

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Pada usia produktif, individu diharapkan bekerja untuk memenuhi kebutuhan pokok maupun kebutuhan sampingan. Seiring dengan berjalannya waktu individu dihadapkan pada suatu kenyataan bahwa tidak selamanya manusia dapat bekerja, ada saatnya ketika sudah mencapai masa tua, seseorang akan berhenti dari pekerjaannya. Setiap individu tidak terlepas dari aktivitas bekerja. Bekerja merupakan aktivitas yang dilakukan untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari, dengan bekerja orang bisa mencapai apa yang dikehendaki. Orang yang bekerja mempunyai keinginan yang dikehendaki atau ingin memperoleh kehidupan yang lebih baik. Pekerjaan bisa menjadi sumber harga diri bagi seseorang, karena orang yang mempunyai pekerjaan dimata orang lain dianggap mandiri dan bisa memenuhi kebutuhannya sendiri. Banyak tipe pekerjaan yang bisa dilakukan ada yang bekerja untuk dirinya sendiri (berwiraswasta), ada yang memilih bekerja didalam suatu instansi pemerintah ataupun swasta (Dian & Fendy, 2012). Secara umum Maslow (Atkinson, 2000) membagi kebutuhan manusia menjadi lima tingkat yaitu kebutuhan fisik (*Physiological Needs*), kebutuhan akan rasa aman (*Safety Needs*), kebutuhan akan kepemilikan dan cinta (*The Belongingness and Love Needs*), kebutuhan untuk dihargai (*The Esteem Needs*), dan aktualisasi diri (*Self Actualization*). Maka jika dikaitkan dengan teori tingkat kebutuhan Maslow alasan individu bekerja adalah untuk memenuhi kebutuhan seseorang secara psikologis bukan hanya berkaitan dengan materi semata.

Bekerja adalah suatu kegiatan yang harus dilakukan oleh setiap manusia. Selain sebagai sumber penghasilan. Mempunyai pekerjaan adalah sebagai sebuah identitas diri. Individu yang memiliki identitas adalah individu yang diakui dalam masyarakat dan lingkungan sosialnya sebagai pribadi yang memiliki arti dan peran yang jelas dalam masyarakat. Artinya individu akan merasa berharga ketika bisa mengatakan posisi dan pekerjaannya (Sutrisno, 2013). Individu yang bekerja dalam suatu kantor atau instansi memiliki periode dan waktu tertentu. Masa pekerjaan

formal akan berakhir ketika seseorang memasuki usia tertentu, hal ini disebabkan oleh keadaan fisik seseorang. Kondisi fisik seseorang untuk bekerja memiliki batasan, semakin tua seseorang maka semakin menurun kondisi fisiknya. Beriringan dengan hal tersebut, produktivitas kerja yang dimiliki individu pun akan semakin menurun. Pada saat itu individu akan diminta berhenti dari pekerjaannya atau biasa di sebut dengan pensiun atau istirahat untuk menikmati hasil yang diperolehnya selama bekerja.

Bekerja adalah hal yang paling penting bagi manusia. Dengan bekerja manusia dapat memperoleh jabatan, penghasilan, rekan kerja dan lingkup sosial (Rahmat & Suryanto, 2010). Salah satu kebutuhan yang dibutuhkan oleh manusia ialah bekerja, dengan bekerja manusia dapat memenuhi semua kebutuhan hidupnya. Manusia yang dimaksud dalam hal ini adalah pegawai atau karyawan. Pegawai sebagai makhluk sosial pasti akan selalu membutuhkan bantuan dari orang lain agar dapat menjalin hubungan kerja sama yang baik (Yuliarti, 2014). Bekerja merupakan suatu kebutuhan yang mutlak harus dilakukan oleh setiap manusia. Bekerja selain sebagai sumber penghasilan, pekerjaan juga merupakan simbol identitas diri. Individu yang memiliki identitas berarti ia diakui oleh orang lain dan masyarakat sebagai suatu pribadi yang memiliki arti dan peran yang jelas dalam masyarakat.

Masa pensiun merupakan masa-masa yang mencemaskan bagi para pensiun, terutama yang belum siap secara psikologis dan finansial untuk menghadapi masa pensiun. Sebagaimana orang yang memiliki persiapan yang baik dalam menghadapi masa pensiun akan merasakan ketenangan dan kebahagiaan pada masa pensiun sedangkan yang tidak mempersiapkan masa pensiun dengan baik rentan terhadap depresi karena menganggap berbagai perubahan yang dialami adalah *stressor* yang mengganggu kehidupan sehari-hari (Hermaningtyas, 2015). Selama masa kerja struktur identik dengan fasilitas pelayanan yang memadai, adanya asisten, relasi yang luas dan juga pendapatan yang tinggi, sehingga setelah masa pensiun fasilitas tersebut tidak didapatkan lagi (Rini, 2010).

Pensiun keadaan dimana pada umur tertentu organisasi atau instansi mengatur untuk kepegawaian berhenti dari pekerjaannya. Pensiun merupakan bagian tahapan perencanaan karir yaitu tahap akhir yang terfokus pada peninggalan

karir, meninggalkan keletakan pada organisasi atau instansi dan siap menghadapi masa pensiun (Suardiaman dalam Ahmad et.al, 2016). Individu yang memandang perencanaan pensiun hanya dari sisi finansial tidak beradaptasi sebaik individu yang memiliki perencanaan berimbang. Hal-hal ini seperti menyebabkan seseorang akan mengalami kecemasan dan mendatangkan stres saat menjelang pensiun menurut Birren (dalam Santrock, 2012). Menurut (Hartati, 2002), Pandangan negatif tentang pensiun menyebabkan individu cenderung menolak datangnya masa pensiun. Penolakan tersebut ditandai dengan adanya perasaan cemas. Pada saat menghadapi pensiun ada gejala fisiologis yang sering muncul diantaranya mudah lelah ketika bekerja, jantung berdebar-debar, kepala pusing, kadang-kadang mengalami gangguan tidur. Sedangkan gejala psikologisnya yaitu rendah diri, tidak dapat memusatkan perhatian timbulnya perasaan kecewa sehingga dapat mempengaruhi interaksi dengan orang lain. Konsep masa pensiun akan berbeda arti di setiap individu. Untuk beberapa individu, ada yang melihat masa pensiun secara positif dan menunggunya dengan rasa bahagia, lain hal yang memiliki persepsi negatif tentang masa pensiun, mereka mengasosiasikan tahap kehidupan dengan rasa bosan hingga berujung kematian (Amune, et al 2015). Reaksi positif atau negatif tergantung pada faktor-faktor tertentu yang terkait dengan persiapan yang akan dilakukan individu yang ingin menghadapi pensiun tersebut. Hal ini termasuk gaya hidup individu, peran dalam perawatan keluarga, ukuran penghasilan sebelum dan setelah pensiun, apakah pensiun tiba-tiba atau lama diharapkan, dan seterusnya (Agboola, Adedokun, & Adeyemo, 2017).

Penelitian yang dilakukan Harmaningtyas (2015), masyarakat bahwa Pegawai Negeri Sipil (PNS) yang akan pensiun rentang mengalami gangguan mental menjelang pensiun. Masalah yang umumnya jarang disadari saat masa pensiun ialah perasaan cemas ketika menerima Surat Keputusan (SK) pensiun. Pemahaman pekerja atau pegawai tentang pensiun seperti kehilangan status, penghasilan berkurang, kehilangan fasilitas, tersisihkan dari pergaulan lama, dan perasaan menjadi tua semakin membuat para pegawai prapensiun seringkali merasa cemas dalam menghadapi masa pensiun. Penyebab kecemasan menghadapi masa pensiun dibagi kedalam beberapa faktor yang meliputi faktor fisik, faktor ekonomi, dan faktor sosial (Pradono & Esterlita, 2010).

Pada masa pensiun idealnya seseorang dapat merasakan ketenangan karena telah mencapai titik puncak karirnya dalam bekerja. Individu tidak lagi menanggung tanggung jawab dan kewajiban pekerjaan yang diberikan oleh instansi atau tempat seseorang bekerja. Dengan demikian seharusnya individu dapat merasakan perasaan yang tenang, damai, lega, rileks serta emosi-emosi positif lainnya (Lasmana, 2014). Meski begitu pada kenyataannya masa pensiun kerap kali dianggap sebagai kenyataan yang tidak menyenangkan terlebih bagi individu yang terbiasa untuk bekerja. Hal ini dikarenakan individu akan mengalami perubahan dratis dalam hidupnya, baik dari segi pendapatan ekonomi, aktivitas sehari-hari, dan lingkungan sosial yang juga akan berubah, hal ini dapat menimbulkan kecemasan dalam diri individu (Safitri, 2013).

Reaksi-reaksi yang muncul ketika memasuki masa pensiun juga dialami oleh individu yang dalam hal ini adalah PNS. Salah satu kasus yang berkaitan dengan Pegawai Negeri Sipil (PNS), bahwa dikabarkan setidaknya ada PNS yang mengalami stroke akibat sesudah pensiun. Hal ini dikarenakan pensiunan mengalami gangguan penyusuaian terkait dengan faktor ekonomi karena terjadi perbedaan pendapatan yang diterima ketika masih bekerja dan tidak bekerja (Sopan, 2013). Memasuki masa pensiun, seseorang akan hilang peran sosial baik di lingkungan kerja ataupun dimasyarakat, kehilangan kontak sosial, penyesuaian kondisi keuangan, penyesuaian psikologis, dan kehilangan identitas atau harga diri terlebih jika pada saat bekerja orang tersebut memiliki jabatan atau kedudukan maka saat pensiun tiba jabatan itu akan hilang (Turner & Helms dalam Putri, 2010). Dalam kehidupan manusia memiliki berbagai profesi, salah satunya adalah Polisi. Pada Undang-undang Nomer 2 Tahun 2002 menyebutkan bahwa Polisi adalah anggota badan pemerintah yang bertugas memelihara keamanan dan ketertiban umum. Sebagai anggota badan pemerintahan bahwa Polisi termasuk sebagai Pegawai Negeri Sipil (PNS). Pegawai Negeri Sipil (PNS) adalah warga Negara Indonesia yang memenuhi syarat tertentu, diangkat sebagai pegawai Aparatur Sipil Negara secara tetap oleh pejabat Pembina kepegawaian untuk menduduki jabatan pemerintah.



Sebagian orang dalam menghadapi masa pensiun memiliki pandangan positif, namun sebagian yang mempersepsikan pensiun secara negatif. Dengan beranggapan bahwa pensiun merupakan akhir dari segalanya, individu akan memiliki kondisi mental tidak stabil, rasa kurang percaya diri, berlebihan-lebihan dalam bekerja dengan anggapan bahwa individu yang pensiun tidak berguna lagi serta merasa tidak dibutuhkan lagi karena usia sudah tua dan produktifitas menurun. Masa pensiun bagi sebagian orang dipandang sebagai pertanda diri sudah tidak berguna sehingga menyebabkan orang menjadi sensitive, subjektif dan kurang realistis dalam menghadapi pensiun. Hal ini mengakibatkan depresi dan post power syndrome (Indriana, 2012).

Pensiun Adalah masa ketika seseorang diberhentikan dari pekerjaannya sesuai dengan batas usia pensiun yang telah ditetapkan dalam aturan pensiun yaitu batas usia 56 tahun sedangkan untuk pengajar saat mencapai usia 65 tahun. Usia 65 tahun masuk dalam katagori madya lanjut. Di tahap ini sebenarnya seseorang masih cukup produktif namun kenyataannya mereka harus tetap memasuki masa pensiun. Oleh karena itu, masa pensiun dianggap sebagai ancaman terhadap kehidupan seseorang di masa yang akan datang sehingga dapat menimbulkan kecemasan (Hadiwaluyo, 2009). Pemutusan hubungan kerja dan pensiun juga diatur dalam undang-undang Nomer 2014 tentang Aparatur Sipil Negara. Ketentuan tentang pengaturan pemutusan hubungan kerja terdapat pada pasal 87 dan seterusnya. Ada beberapa ketentuan bahwa PNS diberhentikan dengan hormat karena : a. Meninggal dunia; b. Atas permintaan sendiri; c. Pencapaian batas usia; d. Perampingan organisasi atau kebijakan pemerintah yang mengakibatkan pensiun dini; e. Tidak ckap jasmani dan rohani sehingga tidak dapat menjalankan tugas dan kewajiban tersebut (Zaenuri, 2015).

Pada tahun 2020, menurut Kementerian Pendayagunaan Aparatur Negara dan Reformasi Birokrasi, jumlah PNS yang pensiun mencapai 752.271 orang. Banyaknya jumlah pensiunan tentunya akan memberikan tantangan tersendiri bagi indonesia (Yoursay.suara.com). menteri keuangan Sri Mulyani Indrawati mengungkapkan, dengan total penduduk sekitar 250 juta jiwa, jumlah pensiunan indonesia lebih sedikit dari angkatan kerja (Liputan6.com, Jakarta). Memasuki masa

transisi ini calon pensiunan sudah menyusun rencana- rencana yang harus dilakukan setelah tiba masa pensiun. Masa persiapan pensiun yang ada di Indonesia tidak dilakukan dengan baik oleh pegawai. Pandangan menarik dari pakar perencanaan keuangan (*financial planner*) menyebutkan bahwa 9 dari 10 karyawan di Indonesia ternyata tidak siap secara finansial untuk menghadapi masa pensiun (Kompas, 2011). Hal terpenting yang perlu dilakukan oleh pegawai yang memasuki masa transisi adalah melakukan persiapan-persiapan memasuki masa tersebut misalnya, persiapan psikologis, mental-spiritual, kesehatan dan tentu saja finansial. Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No.1/Tahun 2003, anggota Polri akan menghadapi pensiun pada usia 58 tahun, Pada masa inilah mulai terjadi penurunan kemampuan fisik dan psikologis yang akan tampak semakin menonjol pada individu. Pada sebagian individu, (Hurlock, 2001). khususnya pada masa awal dewasa madya (40-50 Tahun) kondisi ini menimbulkan sikap penolakan (denial) yang ditunjukkan dengan sikap “over acting”, untuk menunjukkan kepada orang bahwa dirinya masih “potensial” dan tetap muda seperti dua puluh tahun yang lalu. Pada saat bersamaan individu yang memasuki masa Dewasa Madya juga mengalami pensiun tepat waktu (Hurlock, 2001) yaitu, organisasi dimana individu berkerja menetapkan batasan usia, dimana semua karyawan harus pensiun pada usia yang telah ditentukan, tanpa memperhatikan apakah mereka bersedia atau tidak, dan dari beberapa penelitian terlihat bahwa pensiun jenis ini seringkali mengalami hambatan dalam 5 menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi selama pensiun. Dikarenakan anggota kepolisian tersebut sudah mencapai usia yang sesuai dengan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No.1/Tahun 2003 yaitu tentang Pemberhentian anggota Kepolisian Negara Republik Indonesia, Bab I pasal 1 ayat 7, maka anggota Polri yang menjelang usia 58 tahun dapat dikatakan telah memasuki usia pensiun.

Kecemasan merupakan manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur aduk yang terjadi ketika individu mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan pertentangan (konflik) batinia. (Taylor dkk, 2010). Kecemasan akan berpengaruh terhadap respon psikologis tubuh seperti peningkatan tekanan darah, peningkatan tekanan pada bola mata, dan prolaps vitreous yang intinya dapat menghambat proses tindakan operasi (Prasetyo, 2019). Kecemasan merupakan

keadaan yang normal terjadi dalam berbagai keadaan, seperti pertumbuhan, adanya perubahan dan pengalaman baru (Debora, 2013). Kecemasan dapat dirasakan oleh setiap orang jika mengalami tekanan dan perasaan mendalam yang menyebabkan masalah psikiatrik dan dapat berkembang dalam jangka waktu lama (Eka, 2014). Ternyata, gejala cemas dapat berupa gelisah, pusing, jantung berdebar, gemeteran, dan lain sebagainya (Eka, 2014). Gangguan kecemasan merupakan salah satu masalah kesehatan jiwa dan pada lansia yang sering muncul bersamaan dengan penurunan pada kondisi fisik yang sudah mengalami penyakit (*chronic pain*) atau gangguan psikiatri lainnya seperti demensia ataupun depresi (Prihandhani, 2015). Kecemasan merupakan kondisi munculnya emosi dengan timbulnya rasa tidak nyaman pada diri seseorang atau tekanan perasaan dengan tidak berdaya serta perasaan yang tidak menentu yang disebabkan oleh suatu hal yang belum jelas. Munculnya kecemasan dibagi menjadi 3 aspek, yaitu aspek fisik, emosional dan mental yang ditandai dengan tubuh mengeluarkan keringat, mulut kering, gelisah, rasa panik, rasa takut dan timbulnya rasa khawatir (Annisa & Ifdil, 2016).

Tipe kepribadian pencemas yaitu, akan lebih mudah cemas, khawatir, tidak tenang, bimbang, kurang percaya diri, gelisah, dan sering mengeluh (Hawari, 2011). Respon kecemasan dapat dikategorikan menjadi respon fisik, kognitif dan emosional. Respon fisik biasanya ditujuk dengan sering berkemih, ketegangan otot, perubahan tanda-tanda vital, gangguan tidur, dan kepala pusing. Respon kognitif biasanya lebih waspada, mempertimbangkan informasi yang didapat, dan akan mengalami kesulitan dalam berpikir. Pada respon emosional biasanya ditunjukkan dengan tidak nyaman dan mudah tersinggung (Vedebeeck, 2011).

Setiap individu berbeda menghadapi stimulus. Satu individu mungkin menderita kegelisahan secara intensif, serangan yang menyerang tanpa peringatan, sementara yang lain dapat gugup dan tidak berdaya. (Nasir, 2011). Kecemasan yang dikenal sebagai serangan panik dikalangan kesehatan mental, kecemasan biasanya terjadi secara tiba-tiba. Gejala dari kecemasan itu sendiri meliputi, panik yang tak terkontrol, merasa kehilangan kontrol, sakit dada, gemeteran dan merasa tidak berdaya (Nasir, 2011).

Penyebab kecemasan ketika individu menghadapi masa pensiun dibagi dalam beberapa faktor sebagai berikut (a) Faktor Fisik, bertambahnya usia mengandung konsekuensi akan berkurangnya kekuatan fisik, kesehatan dan daya ingat yang semakin menurun. (b) Faktor Sosial, tidak adanya dukungan sosial dari masyarakat yang berupa penghargaan terhadap kerjanya, akan membuat individu merasa tidak berguna (c) Faktor Ekonomi, berkurangnya penghasilan pokok dan penghasilan tambahan yang biasanya diperoleh ketika masih bekerja sebagai beban sehingga menimbulkan kecemasan (d) Faktor Psikologis, ketika menghadapi masa pensiun individu merasa tidak dibutuhkan lagi dengan kondisi fisik yang menurun, daya ingat berkurang serta merasa tidak dihormati, tidak dihargai serta merasa diremehkan membuat individu merasa cemas. (Pradono & Purnamasari, 2010).

Berpikir positif merupakan langkah awal dalam membuat perubahan. Bahwa berpikir positif diawali dengan sebuah keyakinan diri, keyakinan ini berarti keyakinan bahwa kita mampu dan kita bisa. Dengan kata lain, jika kita melihat diri kita akan sukses, maka kita akan sukses. Begitu juga sebaliknya, jika kita berpikir akan gagal, maka kita juga akan gagal (El-Qudsy, 2010: 45). Berpikir positif adalah pikiran yang dapat membangun dan memperkuat kepribadian atau karakter. Ini juga berarti bahwa dengan berpikir positif, seseorang bisa menjadi pribadi yang matang, serta lebih berani dalam menghadapi tantangan (Winda Adelia, 2011:68).

Berpikir positif akan menjadikan individu untuk lebih optimis menghadapi hidup, karena keyakinan dan konsep yang salah dan negatif mengenai hidup dan lingkungannya. Individu yang berpikir positif cenderung lebih optimis dalam menjalani hidup. Adapun individu yang tidak berpikir positif akan sulit menjalani hidup dan tentunya akan berdampak pada permasalahan mental bahkan fisik. Maka orang yang lebih optimis cenderung menunjukkan kepuasan hidup yang lebih baik (Lin dkk, 2010). Berpikir positif sendiri berkaitan dengan psikologi positif yang berfokus pada masalah manusia yang unik seperti adanya aktualisasi diri, harapan, cinta, kesehatan, kreativitas, dan sebagainya (Naseem & Khalid, 2010).

Berpikir positif adalah sikap mental yang masuk ke dalam pola pikir individu, kata-kata, dan gambaran-gambaran yang mengarah pada adanya



pertumbuhan dan keberhasilan. Adanya pikiran yang positif lebih fokus kepada kebahagiaan, sukacita, kesehatan dan hasil yang sukses dari setiap situasi dan tindakan yang ada (Wang, Chang, dan Lai, 2012). Cara yang bisa dilakukan untuk menimbulkan pikiran positif adalah dengan mendapatkan suport dari orang-orang disekitarnya. Agar kehidupan bisa optimal di masyarakat perlu mengembangkan kemampuan mengelola diri agar selaluberpikir positif terhadap keadaan dirinya (Tentama, 2012).

Selain itu, wawancara singkat telah penulis lakukan dengan beberapa narasumber yang merupakan anggota polri yang akan menghadapi pensiundi polres kota bekasi. Ada beberapa kecemasan yang mereka alami setelah pensiun

*PN: “Bagaimana Perasaan bapak ketika menghadapi masa pensiun nanti dan berapa lama lagi bapak akan menghadapi pensiun?”*

*Nr: “ada kendala setelah nanti saya pensiun memikirkan masalah ekonomi keluarga yang memang bekerja hanya saya sendiri dan istri seorang ibu rumah tangga, dan anak saya pun masih duduk di bangku SMP yang nantinya masih banyak pengeluaran untuk sekolahnya yang lebih tinggi, sedangkan saya 2 tahun yang akan datang pensiun. Pusing memikirkan masalah ekonomi keluarga apalagi saya belum ada usaha atau tabungan untuk masa pensiun. Ya walau nanti akan tetapi gaji tapi kan tidak full seperti saya bekerja hanya beberapa persen saja saya dapat gaji. saya menikah di usia tua makanya anak saya pas saya pensiun masih duduk di bangku sekolah SMP”.*

*PN: “Bagaimana perasaan Bapak mengenai menghadapi masa pensiun yang akan datang nanti dan berapa lama lagi bapak akan menghadapi pensiun?”*

*Nr: “ saya kurang lebih pensiun 3 tahun lagi saya akan pensiun. ya kalau saya memikirkan masalah ekonomi dan kesehatan yang nantinya akan pensiun, dan masih bingung mau buka usaha apa yang nantinya akan melanjutkan kegiatan saya setelah pensiun*

*untuk tetap berjalan lancar ekonomi saya dan saya juga tidak bosan dirumah saja yang tidak ada aktivitas lagi seperti dikantor yang memang banyak aktivitas dan banyak teman juga. Soalnya badan saya sekarang itu mudah cape dan pegal- pegal ya mungkin efek udah tua juga hehehe”.*

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 23 Oktober 2020, pada beberapa anggota polri yang akan menghadapi masapensiun di polres kota bekasi. Fenomena yang terjadi dilapangan ciri-ciri yang dipaparkan diatas, subjek A berusia 54 tahun yang akan menghadapi pensiun dengan pangkat Aiptu yang cemas masalah ekonomi karena anaknya masih bersekolah SMP setelah subjek pensiun. Ada juga subjek B denganusia 55 tahun dengan pangkat yang sama Aiptu subjek tersebut cemas karena masalah ekonomi dan kesehatan karena subjek belum memiliki usaha yang nantinya akan mencukupi kehidupannya setelah pensiun, masalah kesehatan karena subjek jika melakukan kegiatan aktivitas bekerja seperti biasa akan merasakan badannya enak karena banyak aktivitas dikantor, sedangkan dirumah subjek tidak banyak aktivitas jadi merasakan badan cepat merasa pegal-pegal.

Berdasarkan seluruh uraian yang terdapat di atas sesuai dengan apa yang telah penulis temukan di lapangan, yaitu Polres Kota Bekasi. Penulis mengamati bahwa terdapat beberapa anggota Polri yang sudah pensiun yang masih hadir atau datang ke tempat kerjanya sebelum pensiun di Polres Kota Bekasi. Mereka datang tidak untuk bekerja akan tetapi hanya hadir dan bersosialisasi dengan mantan rekan kerjanya. Hal tersebut dilakukan hampir setiap hari pada bulan-bulan awal pensiun. Hal ini menunjukkan adanya kecemasan dalam menghadapi pensiun.

Melihat fenomena di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti apakah ada hubungan antara berpikir positif dengan kecemasan anggota Polisi yang akan menghadapi pensiun di Polres Kota Bekasi. Peneliti berasumsi bahwa semakin tinggi berpikir positif maka makin rendah kecemasan pada anggota Polisi yang akan menghadapi masa pensiun. Sebaliknya, semakin rendah berpikir positif makan semakin tinggi kecemasan pada anggota Polisi yang akan menghadapi pensiun.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara kecemasan dengan berpikir positif menghadapi pensiun pada anggota polisi di Polres Kota Bekasi, dapat disimpulkan bahwa dari fenomena tersebut adalah untuk membantu meringankan secara berpikir orang yang akan menghadapi masa pensiun, untuk lebih kreatif ketika setelah pensiun agar tidak lagi merasa suram untuk secara berpikir.

### **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian yang telah dijabarkan pada latar belakang masalah di atas, maka penulis dapat merumuskan pokok permasalahan sebagai berikut:” Apakah ada Hubungan antara Berpikir Positif dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada Anggota Polisi di Kota Bekasi ?”.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada atau tidak ada “ Hubungan antara Berpikir Positif dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada Anggota Polisi di Kota Bekasi”.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan informasi mengenai Hubungan Berpikir Positif Dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada Anggota Polisi di Polres Kota Bekasi. Penelitian ini juga bermanfaat dalam bidang ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan.

### **1.5 Manfaat Teoritis**

Peneliti ini dapat memberikan pengetahuan dan informasi mengenai Hubungan Antara Berpikir Positif Dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada Anggota Polisi di Kota Bekasi. Penelitian ini juga bermanfaat dalam bidang ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan.

### 1.5.1 Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis dari penelitian ini adalah dapat memberikan pengetahuan bahwa berpikir positif memberikan pengaruh terhadap kecemasan dalam menghadapi pensiun.

### 1.6 Uraian Keaslian

Deskripsi dalam keaslian penelitian ini bertujuan untuk menunjukkan bahwa penelitian ini berbeda dengan penelitian yang lain. Peneliti ini belum pernah dilakukan di lokasi tempat peneliti melakukan penelitian, oleh karenanya penelitian ini asli. Namun demikian, untuk menunjukkan wawasan peneliti mengenai penelitian sebelumnya, peneliti akan menyebutkan berbagai penelitian sebelumnya yang relevan.

1. Terdapat beberapa hasil penelitian dengan judul yang serupa, seperti yang dilakukan oleh Ganang Septian Pradono, Santi Esterlita Purnamasari dengan judul “Hubungan antara penyesuaian diri dengan kecemasan dalam menghadapi masa pensiun pada pegawai negeri sipil di Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta”. Dalam penelitian ini terdapat perbedaan pada variabel bebas dan subjek penelitian. Variabel bebas yang akan digunakan adalah berpikir positif dan subjek yang akan digunakan adalah anggota Polri polres kota Bekasi. Sedangkan penelitian dengan judul “Hubungan antara penyesuaian diri dengan kecemasan dalam menghadapi masa pensiun pada pegawai negeri sipil di Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta”. Menggunakan penyesuaian diri sebagai variabel bebas dan subjek yang digunakan adalah pegawai negeri sipil di Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta.
2. Penelitian serupa dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah dengan judul “Hubungan Antara Kecerdasan Spritual Dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada Karyawan Di PT Perkebunan Nusantara VII Unit Usaha Betung Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan”. Penelitian ini dilakukan oleh Fandi Ahmad, Ika Zenita Ratnaningsih. Dalam penelitian ini responden yang digunakan adalah karyawan di PT Perkebunan Nusantara VII Betung. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik



simple random sampling dan lokasi penelitian ini berada di Sumatera Selatan.

3. Peneliti selanjutnya yang serupa adalah “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun”. Penelitian ini dilakukan oleh Niken Yuni Pratiwi. Dalam penelitian ini responden yang digunakan adalah pegawai negeri sipil di Balaikota Surakarta dengan kriteria pria dan wanita dengan usia 57 tahun, status perkawinan menikah, dan memiliki anak. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik orulasi product moment dari Spearman dan lokasi penelitian ini berada di Surakarta

Dari uraian penelitian diatas, terdapat perbedaan dari judul, variabel, jumlah responden dan teknik atau metode yang digunakan. Maka dalam hal ini peneliti menyatakan bahwa penelitian yang akan dilakukan merupakan asli dan berbeda dengan hasil dari penelitian sebelumnya.

