



INTISARI

Kecemasan dapat ditimbulkan oleh stres yang diakibatkan berbagai faktor psikologis maupun faktor fisik atau kombinasi dari faktor-faktor tersebut. Kecemasan ini sering dialami oleh para pensiunan. Faktor-faktor yang menimbulkan kecemasan pada saat menghadapi pensiun antara lain : menurunnya penghasilan, hilangnya tunjangan-tunjangan, hilangnya kesempatan-kesempatan, hilangnya jabatan dan status sosial, masih mempunyai tanggungan keluarga, dan datangnya masa tua.

Penelitian ini berdasarkan hipotesa : adanya hubungan kecemasan dengan lamanya pensiun, golongan terakhir pensiun, jenis kelamin, serta ada tidaknya aktivitas pengisi masa pensiun.

Dari 71 responden yang didapat ternyata 8 dinyatakan DO (droup out) karena lie score lebih dari 4. Dengan demikian data yang terpakai sebanyak 63 orang dan 4 orang diantaranya (6,35%) menderita kecemasan menurut Standard Taylor (≥ 34) dengan rentang ± 4 (30 – 38).

Dari data yang diperoleh, menunjukkan ada dan tidaknya aktivitas pengisi pada masa pensiun sangat berpengaruh pada tingkat kecemasan ($p < 0,05$), sedangkan untuk lama pensiun, jenis kelamin dan golongan tidak berpengaruh ($p > 0,05$). Hal ini terjadi karena sangat dipengaruhi oleh persiapan-persiapan dalam menghadapi masa pensiunan, jumlah tanggungan keluarga yang masih menjadi tanggung jawab, jumlah tabungan atau harta kekayaan dan faktor internal dalam diri para pensiunan itu sendiri (ada yang dapat hidup santai dan ada yang tidak dapat hidup santai dalam menghadapi masa pensiun) serta masih banyak lagi faktor-faktor lain yang berpengaruh.

Keterbatasan penelitian ini sangat kompleks sehingga masih perlu diadakan penelitian lebih lanjut dengan memperhatikan faktor-faktor lain yang berpengaruh pada kecemasan para pensiunan.

Penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi para pensiunan untuk memberi dukungan moril dalam mengatasi, menghadapi, dan menanggulangi kecemasan di masa pensiun agar tidak berlarut-larut sehingga mengakibatkan hal-hal buruk yaitu mengganggu fungsi-fungsi organik dan psikis dan mengakibatkan macam-macam penyakit, luka-luka dan kerusakan yang progresif, dan semoga juga berguna bagi para pembaca.