

## HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN TINGKAT KECEMASAN PADA KELOMPOK PEKERJA PNS YANG MENGHADAPI MASA PENSIUN DI POIGAR MINAHASA SELATAN

Esterlani Waliani Ratur<sup>a</sup>, Sefti Rompas<sup>b</sup>, Valen Simak<sup>c</sup>

<sup>a</sup>Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi

<sup>b</sup>Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi

<sup>c</sup>Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi

\*Email : [esterlaniratu@icloud.com](mailto:esterlaniratu@icloud.com)

### Abstract

**Background** of this research is Retirement is a time full of challenges because there are changes such as from actively working to not working, from having a position to staying at home, from getting a high income to a lower income. Civil servants experience anxiety when facing retirement. This happens because there is no social support. **Aim** of this study was to determine the relationship between social support and anxiety levels in the group of civil servants facing retirement in Poigar Minahasa Selatan. **The research method** used descriptive research with samples, in this study there were 50 respondents obtained through total sampling. And using a questionnaire research instrument and tested using Chi-square. **The results** of this study showed that high social support had low anxiety as many as 25 people (100.0%). And low social support has high anxiety as many as 25 people (100.0%). The results of the analysis obtained value = 0.000 < 0.05. High Social Support has Low Anxiety as many as 25 people (100.0%). And low social support has high anxiety as many as 25 people (100.0%). The results of the analysis social support and anxiety levels in the group of civil servants facing retirement in Poigar Minahasa Selatan obtained value = 0.000 < 0.05. **Conclusion** High social support has low anxiety while low social support has high anxiety. And there is relationship between social support and anxiety levels in the group of civil servants facing retirement.

**Keywords:** Work; Social Support; Anxiety; Retirement

### Abstrak

**Latar Belakang** Pensiun merupakan masa yang penuh tantangan karena terjadi perubahan seperti dari aktif bekerja menjadi tidak bekerja, dari memiliki jabatan menjadi diam di rumah, dari mendapat penghasilan tinggi menjadi penghasilan yang lebih rendah. Pegawai negeri sipil mengalami kecemasan ketika menghadapi masa pensiun. Hal ini terjadi karena tidak ada dukungan sosial. **Tujuan** penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dan tingkat kecemasan pada kelompok pekerja PNS yang menghadapi masa pension di poigar minahasa selatan. **Metode penelitian** menggunakan penelitian deskriptif dengan Sampel, pada penelitian ini berjumlah 50 responden yang diperoleh melalui total sampling. Dan menggunakan instrumen penelitian Kuesioner dan di uji menggunakan Chi-square. **Hasil penelitian** didapatkan Dukungan Sosial yang tinggi memiliki Kecemasan Rendah sebanyak 25 orang (50,0%). Dan Dukungan sosial rendah memiliki Kecemasan yang tinggi sebanyak 25 orang (50,0%). Hasil analisa dukungan sosial dan tingkat kecemasan pada kelompok pekerja PNS yang menghadapi masa pension di poigar minahasa selatan diperoleh  $p$  value = 0,000 < 0,05. **Kesimpulan** Dukungan Sosial yang tinggi memiliki Kecemasan Rendah sedangkan dukungan sosial rendah memiliki kecemasan yang tinggi. Dan terdapat hubungan dukungan sosial dan tingkat kecemasan pada kelompok pekerja PNS yang menghadapi masa pensiun.

**Kata Kunci** : Bekerja; Dukungan Sosial; Kecemasan; Pensiun

## **PENDAHULUAN**

Bekerja merupakan kegiatan yang dilakukan untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari, sehingga individu dapat mencapai apa yang dikehendaki. Dengan bekerja individu dapat memenuhi kebutuhan fisik yang membutuhkan sandang, pangan dan papan selain itu bekerja juga akan memenuhi kebutuhan individu dengan rasa aman, tenteram, dan kepastian tentang hari-hari yang akan datang. Individu yang bekerja juga dapat memperoleh kehidupan yang lebih baik (Suardiman, 2011).

Seiring dengan berjalannya waktu individu akan dihadapkan pada suatu kenyataan bahwa tidak selamanya manusia dapat bekerja, ada saatnya ketika sudah mencapai masa tua, seseorang akan berhenti dari pekerjaannya atau pensiun dan beristirahat untuk dapat menikmati hasil yang diperolehnya selama bekerja. Seseorang yang pensiun berarti mengalami perubahan pola hidup dari bekerja menjadi tidak bekerja (Suardiman, 2011). Manusia tidak selamanya dapat melakukan aktivitas secara formal, terutama bagi yang bekerja di lembaga atau instansi pemerintah seperti pegawai negeri sipil yang selalu beraktivitas setiap hari, sehingga individu tersebut harus berusaha menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi.

Isnawati & Suhariadi (2013) menyebutkan bahwa bekerja sebagai pegawai negeri sipil (PNS) di mata individu lain dianggap mandiri dan dapat memenuhi kebutuhan sendiri. Namun seiring berjalannya waktu, individu akan menghadapi kenyataan bahwa tidak selamanya dapat bekerja (Cokorda dan Suarya, 2016). Ada saatnya individu yang berkerja sebagai pegawai negeri sipil (PNS) akan pensiun dari pekerjaannya (Dwilestari, 2018). Pensiun merupakan masa dimana individu diberhentikan dari suatu pekerjaan yang sudah dilakukan selama ini sesuai dengan batas usia pensiun yang telah ditetapkan. Seseorang yang memiliki pekerjaan

sebagai seorang Pegawai Negeri Sipil (PNS) (Fardila, 2014).

Menurut Kementerian Pendayagunaan Aparatur Negara dan Reformasi Birokrasi (PANRB) sebanyak 752.271 Pegawai Negeri Sipil (PNS) akan pensiun dalam kurun waktu lima tahun atau pada 2016 hingga 2020. Berdasarkan data dari Badan Kepegawaian Negara (BKN), PNS yang akan pensiun pada tahun 2019 sebanyak 156.050, dan naik mencapai 184.542 PNS di tahun 2020 (Pratiwi, 2018).

Masa pensiun merupakan masa yang penuh tantangan karena terjadi perubahan seperti dari aktif bekerja menjadi tidak bekerja, dari memiliki jabatan menjadi diam di rumah, dari mendapat penghasilan tinggi menjadi penghasilan yang lebih rendah, serta hilangnya relasi atau berkurangnya kontak sosial (Pratiwi, 2018). Ketika masa pensiun tiba maka tidak semua individu siap untuk menghadapinya bahkan hal ini dapat menimbulkan permasalahan. Terutama pada pegawai negeri sipil yang mempunyai aktifitas rutin yang dilakukan bertahun-tahun lamanya. Pensiun seringkali dianggap sebagai kenyataan yang tidak menyenangkan sehingga menjelang masanya tiba sebagian orang sudah merasa cemas, dan tidak tahu apa yang harus dilakukan (Sutrisno, 2013).

Beberapa penyebab utama dari kecemasan menghadapi pensiun adalah faktor fisik (berkaitan dengan kekuatan dan kemampuan mengingat yang semakin menurun), faktor dukungan sosial (tidak adanya dukungan sosial dari masyarakat berupa penghargaan terhadap pekerjaannya yang akan membuat individu merasa tidak berguna) dan faktor ekonomi (berkaitan dengan penurunan pendapatan yang biasanya diperoleh) (Pradono & Purnamasari, 2010). Dukungan sosial sangat di butuhkan bagi seseorang yang mengalami kecemasan terutama dalam masa menghadapi pensiun. Lebih lanjut, Mu'in dan Setyaningsih (2013) menyatakan bahwa terdapat hubungan

antara dukungan sosial yang diterima individu dengan tingkat kecemasan yang dialami dalam menghadapi masa pensiun. Individu yang mendapatkan dukungan sosial tidak akan mengalami kecemasan dalam menghadapi masa pensiunnya. Salah satu bentuk dari dukungan sosial tersebut adalah dukungan yang berasal dari significant others yaitu istri, anak dan teman yang sangat mempengaruhi seseorang untuk merasa siap dalam menghadapi perubahan lingkungan, aktifitas yang berbeda dan kondisi penurunan fisik.

Dukungan sosial sangat diperlukan oleh individu yang memasuki masa lanjut usia guna mencegah masalah psikologis yang dialaminya (Pradono & Purnamasari, 2010). Salah satu krisis yang dihadapi para PNS yang dapat menimbulkan masalah psikologis kecemasan adalah masalah pensiun. Untuk mencegah atau mengatasi masalah pensiun dan kecemasan dibutuhkan dukungan sosial. Tersedianya dukungan sosial dapat membantu individu dalam menemukan jalan keluar dari masalah yang dihadapi dan membantu individu dalam menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan yang terjadi (Angraini, 2014).

Data yang di dapatkan dari BKD Pemerintah Poigar Minahasa Selatan, bahwa data Pegawai Negeri Sipil yang akan pensiun di tahun 2021 ada 50 orang yang rata-rata sudah berusia 58 dan 60 tahun. Hasil wawancara singkat peneliti dengan 10 pegawai yang akan pensiun tahun ini menunjukkan bawah pada pertanyaan tentang pensiun, 7 dari 10 mengatakan gelisah ketika memikirkan tentang pensiun, dan menghindari pembicaraan tentang masalah pensiun bersama orang lain terlebih khusus dengan keluarga. Sedangkan 3 orang lainnya merasa senang akan meninggalkan dunia pekerjaan. Fenomena yang di dapat di lapangan tentang kecemasan saat menghadapi masa pensiun, kebanyakan yang mengalami kecemasan dikarenakan kebutuhan baik sandang, pangan dan

papan belum sepenuhnya terpenuhi sehingga seseorang tersebut mengalami kecemasan. Apabila seluruh kebutuhan sudah terpenuhi dengan baik maka seseorang tersebut tidak akan mengalami kecemasan sebaliknya orang tersebut merasa bebas dalam pekerjaan rutinitasnya sehari-hari. Sehingga tujuan dari penelitian ini untuk melihat apakah ada dukungan sosial dan tingkat kecemasan pada kelompok PNS yang akan Pensiun.

## **METODE**

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode penelitian survei analitik untuk menganalisis hubungan antara 2 variabel yaitu variabel independen (Dukungan Sosial) dan variabel dependen (Tingkat Kecemasan). populasi dalam penelitian ini adalah seluruh PNS yang pensiun di tahun 2021 yaitu sebanyak 50 orang dengan kriteria inklusi yaitu PNS yang akan pensiun dan sudah pensiun di tahun 2021 dan Jika ada responden yang tidak hadir maka akan menggunakan jumlah populasi yang ada pada saat penelitian. Pengambilan sampel pada menggunakan teknik total sampling. Instrumen dalam pengumpulan data dan informasi pada responden, peneliti menggunakan pengumpulan data dalam bentuk kuesioner menggunakan instrument penelitian Pengukuran Dukungan Sosial dan Skala ini dikembangkan oleh peneliti dengan mengacu pada aspek-aspek yang telah disebutkan oleh Dwilestari (2018). Instrumen selanjutnya Pengukuran Kecemasan menghadapi masa pensiun menggunakan skala yang telah dimodifikasi dari Dwilestari (2018). Pengolahan data yang diperoleh dari hasil penelitian ini diolah secara manual dan dianalisis secara statistik melalui komputerasi *Chi-Square*.

Dalam melakukan penelitian, peneliti menggunakan etika penelitian yang terdiri dari *Informed consent*, *Anonymity* (tanpa nama), dan *Confidentially*. Dalam menggunakan etika penelitian, peneliti

menjelaskan bahwa telah mendapat persetujuan dari tempat penelitian yaitu Pemerintah Poigar Minahasa Selatan dengan Nomor: 300/070/SK/IV-2021. Analisa data dilakukan terhadap variabel

penelitian untuk meneliti tampilan distribusi frekuensi dan presentase dari tiap-tiap variabel.

**HASIL**

**Tabel 1. Dukungan Sosial**

Variabel	Kategori	n	%
Dukungan Sosial	Tinggi	25	50.0
	Rendah	25	50.0
Total		50	100.0

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui variabel Dukungan Sosial pada kategori

tinggi sebanyak 25 responden (50,0%) dan kategori rendah 25 responden (50,0%)

**Tabel 2. Tingkat Kecemasan**

Variabel	Kategori	n	%
Kecemasan	Tinggi	25	50.0
	Rendah	25	50.0
Total		50	100.0

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui variabel Kecemasan berada pada kategori

tinggi sebanyak 25 responden (50,0%) dan kategori rendah 25 responden (50,0%).

**Tabel 3. Hubungan Dukungan Sosial Dan Tingkat Kecemasan**

Dukungan Sosial	Kecemasan						$\rho$
	Tinggi		Rendah		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Tinggi	0	0	25	100,0	25	100,0	0,000
Rendah	25	100,0	0	0	25	100,0	
Total	25	50,0	25	50,0	50	100,0	

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa Dukungan Sosial yang tinggi memiliki Kecemasan Rendah sebanyak 25 orang (100,0%). Dan Dukungan sosial rendah memiliki Kecemasan yang tinggi sebanyak

25 orang (100,0%). Hasil analisa diperoleh  $\rho$  value = 0,000 < 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa Ho ditolak dan Ha diterima maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara

Dukungan Sosial Dan Tingkat Kecemasan Pada Kelompok Pekerja PNS Yang Menghadapi Masa Pensiun di Poigar Minasaha Selatan.

## **PEMBAHASAN**

### **1. Dukungan Sosial**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Kantor Camat Desa Poigar dengan jumlah responden 50 orang, sebanyak 25 responden (50.0%) memiliki dukungan sosial yang tinggi. Sedangkan responden yang lain dalam kategori rendah. Hal ini menandakan bahwa Dukungan sosial terhadap pegawai ASN yang akan pensiun dalam kondisi yang tinggi dan rendah.

Berdasarkan hasil penelitian responden memiliki dukungan sosial yang tinggi (50.0%), akan tetapi di temukan juga dukungan sosial yang rendah. Hal ini sejalan dengan pendapat Pendapat dari Isnawati, D., & Suhariadi, D. H. (2013). mengatakan keuntungan individu yang memperoleh dukungan sosial tinggi dan rendah dapat menjadikan individu lebih optimis dalam menghadapi kehidupan saat ini maupun pada masa yang akan datang, lebih terampil dalam memenuhi kebutuhan psikologis dan mempunyai tingkat kecemasan yang lebih rendah, mempertinggi interpersonal skill, mempunyai kemampuan untuk mencapai apa yang diinginkan sehingga menjadikan individu lebih mampu untuk mengatasi sesuatu dan penuh semangat hidup, tetapi akan berbeda jika sebaliknya.

Dukungan sosial yang banyak diterima oleh responden adalah perasaan kasih sayang atau cinta serta dihibur dan diterima di jaringan sosialnya yang termasuk kategori dukungan emosional. Sumber dukungan sosial yang merupakan salah satu aspek penting yang ditemukan dalam penelitian ini berasal dari pasangan, anggota keluarga, tetangga, teman atau sahabat serta relasi kerja yang merupakan sumber dukungan sosial jenis natural informal.

### **2. Tingkat Kecemasan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Kantor Camat Desa Poigar dengan jumlah responden 50 orang, sebanyak 25 responden memiliki Kecemasan yang tinggi. Sedangkan responden yang lain dalam kategori rendah. Hal ini menandakan bahwa kecemasan terhadap pegawai ASN yang akan pensiun dalam kondisi yang tinggi dan rendah. Berdasarkan hasil penelitian tersebut di dapatkan bahwa responden masih memiliki kecemasan dalam menghadapi masa pensiun.

Masa pensiun yang dijalani dengan nyaman adalah masa pensiun yang bebas dari perasaan depresi, kecemasan dan kebosanan (Isnawati, D., & Suhariadi, D. H. (2013). Untuk tercapainya penyesuaian diri yang baik dibutuhkan suatu dukungan sosial yang merupakan pemberian kenyamanan fisik dan psikologis yang didapat melalui pengetahuan bahwa individu dicintai, diperhatikan dan dihargai oleh individu lain (Isnawati, D., & Suhariadi, D. H. (2013).

Isnawati, D., & Suhariadi, D. H. (2013) menjelaskan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Apabila kondisi ini berlangsung dalam jangka panjang, maka akan dapat menimbulkan stress atau tekanan jiwa yang tentunya berakibat fatal bagi orang yang bersangkutan. maka, untuk mengantisipasi terjadinya tekanan jiwa, maka diperlukan pihak lain yang mampu memberikan pemahaman yang mudah dipahami atas masalah-masalah yang dihadapi, sehingga kecemasan tingkat dapat menurun dan terjadinya stress dapat dihindarkan.

Kecemasan menghadapi pensiun juga terkait dengan faktor-faktor lain seperti usia, tempat kerja dan aktivitas, jenis kelamin, tingkat ekonomi dan kebutuhan hidup, sikap mental atau kepribadian dan

persiapan yang dilakukan menjelang pensiun (Suardiman, 2011).

Nevid (2005) menjelaskan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Apabila kondisi ini berlangsung dalam jangka panjang, maka akan dapat menimbulkan stress atau tekanan jiwa yang tentunya berakibat fatal bagi orang yang bersangkutan. maka, untuk mengantisipasi terjadinya tekanan jiwa, maka diperlukan pihak lain yang mampu memberikan pemahaman yang mudah dipahami atas masalah-masalah yang dihadapi, sehingga kecemasan tingkat dapat menurun dan terjadinya stress dapat dihindarkan.

### **3. Hubungan Dukungan Sosial Dan Tingkat Kecemasan**

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 50 responden di dapatkan hasil hubungan antara dukungan sosial yang tinggi dengan kecemasan yang rendah sebanyak 25 (100,0%) responden. Dukungan sosial yang Rendah mendapatkan hasil kecemasan yang tinggi sebanyak 25 (100,0%) responden. Dengan hasil uji statistik di peroleh nilai  $\rho = 0,000$  maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada kelompok pekerja pns yang menghadapi masa pensiun di poigar minasaha selatan. Hal ini di buktikan dengan hasil penelitian jawaban kuesioner responden dengan dukungan sosial yang tinggi dan kategori kecemasan yang rendah. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Setyaningsih (2012) dapatkan hasil hasil secara statistik terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi pensiun pada kelompok pekerja PNS ( $p\ value=0,027$ ) yang menyatakan ada hubungan yang sangat kuat, signifikan searah antara dukungan sosial dengan tingkat kecemasan

pada kelompok pekerja pns yang menghadapi pensiun.

Terbuktinya hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi pensiun mendukung teori yang dikemukakan oleh Isnawati, D., & Suhariadi, D. H. (2013) menyatakan bahwa kecemasan akan rendah apabila individu memiliki dukungan sosial. Hal ini sejalan dengan penelitian Diana Isnawati, D., & Suhariadi, D. H. (2013) berjudul “Kecemasan dalam menghadapi masa pensiun ditinjau dari dukungan sosial pada PT Semen Gresik Tbk”, dapat diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi pensiun.

Berdasarkan hasil penelitian responden memiliki dukungan sosial yang tinggi memiliki tingkat kecemasan yang rendah (100.0%), akan tetapi di temukan juga dukungan sosial yang rendah yang memiliki kecemasan yang tinggi (100,0%). Hal ini sejalan dengan pendapat Pendapat dari Isnawati, D., & Suhariadi, D. H. (2013) mengatakan keuntungan individu yang memperoleh dukungan sosial tinggi dan rendah dapat menjadikan individu lebih optimis dalam menghadapi kehidupan saat ini maupun pada masa yang akan datang, lebih terampil dalam memenuhi kebutuhan psikologis dan mempunyai tingkat kecemasan yang lebih rendah, mempertinggi interpersonal skill, mempunyai kemampuan untuk mencapai apa yang diinginkan sehingga menjadikan individu lebih mampu untuk mengatasi sesuatu dan penuh semangat hidup, tetapi akan berbeda jika sebaliknya.

Dukungan seperti yang diperoleh responden penelitian ini akan memberikan keuntungan seperti terbebas dari beban dan label psikologis sehingga dirasa lebih nyaman dalam memberi maupun menerima dukungan sosial (Wulandari, 2016). Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada masa pensiun (Wulandari, 2016), namun tidak

selamanya dukungan sosial yang diterima seseorang memberikan dampak positif tetapi dapat juga memberikan dampak negatif. Hal ini tergantung pada perilaku suportif aktual dari jaringan sosial, cara dimana seseorang merasakan dukungan yang diberikan atau persepsi subjektif penerima dukungan, harga diri, luasnya jaringan sosial dan kemampuan menggerakkan jaringan yang dimilikinya (Wulandari, 2016). Jika dukungan sosial yang diberikan terlalu berlebih atau kurang akan membawa konsekuensi negatif seperti isolasi diri dan peningkatan keinginan untuk bunuh diri Wulandari, 2016).

Dukungan sosial juga dapat mempengaruhi kecemasan melalui mekanisme pertahanan terhadap kecemasan dengan cara mengurangi peluang kejadian yang penuh tekanan, mengurangi intensitasnya dan memodifikasi persepsi seseorang sehingga akan lebih mudah lagi dalam beradaptasi terhadap situasi baru yang asing (Suardiman, 2011). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang mengungkapkan bahwa masalah psikologis yang dialami para lansia yang tinggal di Panti Sosial dapat dicegah dengan memberikan dukungan sosial yang adekuat (Bone, 2007). Kecemasan menghadapi pensiun juga terkait dengan faktor-faktor lain seperti usia, tempat kerja dan aktivitas, jenis kelamin, tingkat ekonomi dan kebutuhan hidup, sikap mental atau kepribadian dan persiapan yang dilakukan menjelang pensiun (Suardiman, 2011).

## **SIMPULAN**

Terdapat hubungan antara Dukungan Sosial dan Tingkat Kecemasan pada Kelompok PNS yang akan pensiun di Pemerintah Poigar Minahasa Selatan Rendah. keluarga.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Anggraini. S. (2014). Kecemasan Pegawai Negeri Sipil Lahat Ketika Memasuki Pensiun
- Cokorda & Suarya. (2016). Hubungan Dukungan Sosial Dan Penyesuaian Diri Pada Masa Pensiun Pejabat Struktural Di Pemerintahan Provinsi Bali. Universitas Udayana Bali
- Dwilestari, P. 2018. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Anggota Polri Di Polresta Samarinda. Universitas Islam Indonesia
- Fardila, N. (2014). Hubungan sosial keluarga dan kesiapan menghadapi pensiun pada pegawai negeri sipil. Jurnal RAP UNP
- Isnawati, D., & Suhariadi, D. H. (2013). Hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri masa persiapan pensiun pada karyawan pt. Pupuk kaltim. Surabaya : Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi
- Lesmana, D. (2014). Kecerdasan spiritual dengan kecemasan menghadapi masa pensiun. Jurnal Psikologi Terapan.
- Pradono, G.S. & Purnamasari, S. E. (2010). Hubungan antara penyesuaian diri dengan kecemasan dalam menghadapi masa pensiun pada pegawai negeri sipil di Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Naskah Publikasi: Universitas Mercu Buana Yogyakarta
- Pratiwi, N. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun. Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Setyaningsih, S., Mu'in, M. (2013). Dukungan Sosial Dan Tingkat Kecemasan Pada Kelompok Pekerja Pns Yang Menghadapi Masa Pensiun. Ilmu Keperawatan FK UNDIP

Suardiman, S. P. (2011). Psikologi lanjut usia. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

Sutrisno, E. (2013). Kematangan emosional, percaya diridan kecemasan pegawai menghadapi masa pensiun. Jurnal Psikologi Indonesia.