAMA



FAKULTAS PSIKOLOGI
Universitas Sanata Dharma
Kampus III Paingan Maguwoharjo
Sleman, Yogyakarta



Sanata Dharma University Press anggota APPTI
(Afiliasi Penerbit Perguruan Tinggi Indonesia)
No. Anggota APPTI: 003.028.1.03.2018

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang.

Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apa pun, termasuk fotokopi,
tanpa izin tertulis dari penerbit.

KATA PENGANTAR

Saat ini, istilah trauma, bahkan yang lebih formal -PTSD (*post-traumatic stress disorder*), bukan lagi hal yang asing di perbincangan sehari-hari. Mungkin orang tidak menyadari bahwa istilah tersebut sangat asing di telinga orang 100 tahun lalu. Mengapa trauma dikenal di telinga orang modern? Ada konteks historis yang membentuknya. Di masa itu, ketika perang berkecamuk di sekujur bumi, banyak orang biasa yang harus menjalani wajib militer: bertugas di medan perang untuk sementara waktu, lalu kembali lagi menjalani hidup sebagai manusia biasa, bukan sebagai prajurit. Orang menganggap, setelah kembali hidup sebagai manusia biasa, para mantan prajurit tersebut juga kembali mengalami kebahagiaan seperti sedia kala. Namun ternyata anggapan itu keliru. Para veteran tidak bahagia setelah kembali dari medan perang, mereka berperilaku aneh, memiliki emosi yang tidak biasa, dan mengganggu sesama warga sipil lain. Dari situlah orang mulai sadar tentang gangguan yang disebut trauma. Jadi, situasi tertentu memunculkan perilaku tertentu yang sebelumnya tidak muncul. Kebutuhan untuk memahami dan mengatasi akibat buruk dari suatu perilaku muncul baru ketika situasi yang memunculkannya menjadi situasi yang lazim.

Dalam dunia Kesehatan, ada lebih banyak contoh serupa yang bisa kita sebutkan. Ambil misalnya gejala cacingan yang lebih banyak terjadi di pedesaan, penyakit malaria yang umum terjadi di sejumlah pulau di luar Jawa, atau gejala obesitas yang merebak pada orang kota atau di Masyarakat yang Makmur. Dalam contoh obesitas, ini sebenarnya buah dari kenyataan yang sebelumnya diimpikan. Orang desa atau Masyarakat miskin banyak yang tidak menyadari bahwa menjadi orang kota atau warga dari Masyarakat Makmur akan membawa mereka menjalani gaya hidup tertentu yang membuat mereka rentan mengalami obesitas. Setelah mereka menjadi orang kota atau warga Masyarakat Makmur dan mengalami obesitas, barulah mereka bernostalgia tentang kehidupan pedesaan atau kehidupan di Masyarakat yang sederhana, walaupun kenyataannya keadaan sudah tidak bisa dibalik lagi.

Bagaimana dengan gejala-gejala baru yang mungkin timbul dari perubahan massif dalam teknologi informasi, digitalisasi, atau yang sering didengung-dengungkan: revolusi 4.0? Yang jelas beberapa dekade lalu, orang mendambakan kondisi serba telekomunikasi digital. Film-film bercorak fiksi ilmiah era tahun 80-an sering menampilkan sesuatu yang tampak mustahil saat itu: adegan orang bercakap-cakap di depan layar monitor dengan orang lain yang dipisah oleh jarak. Adegan itu tampak mustahil karena orang hanya tahu percakapan sebatas lewat telepon atau komunikasi tertulis lewat surat yang diterima beberapa hari setelah dikirim. Dan semua orang mendambakan masa datangnya situasi ketika bercakap-cakap sambil menatap wajah orang yang

terpisah ribuan kilo atau terkirimnya naskah panjang tanpa jeda waktu merupakan hal yang lazim. Tapi, apakah saat itu orang mengetahui tentang sleep *call*: *Smartphone* tetap terhubung sampai berjam-jam walau kekasih di kota lain sudah terlelap? Atau, apakah ada kesadaran tentang kemungkinan gejala FOMO -*fear of missing-out*- yang setali tiga uang dengan *smartphone addiction*? Dan, bisakah kita kembali ke jaman telegram indah atau berkirim surat lewat bus surat supaya tidak ada lagi FOMO?

Di saat dunia dan realitas interaksi manusia memiliki kelaziman baru, dengan berbagai kemungkinan munculnya gejala perilaku yang baru belum terpetakan dengan jelas, berikut juga peta tentang “tebing” dan “jurangnya”, maka disinilah pentingnya pengetahuan dan perbincangan ilmiah tentang perilaku manusia yang menggejala di jaman baru ini. Dan manakala jarum Sejarah tidak mungkin lagi diputar balik dan yang tertinggal dari manusia adalah kesadarannya, maka pentinglah kita membicarakan kesadaran manusia di era digital. Seminar nasional dengan tema “Menjadi Manusia yang Berkesadaran di Era Digital” adalah wahana yang coba disumbangkan oleh Fakultas Psikologi USD untuk memperbincangkan perihal tersebut. Dalam seminar tersebut sejumlah akademisi dan praktisi menyambutnya dengan kehadiran dan naskah akademis. Di buku *proceeding* ini, gayut yang tersambung dengan antusiasme berupa naskah akademis dapat Anda baca.

Yogyakarta, 15 Desember 2023

Ketua Panitia

C. Siswa Widiyatmoko, M.Psi.

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
FEAR OF MISSING OUT (FoMO) AND SMARTPHONE ADDICTION AMONG UNIVERSITY STUDENTS: THE MEDIATING ROLE OF MOBILE ATTACHMENT	1
Waode Suarni	
SEBERAPA KHAWATIR DIRIKU TERTINGGAL? STUDI <i>MIXED METHODS</i> TENTANG <i>FEAR OF MISSING OUT (FOMO)</i>	16
Muhammad Naufal Elian Yassar Lu'luk Syahrul Kamal Rifqa Amalia Azzyati	
HUBUNGAN <i>SELF-ESTEEM</i> DAN <i>ROMANTIC JEALOUSY</i> PADA DEWASA AWAL PENGGUNA <i>INSTAGRAM</i>	34
Putu Govinda Sai Ramawati Soerjantini Rahaju Taufik Akbar Rizqi Yunanto	
HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN INTERPERSONAL DENGAN PENGUNGKAPAN DIRI PENGGUNA APLIKASI <i>BUMBLE</i> PADA MAHASISWA	43
Rahma Cheerlovelta Ardyni Kamsih Astuti	
HUBUNGAN <i>INTERNET SELF EFFICACY</i> DAN KESIAPAN KERJA PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI ERA DIGITAL	52
Marleny Tangaguling P. Henrietta P. D. A. D. S	
GAMBARAN KOHESIVITAS: IMPLEMENTASI PADA PERUSAHAAN PROPERTI PT X	68
Benedicta Dwi Efratiani Maria Bramanwidhyantari	
DINAMIKA KESIAPAN DIRI DALAM MENGHADAPI MASA PENSIUN PADA KARYAWAN DI PERUSAHAAN "X" DI KOTA SEMARANG	81
Mawar Arum Sari Maria Bramanwidhyantari	
FENOMENOLOGI KASIH IBU SEBAGAI CAREGIVER ANAK PENDERITA <i>CENTRAL GIANT CELL GRANULOMA</i> DI ERA DIGITALISASI	88
Fx. Wahyu Widiantoro Meysella Al Firdha Hanim	
ANALISIS FAKTOR PELINDUNGAN DAN RISIKO KESEHATAN MENTAL REMAJA DI NUSA TENGGARA TIMUR	99
Andriyani Emilia Lay Paulinus Alexander Satriano Uda	
ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY: ADAPTASINYA DALAM BENTUK SWAPANDU DARING DAN PENERAPANNYA DI INDONESIA	120
Dicky Sugianto Laurentius Sandi Witarto	

STRES PENGASUHAN DAN RESILIENSI IBU DI ERA DIGITAL: STUDI LITERATUR SISTEMATIK	135
Ghina Syauqila Adina Hafidhah Amalia Dian Veronika Sakti Kaloeti	
A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW: DAMPAK KEMATIAN ORANG TUA PADA MASA KANAK-KANAK	149
Winda Karina Wulandari Novi Qonitatin	

DINAMIKA KESIAPAN DIRI DALAM MENGHADAPI MASA PENSIUN PADA KARYAWAN DI PERUSAHAAN “X” DI KOTA SEMARANG

Mawar Arum Sari* | Maria Bramanwidhyantari

[Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Soegijapranata; mawararumsari0304@gmail.com]

Abstract. *The psychological readiness of employees before retirement is very important for employees in a company because in reality there are some employees who feel they are not ready, and are stressed because previously they often carried out work activities, received a certain income, and felt that they had not prepared themselves, to anticipate The emergence of feelings of discomfort, this company held training to prepare prospective employees for retirement. Psychologically, an employee needs to prepare mentally because when they retire they experience a change in life phase. This research raises the theme of the dynamics of retirement readiness at Company X in Semarang City, which is very important to research because retirement is a new phase in an employee's life. This research aims to find out how prepared an employee is for retirement. The method used in this research is descriptive qualitative method. The total sample consisted of 3 adults aged 53-56 years who were married and lived in Semarang City. Data collection uses observation techniques and structured interviews. The results of this research show that there is employee readiness to face retirement. This is proven by the fulfillment of three aspects of readiness, namely the understanding aspect, the appreciation aspect, and the willingness aspect. In the results of this research, employees have received training before retirement so that they are prepared to face retirement. It can be concluded that the need for employee training before retirement is necessary for employees' self-readiness.*

Keywords: Psychological readiness, Retirement, Employees.

PENDAHULUAN

Kesiapan psikologis adalah kondisi perilaku seseorang merasa siap terhadap sesuatu yang memiliki hubungan antara batin dan karakter seseorang (Aini dan Afdal, 2020). Kesiapan psikologis seseorang yang mengalami masa pensiun sama pentingnya dengan kesiapan finansial. Pada penelitian ini dijelaskan juga Kesiapan secara umum adalah suatu keadaan dimana seseorang sudah mempersiapkan diri untuk bisa menerima dirinya secara mental dan fisik untuk melaksanakan kegiatan tertentu (Shonhadji, 2012). Menurut Ann Hylton (2008, dalam Safitri, 2013) kesiapan seseorang untuk menambah pengalaman, sehingga orang tersebut memiliki keahlian dan kompetensi yang membuat seseorang merasa siap untuk melakukan sesuatu kegiatan yang mereka ingin lakukan. Kesiapan pensiun juga perlu dijelaskan pada penelitian ini kesiapan pensiun yaitu keadaan yang terjadi pada perilaku seseorang yang memiliki upaya untuk mematangkan diri atau mendewasakan diri secara mental dan fisik untuk melanjutkan hidup di masa tua (Safitri, 2013). Perlunya pandangan di masa pensiun nanti agar merasa siap karena masa pensiun untuk karyawan pasti akan mengalami beberapa perubahan situasi yang tidak pasti (Santrock WJ, 1995, dalam Apsari, 2012).

Menurut Christian dan Moningka (2012) Pensiun merupakan tahap dimana seseorang menghentikan hubungan kerja dengan perusahaan pada usia dan masa kerja yang sudah ditentukan perusahaan/instansi. Menurut Atchley (1971, dalam Safitri, 2013) dalam seseorang yang pensiun nantinya akan mengalami fase menderita secara psikologis dan merasa tidak lagi melihat dirinya sendiri sebagai karyawan yang produktif dalam berkontribusi dengan masyarakat. Secara psikologis, karena itulah seorang karyawan perlu menyiapkan mental karena ketika masa pensiun mereka mengalami perubahan fase kehidupan. Berdasarkan penjelasan diatas pensiun sendiri biasanya memiliki usia ketentuan untuk pensiun, memiliki suatu tabungan pensiun. Seseorang pensiunan biasanya bergantung pada tabungan, investasi, atau program pensiun yang juga merupakan perubahan hidup untuk seseorang dalam perkembangan seseorang yang lihat dari perubahan sosial(pengunduran diri) dari kesibukan yang efektif, bisnis atau profesi. Pensiun juga ada beberapa tipe yaitu pensiun wajib yang sudah ditentukan perusahaan yang merupakan reward dari perusahaan untuk karyawan beristirahat dalam masa bekerjanya, dan pensiun dini dimana karyawan memilih untuk berhenti bekerja sebelum waktunya diistirahatkan perusahaan.

Menurut Napitupulu dan Benedict (2019) Karyawan adalah seseorang yang bekerja untuk perusahaan, organisasi, atau suatu instansi dengan status pekerja atau pegawai. Karyawan adalah seseorang yang menyediakan jasa yang berbentuk pemikiran atau bisa juga tenaga dan mendapatkan upah yang ditetapkan berdasarkan kesepakatan dengan perusahaan (Hasibuan, 2002 dalam Ishaya, 2017). Berdasarkan penjelasan bahwa seorang karyawan pasti diberikan gaji atau upah sebagai imbalan atas kinerjanya pada perusahaan atau suatu instansi. Tugas utama sebagai karyawan adalah melaksanakan pekerjaan yang telah ditentukan atasan atau manajemen perusahaan yang sesuai dengan posisi atau jabatannya. Tugas ini biasanya diberikan beragam tergantung pada jenis pekerjaan dan perusahaan tempat mereka bekerja. Jadi Kesiapan psikologis karyawan sebelum pensiun merupakan hal yang sangat penting bagi karyawan di suatu perusahaan.

Pada kenyataanya ada beberapa karyawan yang merasa belum siap, dan stress karena sebelumnya sering melakukan aktivitas bekerja, mendapatkan penghasilan yang pasti, dan merasa bahwa dirinya belum menyiapkan diri, untuk mengantisipasi munculnya perasaan ketidaknyamanan pada karyawan perusahaan ini mengadakan pembekalan untuk menyiapkan para calon-calon karyawan pensiun.

Hasil survei terbaru dari Manulife Asian Care 2023 dirilis pada pertengahan bulan April beberapa responden survei sebanyak 82% menilai bahwa perencanaan masa persiapan pensiun sebagai langkah yang bijaksana, sedang 54% mengaku bahwa sudah memiliki perencanaan keuangan dan mempersiapkan masa pensiun.

Menghadapi masa pensiun merupakan perubahan yang besar dalam hidup seseorang, dan ini dapat memengaruhi kesejahteraan mental dan emosional mereka. Beberapa hal yang mungkin membuat seseorang akan lebih siap secara psikologis untuk menghadapi pensiun yaitu memiliki pemahaman tentang perubahan pensiun nantinya, memiliki rencana aktivitas pensiun, siap

secara kesehatan, keuangan atau rancangan anggaran, memiliki dukungan atau sosialisasi dengan jaringan sosial, memiliki perasaan terus belajar dan berkembang, harus memiliki ekspektasi yang realistik. Penelitian ini menggunakan tiga aspek kesiapan menurut Yusuf (2002, dalam fajri dkk., 2011) yaitu aspek pemahaman yaitu seseorang merasa dirinya mengerti dan mengetahui kejadian yang dialami (pensiun) membuat karyawan merasa siap dengan kondisi apa yang akan terjadi nantinya, aspek penghayatan yaitu kondisi psikologis karyawan yang merasa siap secara alami dengan kondisi yang dialami jika nantinya terjadi hal-hal yang tidak terduga tidak memiliki ke khawatiran, aspek kesedian yaitu kondisi psikologik karyawan yang merasa sanggup atau rela untuk mengalami salah satu proses kehidupan. Menurut Shonhadji (2012) faktor yang mempengaruhi kesiapan yaitu kompetensi, keterampilan, pengalaman kerja, latar belakang pendidikan, dan pelatihan.

Dampak yang terjadi jika kesiapan psikologi tidak dimiliki oleh para karyawan yang akan mengalami masa pensiun mereka akan merasa ketidaksiapan contohnya gangguan psikologi seperti kecemasan, stress, dan bahkan bisa sampai depresi. Pada penelitian ini juga ditemukan bahwa program pelatihan sebelum masa pensiun diadakan dalam perusahaan "X". Program persiapan pensiun adalah kegiatan pelatihan atau pembekalan yang seharusnya diberikan perusahaan untuk karyawan yang akan mengalami masa pensiun bertujuan membantu karyawan agar lebih siap atau bisa melewati fase perubahan yang tadinya memiliki kesibukan yang pasti menjadi tidak pasti. Menurut Inaja & Rose (2013, dalam Saputra& Sagala, 2016) program persiapan pensiun ini penting untuk karyawan yang akan memasuki masa pensiun terbukti dengan adanya program pembekalan ini menunjukkan sifat karyawan positif menghadapi masa pensiun.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kesiapan seorang karyawan yang akan menempuh masa pensiun. Penelitian ini ditunjukan pembaca bahwa pembekalan sebelum menempuh masa pensiun itu penting karena seorang karyawan memiliki kesiapan diri secara psikologis. Peneliti Menggunakan desain penelitian kualitatif agar mendapatkan data yang mendalam dan maksimal dari hasil wawancara dan observasi mengenai pentingnya pembekalan karyawan sebelum pensiun.

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini peneliti memilih menggunakan metode kualitatif karena ingin fokus pada hasil penelitian untuk menggali fenomena yang ada. Didukung menurut John W.Creswell (2013) penelitian kualitatif merupakan penelitian yang bersifat deskriptif dan eksploratif yang memiliki acuan pada pemahaman mendalam tentang suatu permasalahan. Responden terdiri dari 3 orang dewasa yang berusia 50 sampai 56 tahun yang sudah mendekati masa pensiun diperusahaan "X" Kota Semarang. Metode pengumpulan data kualitatif sendiri melibatkan analisis data seperti observasi, wawancara, analisis data. Wawancara adalah suatu pertemuan yang menjadi salah satu cara untuk mendapatkan informasi yang terdapat penjelasan atau pemahaman. observasi adalah bagian dalam pengumpulan data yang langsung dari lapangan.

Pada penelitian ini setelah mendapatkan data dari observasi dan wawancara peneliti mengolah data menggunakan teknik analisis data interaktif miles and hubermen yang memiliki tiga proses yaitu reduksi data, penyajian data, dan verifikasi atau menyusun kesimpulan. Pada penelitian ini peneliti ingin mengetahui tentang kesiapa psikologi karyawannya yang akan mengalami masa pensiun karena masih banyak karyawan tidak memikirkan hal tersebut atau bahkan menganggapnya remeh. Menurut Wulandari dan Lestari (2018) pada kenyataannya banyak orang yang merasa dirinya belum siap untuk menghadapi masa pensiun yang dapat menimbulkan perasaan cemas yang berlebihan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat kesiapan karyawan untuk menghadapi masa pensiunnya pada karyawan di perusahaan "X" di Kota Semarang. Menurut Wulandari dan Lestari (2018) pada kenyataannya banyak orang yang merasa dirinya belum siap untuk menghadapi masa pensiun yang dapat menimbulkan perasaan cemas yang berlebihan. Pada hasil penelitian inilah, karyawan sudah mendapatkan pembekalan sebelum masa pensiun sehingga mereka memiliki kesiapan diri untuk menghadapi masa pensiun. Pembekalan karyawan sebelum masa pensiun itu perlu untuk kesiapan diri karyawan. Penelitian ini mendapatkan hasil dari analisis data wawancara yang dilakukan bahwa saat wawancara subjek ada yang sudah memiliki pandangan terkait apa yang akan dilakukan pada masa pensiun yang akan datang, dari hasil wawancara subjek tidak ada yang merasa bahwa dirinya tidak siap jika akan mengalami masa pensiun nanti, tetapi ada subjek yang merasa siap hanya belum memiliki pandangan akan menjalankan usaha atau kegiatan apa saat masa pensiun datang karena itu mereka merasa terbantu dengan adanya pembekalan untuk karyawan yang akan menempuh masa pensiun. Hal ini dibuktikan dari analisis data berdasarkan tiga aspek kesiapan menurut Yusuf (dalam Fajri dan Khairani, 2011) yaitu aspek pemahaman yaitu seseorang merasa dirinya mengerti dan mengetahui kejadian yang dialami (pensiun) membuat karyawan merasa siap dengan kondisi apa yang akan terjadi nantinya, aspek penghayatan yaitu kondisi psikologik karyawan yang merasa siap secara alami dengan kondisi yang dialami jika nantinya terjadi hal-hal yang tidak terduga tidak memiliki kekhawatiran, aspek kesedian yaitu kondisi psikologik karyawan yang merasa sanggup atau rela untuk mengalami salah satu proses kehidupan. Pada hasil penelitian ini semua subjek merasa terbantu dengan adanya program pembekalan yang diadakan perusahaan. Hasil penelitian ini bahwa terpenuhinya semua aspek pada wawancara.

Pentingnya program pembekalan untuk karyawan yang akan pensiun itu memang harus selalu diadakan dengan tujuan karyawan mendapatkan gambaran atau bayangan kegiatan yang akan dilakukannya, seperti kutipan wawancara dari salah satu subjek peneliti yaitu mendekati hari pensiun karyawan mendapatkan pembekalan, pembekalan pensiun gitu lo nanti mungkin untuk menentukan usaha apa yang akan dipilih untuk membuka usaha (Tr, 2023, dalam wawancara).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dapat disimpulkan bahwa perlunya pembekalan karyawan sebelum masa pensiun itu perlu untuk kesiapan diri karyawan. Kesiapan karyawan itu diperlukan agar karyawan tidak merasa ketidaknyamanan perasaan secara psikologi. Menurut peneliti seorang karyawan yang tadinya aktif bekerja menjadi tidak bekerja lagi pasti mengalami perasaan ketidaknyamanan karena itu mereka perlu mendapatkan motivasi yang berupa program pembekalan agar bisa mendapatkan rancangan yang akan dilakukan saat pensiun. Terdapat pada hasil penelitian ini ternyata karyawan sudah mendapatkan pembekalan sebelum masa pensiun sehingga mereka memiliki kesiapan diri untuk menghadapi masa pensiun.

Keterbatasan

Peneliti memiliki keterbatasan waktu penggeraan sangat cepat baik dalam melakukan penulisan dan saat melakukan proses ambil data dan mengelola data tersebut.

Saran

Saran untuk penelitian selanjutnya agar lebih matang dalam melakukan penulisan dan lebih teliti satu persatu. Saran peneliti bagi perusahaan diharapkan memberi program pembekalan sebelum memasuki masa pensiun karena dengan pembekalan yang diberikan dapat menunjang karyawan menjadi lebih merasa siap.

Ucapan Terima Kasih

saya ucapan terima kasih kepada ibu, kakak, Bu Riri (selaku dosen pembimbing saya), teman saya salsa, dan orang tersayang saya.

DAFTAR ACUAN

- Bintang Rahmannisa Safitri. (2013). KESIAPAN MENGHADAPI MASA PENSIUN DITINJAU DARI PERAN GENDER KARYAWAN. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 26(4), 1–37.
- Christian, C., & Moningka, C. (2012). Self Efficacy Dan Kecemasan Pegawai Negeri Sipil Menghadapi Pensiun. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 1(1), 45–56. <https://doi.org/10.24854/jpu12012-9>
- Creswell; J. W. 2013. (2013). *Research Design; Pendekatan Kualitatif; Kuantitatif; dan Mixed Edisi Ketiga*.
- De los Santos, J. A. A., Labrague, L. J., & Milla, N. E. (2020). Happiness and Retirement Readiness among Pre-Retiring Employees: a Cross-Sectional Study. *Ageing International*, 45(1), 85–98. <https://doi.org/10.1007/s12126-019-09351-z>
- Fajri, A., & Khairani, M. (2011). Hubungan Antara Komunikasi Ibu-Anak Dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) Pada Siswi Smp Muhammadiyah Banda Aceh. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2), 133–143. <https://doi.org/10.14710/jpu.10.2.133-143>
- Habsy, B. A. (2017). Seni Memahami Penelitian Kuliatatif Dalam Bimbingan Dan Konseling : Studi Literatur. *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 90. <https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.56>
- Ishaya, S. R. (2018). Pengaruh Motivasi Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Pada Pt. Arka Mahesa Pratama Di Jakarta Selatan. *Jurnal Lentera Bisnis*, 6(2), 94. <https://doi.org/10.34127/jrlab.v6i2.191>
- Kadarisman, M. (2011). Menghadapi Pensiun dan Kesejahteraan Psikologis Pegawai Negeri Sipil. *Jurnal Kebijakan Dan Manajemen PNS*, 5(2), 45–62.
- Marpaung, H. (2015). Determiann Tenaga Kerja Terdidik Bekerja Sebagai Karyawan(Studi Kasus Lulusan S1 Fakultas Ekonomi Universitas Riau Tahun 2010. *JOMFekon*, 2(2), 1–11. <https://media.neliti.com/media/publications/125589-ID-analisis-dampak-pemekaran-daerah-ditinja.pdf>
- Napitupulu, B. P., & Benedict, I. (2019). Hubungan Penempatan Dan Pengembangan Pegawai Dengan Prestasi Kerja Pada Pardede International Hotel Medan. *Jurnal Ilmiah Akomodasi Agung*, 6(1). <https://doi.org/10.51827/jiaa.v6i1.30>
- Pada, P., & Negeri, P. (2015). Hubungan Gaya Hidup Hedonis dan Jenis Pekerjaan Terhadap Penerimaan Diri Menghadapi Pensiun pada Pegawai Negeri Sipil. *Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman Samarinda*, 3(3), 247–259.
- Psikologi, P. S., Kedokteran, F., & Udayana, U. (2020). *SIPIL DI KABUPATEN BADUNG PutuDiana Wulandari dan Made Diah Lestari*. 87–99.

- Pujiyono, Minarsih, M. M., & Haryono, A. T. (2016). Pengaruh effkacy kemampuan diri,kompetensi kerja dan motivasi kerja terhadap kesempatan kerja dengan placement tes sebagai variabel intervening. *Journal of Management Vol.2 No.2, Maret 2016, 2(2), 1–30.* <https://jurnal.unpand.ac.id/index.php/MS/article/view/597>
- Repository, Z. O. (2018). *Retirement is Associated with Change in Self-Esteem Wiebke Bleidorn & TedSchwaba University of California, Davis Author Note : Wiebke Bleidorn, Department of Psychology, University of California Davis ; Ted Schwaba, University of California Davis . B. 33,586–594.*
- Saputra, H. R., & Sagala, E. J. (2016). *PENGARUH PROGRAM PERSIAPAN PENSIUN TERHADAP KESIAPAN PENSIUN KARYAWAN DI PT KRAKATAU STEEL (PERSERO) TBK THE INFLUENCE OF RETIREMENT PREPARATION PROGRAM ON EMPLOYEE RETIREMENT READINESS AT PT KRAKATAU STEEL (PERSERO) TBK Abstrak. 3(3), 2991–2998.*
- Shonhadji, N. (2012). Factors of Auditor'S Readiness in Implementing Ifrs in Indonesia. *Journal of Economics, Business, and Accountancy / Ventura, 15(1), 133.*<https://doi.org/10.14414/jebav.v15i1.66>
- X, K. D. I. U. (n.d.). *Pengembangan model persiapan pensiun bagi karyawan non- kependidikan di universitas "x."* 48–56.