

**HUBUNGAN ANTARA BERPIKIR POSITIF DENGAN
KECEMASAN MENGHADAPI PENSIUN PADA ANGGOTA
POLISI DI POLRES KOTA BEKASI**

SKRIPSI



Oleh:

**Ida Faridah
201610515002**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2021**

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Berpikir Positif dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada Anggota Polisi di Polres Kota Bekasi

Nama Mahasiswa : Ida Faridah

Nomor Pokok Mahasiswa : 201610515002

Program Studi / Fakultas : Psikologi / Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 21 Desember 2021



Pembimbing I

Pembimbing II

Andreas C. W. Nugraha, S.Fil., MA
NIDN: 0316028901

Mic Finanto Ario Bangun S.Psi., M.Si
NIDN: 0308057406

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Berpikir Positif dengan
Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada Anggota
Polisi di Polres Kota Bekasi

Nama Mahasiswa : Ida Faridah

Nomor Pokok Mahasiswa : 201610515002

Program Studi / Fakultas : Psikologi / Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 21 Desember 2021

Bekasi, 28 Desember 2021

MENGESAHKAN

Ketua Tim Penguji : Kus Hanna Rahmi, M.Psi., Psikolog
NIDN. 0326107706

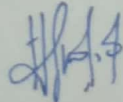
Penguji 1 : Mic Finanto Ario Bangun, S.Psi., M.Si
NIDN. 0308057406

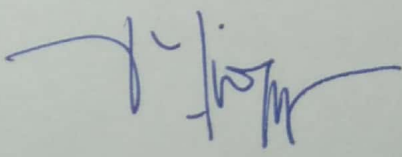
Penguji 2 : Andreas C. W. Nugraha, S.Fil., MA
NIDN. 0316028901

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi


Yulia Fitriani, S.Psi., MA
NIDN. 0314078503


Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog
NIDN. 0317128504

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

Skripsi yang berjudul “Hubungan antara Berpikir Positif dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada Anggota Polisi Di Polres Kota Bekasi” ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya memberikan izin kepada perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Bekasi, 28 Desember 2021

Yang Membuat Pernyataan,



Ida Faridah

201610515002

ABSTRAK

IDA FARIDAH. 201610515002 . HUBUNGAN ANTARA BERPIKIR POSITIF DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI PENSIUN PADA ANGGOTA POLISI DI POLRES KOTA BEKASI.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara berpikir positif dengan kecemasan menghadapi pensiun pada anggota polisi di polres kota bekasi. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara berpikir positif dengan kecemasan menghadapi masa pensiun. Subjek penelitian adalah anggota polisi yang akan mengalami masa pensiun, berjenis kelamin laki-laki, dan yang sedang atau akan memasuki masa persiapan pensiun. Metode pengumpulan data yang dipakai adalah skala kecemasan menghadapi masa pensiun berdasarkan aspek-aspek kecemasan menurut teori Gail W. Stuart (2006: 144) dan skala berpikir positif yang mengacu pada aspek-aspek berpikir positif menurut teori Albrecht. Metode analisis data menggunakan teknik Korelasional dari Spearman. Hasil dari uji Korelasional dari Spearman didapatkan $r = -0.496$ dan $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Hasil analisis uji korelasi menunjukkan ada hubungan antara berpikir positif dengan kecemasan menghadapi masa pensiun. Semakin negatif dalam berpikir positif maka semakin tinggi kecemasan menghadapi masa pensiun. Begitu sebaliknya, semakin positif dalam berpikir positif maka semakin rendah kecemasan menghadapi masa pensiun. Berdasarkan pada hasil tersebut, hipotesis penelitian ini diterima.

Kata Kunci: Berpikir Positif, Kecemasan

ABSTRACT

IDA FARIDAH. 201610515002 . THE RELATIONSHIP BETWEEN POSITIVE THINKING AND ANXIETY FACING RETIREMENT IN THE CITY OF BEKASI.

This study aims to find out the relationship between positive thinking and anxiety facing retirement in police officers in the city of Bekasi police. The hypothesis proposed in this study is that there is a link between positive thinking and anxiety facing retirement. The subjects of the study were police officers who were going through retirement, male sex, and who is or will enter retirement preparation. The method of data collection used is the anxiety scale facing retirement based on aspects of anxiety according to the theory of Gail W. Stuart (2006: 144) and the positive thinking scale that refers to aspects of positive thinking according to the theory Albrecht. Data analysis method using Correlational techniques from Spearman. The results of spearman's correlational test were $r = -0.496$ and $p = 0.000$ ($p < 0.05$). The results of the correlation test analysis showed there was a link between positive thinking and anxiety facing retirement. The more negative in positive thinking, the higher the anxiety facing retirement. So vice versa, The more positive the positive thinking, the lower the anxiety facing retirement. Based on these results, the study hypothesis was accepted.

Keywords: Positive Thinking, Anxiety

KATA PENGANTAR

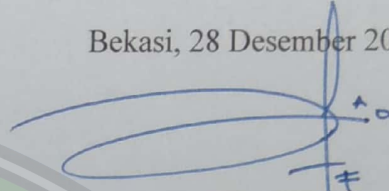
Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena berkat Rahmat dan Karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik. Shalawat beserta salam semoga senantiasa terlimpah curahkan kepada Nabi Muhammad SAW, kepada keluarganya, para sahabatnya, hingga kepada umatnya sampai akhir zaman, aamiin. Dalam penyusunan dan penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis dengan senang hati menyampaikan terimakasih kepada :

1. Ibu Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Bapak Andreas Corsini Widya Nugraha, S.Fil., M.A selaku Dosen pembimbing skripsi yang banyak memberikan arahan dan bimbingannya.
3. Ibu Fathana Gina, M.Psi., Psikolog selaku Dosen pembimbing akedemik di Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
4. Ibu Yulia Fitriani, S.Psi., MA selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
5. Seluruh Dosen dan Staff Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
6. Orang tua saya mamah dan (alm) ayah yang sangat saya cintai dan kaka saya yang sangat saya cintai yang telah banyak memberikan do'a dan dukungan baik moril maupun material.
7. Fatur Rachman Luthfi, S.T yang setia menemani dan selalu memberikan dukungannya.
8. Teruntuk *partner* Anugerah, Sri Linda, Hani, Hikmah & seluruh teman-teman fakultas psikologi 2016 yang selalu memberikan bantuan & support kepada peneliti kapanpun, dimanapun dalam situasi apapun sehingga peniliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
9. Terimakasih kepada pihak Polres Kota Bekasi khususnya Kapolresta yang sudah memberikan izin peneliti untuk penelitian.

10. Kepada seluruh koresponden yang sudah mengisi kuesioner saya dengan benar dan jujur.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Maka, penulis mengharapkan ada pengembangan pada penelitian selanjutnya. Akhirnya, hanya kepada Allah SWT penulis serahkan segalanya mudah-mudahan dapat bermanfaat khususnya bagi penulis, umumnya bagi kita semua.

Bekasi, 28 Desember 2022



Ida Faridah
201610515002

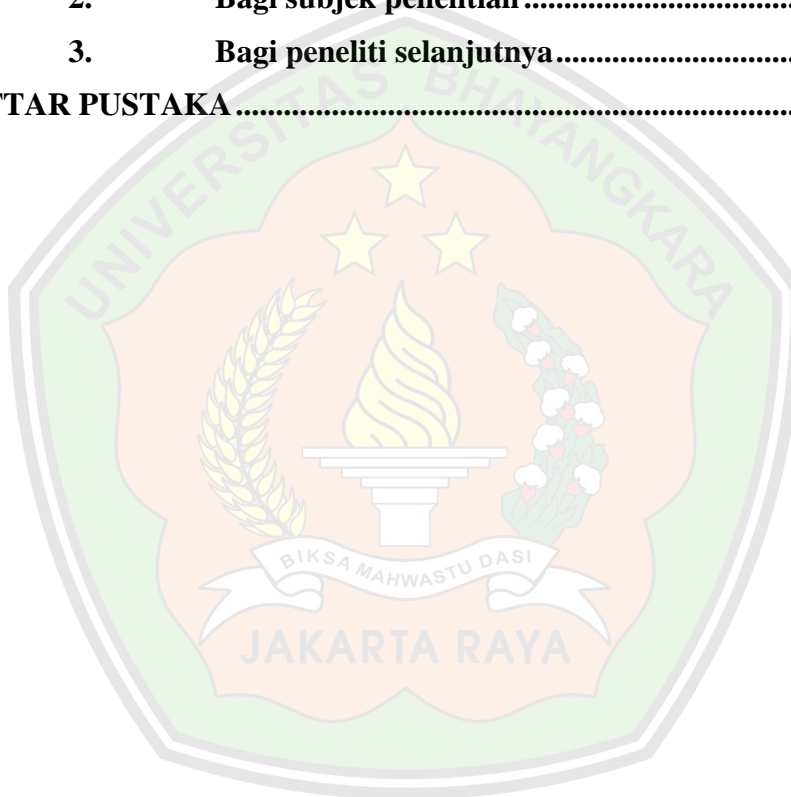


DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	11
1.3 Tujuan Penelitian	11
1.4 Manfaat Penelitian	11
1.5 Manfaat Teoritis	11
1.5.1 Manfaat Praktis	12
1.6 Uraian Keaslian	12
BAB II	14
TINJAUAN PUSTAKA	14
2.1 Kecemasan	14
2.1.1 Definisi Kecemasan	14
2.1.2 Aspek-aspek Kecemasan.....	15
2.1.3 Jenis- jenis Kecemasan	15
2.1.4 Macam-macam Kecemasan.....	16
2.1.5 Faktor-Faktor Kecemasan.....	17
2.1.6 Penyebab Kecemasan.....	18
2.1.7 Ciri-Ciri Kecemasan	18
2.2 Berpikir Positif	20

3.2.1	Aspek Berpikir Positif.....	21
2.3	Hubungan Antar Variabel.....	23
2.4	Hipotesis Penelitian	24
BAB III.....		25
METODE PENELITIAN		25
3.1	Tipe Penelitian	25
3.2	Identifikasi Variabel Penelitian	25
3.2.1	Variabel Bebas atau Variable Independent (X)	25
3.2.2	Variabel Terikat atau Variable Dependent (Y).....	25
3.3	Definisi Operasional Variabel Penelitian	26
3.3.1	Definisi Operasional Kecemasan	26
3.3.2	Definisi Operasional Berpikir Positif	26
3.4	Populasi dan Sampel Penelitian Populasi	26
3.4.1	Populasi	26
3.4.2	Sampel	27
3.5	Tekhnik Pengumpulan Data Instrument Penelitian	27
3.5.1	Instrumen Penelitian	27
3.5.2	Skala Kecemasan.....	29
3.5.3	Skala Berpikir Positif.....	29
3.5.4	Validitas dan Realibitas Instrumen	30
3.6	Metode Analisis Data	31
3.7	Uji Validitas	32
3.8	Uji Reliabilitas	34
BAB IV		36
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		36
4.1	Ruang Lingkup Penelitian	36
4.2	Pelaksanaan Penelitian	36
4.2.1	Persiapan Penelitian.....	36
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian	37
4.3	Hasil Penelitian	37
4.3.1	Uji Asumsi	37
4.3.2	Uji Normalitas.....	37
4.3.3	Uji Linieritas	38
4.4	Uji Hipotesis.....	39

4.4.1	Kategori Berpiki positif	39
4.4.2	Kategori Kecemasan	41
4.5	Uji Korelasi	43
4.6	Pembahasan	44
BAB V	48
KESIMPULAN DAN SARAN	48
5.1	Kesimpulan	48
5.2	Saran.....	48
1.	Bagi instansi penelitian	48
2.	Bagi subjek penelitian	48
3.	Bagi peneliti selanjutnya.....	48
DAFTAR PUSTAKA	50



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Alternatif Jawaban Favorable

Tabel 3.2 Alternatif Jawaban UnFavorable

Tabel 3.3 Skala Kecemasan

Tabel 3.4 Skala Berpikir Positif

Tabel 3.5 Klasifikasi Skor Reliabelitas

Tabel 3.6 *Blueprint* Kecemasan

Tabel 3.7 *Blueprint* Berpikir Positif

Tabel 3.8 Uji Reabilitas Berpikir Positif

Tabel 3.9 Uji Reabilitas Kecemasan

Tabel 4.1 Uji Normalitas

Tabel 4.2 Klasifikasi Kategorisasi

Tabel 4.3 Kategorisasi Variabel Berpikir Positif

Tabel 4.4 Kategorisasi Skor Berpikir Positif

Tabel 4.5 Klasifikasi Kategorisasi Kecemasan

Tabel 4.6 Kategorisasi Variabel Kecemasan

Tabel 4.7 Kategorisasi Skor Kecemasan

Tabel 4.8 Hasil Uji Koralasi

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir Positif



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pengantar Izin Riset Mahasiswa

Lampiran 2. Surat Izin Riset Mahasiswa

Lampiran 3. Lembar Bimbingan Skripsi

Lampiran 4. Codingan Kecemasan

Lampiran 5. Codingan Berpikir Positif

Lampiran 6. Uji Asumsi

Lampiran 7. Uji Normalitas

Lampiran 8. Linieritas

Lampiran 9. Anova

Lampiran 10. Uji Hipotesis

Lampiran 11. Uji Kategorisasi Kecemasan

Lampiran 12. Uji Kategorisasi Berpikir Positif

Lampiran 13. Uji Korelasi

Lampiran 14. Bukti Penyebaran

