

**KECEMASAN DALAM MENGHADAPI MASA PENSIUN  
DITINJAU DARI *SELF EFFICACY***

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas Katholik Soegijapranata Semarang  
untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna  
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

**KEN RESPATINGSIH**

**04.40.0065**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATHOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2008**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**Dipertahankan Di Depan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas Katholik Soegijapranata Semarang  
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat Guna  
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

**Pada Tanggal  
17 Oktober 2008**

**Mengesahkan  
Fakultas Psikologi  
Universitas Katholik Soegijapranata  
Dekan,**

**(Th. Dewi Setyorini, S.Psi, M.Si)**

**Dewan Penguji**

**Tanda Tangan**

**1. Th. Dewi Setyorini, S.Psi, M.Si**

\_\_\_\_\_

**2. Drs. DP. Budi Susetyo, M.Si**

\_\_\_\_\_

**3. Drs. M. Suharsono, M.Si**

\_\_\_\_\_

## HALAMAN PERSEMBAHAN

*Karya Sederhana Ini Kupersembahkan  
Untuk Mereka Yang Telah Membesarkanku,  
Mendidikku, Menyayangiku Dan Melindungiku Serta  
Yang Telah Mengajari Aku  
Arti Hidup Dan Cinta Yang Sebenarnya...*

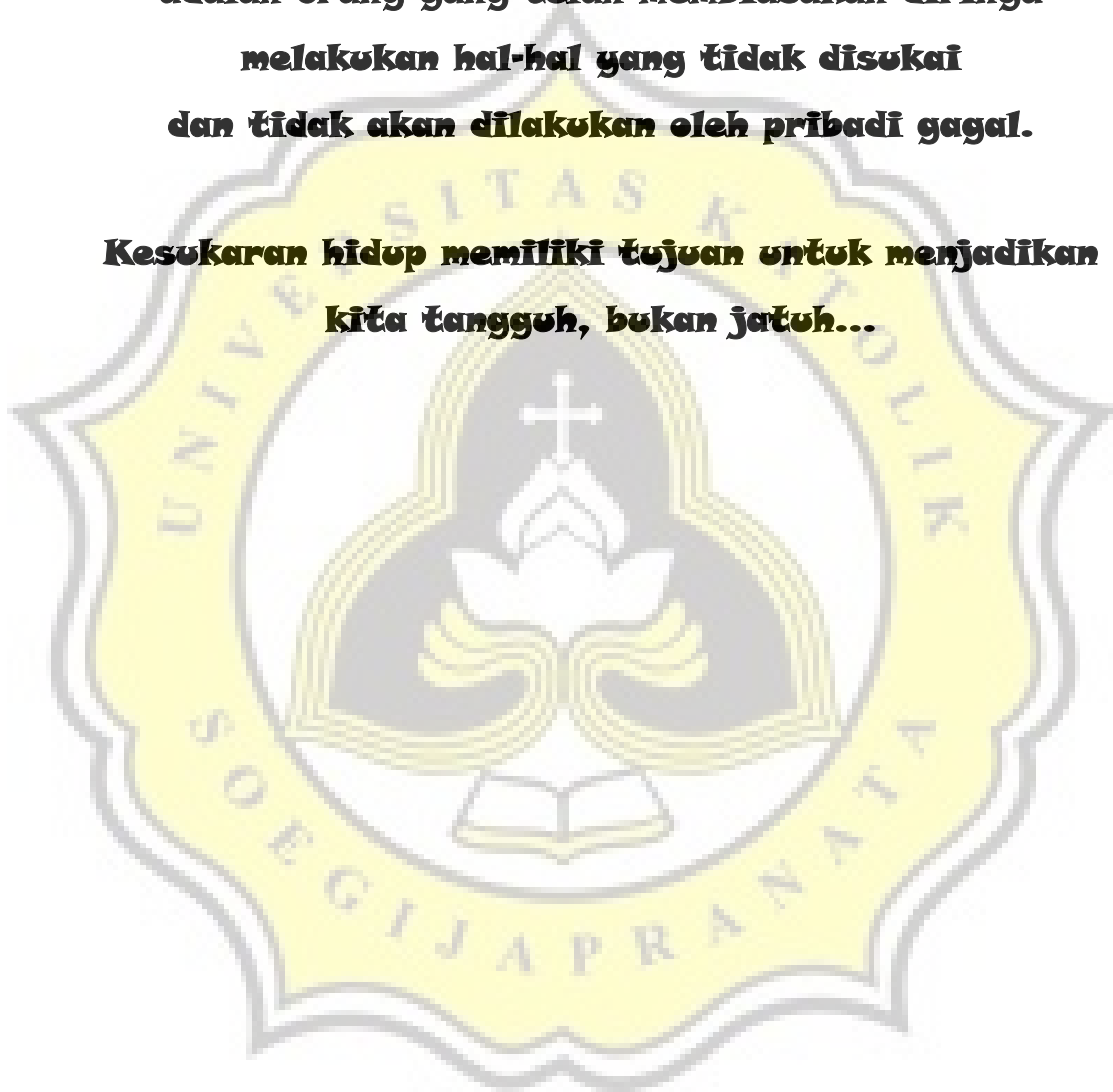
*Allah SWT  
Bapak dan Ibu  
Mba Indri dan Mas Rino  
Jagoan Kecilku "Pramoedya Reza" dan My Little  
Princes "Salsabila Putri"  
Papa "Benk Suro"no"  
Mereka Semua Yang Kusayangi  
All My Friend*

## HALAMAN MOTTO

**Setiap pribadi sukses...**

**adalah orang yang telah membiasakan dirinya  
melakukan hal-hal yang tidak disukai  
dan tidak akan dilakukan oleh pribadi gagal.**

**Kesukaran hidup memiliki tujuan untuk menjadikan  
kita tangguh, bukan jatuh...**



## HALAMAN UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam proses pembuatan skripsi ini, penulis telah mendapat bantuan dan bimbingan dari banyak pihak. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih dengan segala kerendahan hati kepada :

1. Ibu Th.Dewi Setyorini S.Psi, Msi selaku Dekan Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang sekaligus dosen pembimbing utama dalam penyusunan skripsi ini ; terimakasih untuk semua waktu, perhatian, saran, dan nasehat yang diberikan kepada penulis selama ini sehingga penulis semangat selama bimbingan sehingga terselesaikannya skripsi ini.
2. Bp.Sumbodo Prabowo Selaku Dosen Wali ; terimakasih atas pendampingannya selama penulis menempuh studi dan ilmu yang telah diberikan.
3. Dosen-dosen Penguji Skripsi ; terimakasih atas pengalaman yang luar biasa selama ujian.
4. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata ; terimakasih atas segala ilmu yang diberikan kepada penulis.
5. Seluruh Staf Tata Usaha Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata ; terimakasih atas kemudahan birokrasi selama penulis menempuh studi.
6. Seluruh Staf Perpustakaan ; terimakasih atas pinjaman bukunya dan bantuan yang lain ketika penulis membutuhkan.
7. Bp.Ir. J Wahyono Selaku Manager PT PLN Persero APJ Surakarta ; terimakasih atas ijin yang diberikan sehingga penulis dapat melakukan penelitian dengan baik.
8. Bp.Mardani ST selaku Asisten Manager bagian SDM-ADM beserta seluruh stafnya ; terimakasih telah membantu penulis dalam mengambil data dan pengurusan surat-surat yang diperlukan.

9. Seluruh Karyawan PT PLN Persero APJ Surakarta ; terimakasih telah bersedia meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner penulis.
10. Bapak dan Ibu, Alhamdulillah atas semua doa dan pengorbanannya ; Niken bisa mewujudkan keinginan orang tua tercinta.
11. Mba Indri-Mas Wiwid, Mas Rino-Mba Santi luar biasa supportnya. Untuk kedua *my sweety* Pramoedya Reza dan Salsabila Putri, trimakasih untuk tawa candanya.
12. *Special for my lovely* papa “Benk Suroso” ; terimakasih atas semua pengorbanannya selama ini. Semoga harapan indah kita berdua bisa terwujud juga.
13. Seluruh keluarga Bp.Suwardi ; terimakasih atas keluarga yang indah.
14. Seluruh keluarga Sendang Mulyo ; keluarga Bp.Budi Lukito, `Ndan, Akhirnya Niken bisa!!! Makasih untuk semua pengorbanan dan doanya selama ini, setiap waktu sudah mau jadi “tong sampah-ku” yang tidak tahu kapan tong itu akan penuh... ,jagoanku Muhammad Nafii & Lailla untuk tawa, senyum, dan ciumannya ketika Tante Niken datang.
15. *All my bestfriend, my soulmate* Nenezzz, teman-teman seperjuangan bimbingan skripsi, teman-teman angkatan 2004 kelas B serta team KKN Plantaran.
16. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, maaf jika ada yang terlupa, yang telah bersedia meluangkan waktu & tenaganya dalam membantu terselesaikannya skripsi ini.

Semoga Allah SWT berkenan membalas segala jasa dan budi baik serta senantiasa melimpahkan berkah rahmat-Nya karena telah membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.

Semarang , Oktober 2008

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN MOTTO.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	11
C. Manfaat Penelitian.....	11
1. Teoritis.....	11
2. Praktis.....	11
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Kecemasan dalam Menghadapi Masa Pensiun.....	12
1. Pengertian Kecemasan dalam Menghadapi Masa Pensiun .....	12
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan...	19
3. Macam-Macam Kecemasan.....	23
4. Gejala-gejala Kecemasan.....	24
B. <i>Self Efficacy</i> .....	27
1. Pengertian <i>Self Efficacy</i> .....	27
2. Aspek-aspek <i>Self Efficacy</i> .....	28
C. Hubungan Antara <i>Self Efficacy</i> dengan Kecemasan	

dalam Menghadapi Masa Pensiun.....	32
D. Hipotesis.....	37
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Identifikasi Variabel Penelitian .....	38
B. Definisi Operasional.....	38
1. Kecemasan dalam Menghadapi Masa Pensiun.....	38
2. <i>Self Efficacy</i> .....	39
C. Subyek Penelitian.....	39
D. Metode Pengumpulan Data.....	40
E. Validitas dan Reliabilitas.....	44
F. Metode Analisis Data.....	46
<b>BAB IV LAPORAN PENELITIAN</b>	
A. Orientasi Kancan Penelitian.....	47
B. Persiapan Penelitian.....	49
1. Penyusunan Alat Ukur.....	49
2. Perijinan Penelitian.....	50
C. Pelaksanaan Penelitian.....	51
D. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	52
<b>BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian.....	55
1. Uji Normalitas.....	55
2. Uji Linieritas.....	56
3. Uji Hipotesis.....	56
B. Pembahasan.....	57
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	62
B. Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA.....	64



## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN .....	67
Lampiran A SKALA PENELITIAN .....	68
A-1 Kecemasan dalam Menghadapi Masa Pensiun .....	71
A-2 <i>Self Efficacy</i> .....	73
Lampiran B DATA PENELITIAN .....	76
B-1 Kecemasan dalam Menghadapi Masa Pensiun .....	77
B-2 <i>Self Efficacy</i> .....	79
Lampiran C UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS .....	82
C-1 Kecemasan dalam Menghadapi Masa Pensiun .....	83
C-2 <i>Self Efficacy</i> .....	86
Lampiran D DATA ITEM VALID .....	89
D-1 Kecemasan dalam Menghadapi Masa Pensiun .....	90
D-2 <i>Self Efficacy</i> .....	92
Lampiran E UJI NORMALITAS .....	95
Lampiran F UJI LINIERITAS .....	98
Lampiran G UJI HIPOTESIS .....	100
Lampiran H SURAT IJIN PENELITIAN .....	102
Lampiran I SURAT BUKTI PENELITIAN .....	104

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1: <i>Blue Print</i> Skala Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun.....	42
Tabel 2: <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Efficacy</i> .....	44
Tabel 3: Rincian Jumlah Subyek.....	48
Tabel 4: Sebaran Item Skala Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun.....	50
Tabel 5: Sebaran Item Skala <i>Self Efficacy</i> .....	50
Tabel 6: Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun.....	53
Tabel 7: Sebaran Item Valid dan Gugur Skala <i>Self Efficacy</i> .....	54