**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI MASA PENSIUN PADA ANGGOTA TNI-ANGKATAN DARAT**

**Rifatul Maola Hoerun Nisa Mustafidan**

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

[rifatulmustafidan@gmail.com](mailto:rifatulmustafidan@gmail.com)

**Abstrak**

Penilitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada anggota Tentara Nasional Indonesia Angkatan Darat atau disingkat TNI-AD. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu ada hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada anggota TNI-AD. Subjek penelitian ini berjumlah 35 anggota yang memiliki kriteria berusia 54-58 untuk pangkat Perwira, usia 49-53 untuk pangkat Bintara dan Tamtama, dan merupakan anggota aktiv TNI AD yang bekerja di KODIM. Pengumpulan data dilakukan dengan Skala kepercayaan diri dan kecemasan menghadapi masa pensiun. Metode analisis yang digunakan yaitu korelasi *product moment* dari Karl Pearson. Berdasarkan hasil analisi data diperoleh koefisien korelasi sebesar r = -0.812 dan p = 0,001 (p<0,01). Hasil tersebut menunjukan bahwa ada hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada anggota TNI AD. Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukan nilai koefisien determinasi (R2) sebesar sebesar 0,660 yang menunjukkan bahwa variabel Kepercayaan Diri menunjukkan kontribusi 66% terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun dan dipengaruhi oleh faktor lain.

**Kata Kunci :** kepercayaan diri, kecemasan menghadapi masa pensiun, anggota TNI AD

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONFIDENCE AND ANXIETY FACING THE RETIREMENT OF MEMBERS IN TNI-AD (INDONESIAN ARMED FORCES).**

**RIFATUL MAOLA HOERUN NISA MUSTAFIDAN**

University of Mercu Buana Yogyakarta

[rifatulmustafidan@gmail.com](mailto:rifatulmustafidan@gmail.com)

**Abstract**

*This research aims to understand the relationship between self-confidence and anxiety facing the retirement of members in TNI-AD (Indonesian Armed Forces). The proposed hypothesis in this study is that there is a negative relationship between self-confidence and anxiety facing the retirement in Army members. The subjects of this study were 35 members who had criteria aged 54-58 for the rank of Officer, age 49-53 for the rank of Bintara and Tamtama, and were active members of the Army who worked at KODIM. Data collection is done with a scale of confidence and anxiety facing retirement. The used analytical method is the correlation of product moment from Karl Pearson. Based on the results of data analysis obtained correlation coefficient of r = -0.812 and p = 0.001 (p <0.01). These results indicate that there is a negative relationship between self-confidence and anxiety facing retirement in members of the Army. The acceptance of the hypothesis in this study point out the coefficient of determination (R2) of 0.660 which indicates that the Confidence variable shows a contribution of 66% to Anxiety Facing Retirement and is influenced by other factors.*

***Keywords****: self-confidence, anxiety facing retirement, members of the TNI-AD*

**PENDAHULUAN**

Bekerja adalah kewajiban dan dambaan bagi setiap orang untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, selama individu tersebut mampu untuk bekerja keras dengan cara membanting tulang, memeras keringat dan memutar otak. Bekerja bukan sekedar memperoleh penghasilan bagi kepentingan keluarga, namun terkait dengan mengejar “status sosial” (derajat, pangkat dan jabatan), dan dapat terpandang di mata masyarakat agar lebih berwibawa serta dihormati (Anoraga, 2006). Setiap orang mempunyai kepandaian dalam pekerjaan menurut kemampuan dan bidang yang disenangi, baik di lingkungan pemerintah sebagai pengabdi Negara dan masyarakat (Anoraga, 2006). Salah satu profesi pengabdi Negara adalah Tentara Nasional Indonesia Angkatan Darat atau disingkat dengan TNI AD. TNI AD adalah salah satu cabang angkatan perang dan merupakan bagian dari Tentara Nasional Indonesia (TNI) yang bertanggung jawab atas operasi pertahanan negara Republik Indonesia di darat. Menjadi seorang TNI merupakan kebanggaan tersendiri karena bekerja hakikatnya untuk kepentingan diri sendiri, tetapi juga bagi kepentingan yang memberi manfaat pihak lain (Anoraga, 2006). Akan tetapi kesenangan ini menjadi berkurang ketika orang tersebut memasuki masa pensiun (Hurlock, 1996).

Usia pensiun pada TNI menurut Undang-undang Nomor. 34 tahun 2004 tentang TNI pasal 53 adalah prajurit melaksanakan tugas keprajuritan sampai usia paling tinggi 58 (lima puluh delapan) tahun bagi perwira, 53 (lima puluh tiga) tahun bagi bintara dan tamtama. Usia 53 sampai 58 tahun masuk kategori dewasa madya atau tengah, rentang usianya adalah 40 tahun sampai 65 tahun (Santrock, 2011). Pada masa ini terjadi penurunan keterampilan fisik dan meluasnya tanggung jawab individu terhadap lingkungan. Masa dewasa tengah mencakup keseimbangan antara pekerjaan dan tanggung jawab relasi ditengah perubahan fisik maupun psikologis yang berlangsung seiring dengan proses penuaan (Lachman dalam Santrock, 2011)

Pensiun merupakan suatu proses, bukan merupakan suatu peristiwa (Moen, dalam Santrock 2011). Memasuki masa pensiun seharusnya menjadi hal yang menyenangkan bagi karyawan yang telah mencapai puncak karirnya karena dapat menikmati masa hidupnya dengan lebih santai, rileks, dan beban pekerjaan serta tugas dari sebuah instasi sudah lepas. Selain itu, ketika pensiun akan ada banyak waktu luang yang dapat dihabiskan bersama teman, keluarga, dan pasangan. Namun, tidak semua individu menganggap pensiun adalah hal yang positif karena ada beberapa dampak setelahnya. Faktanya menurut Direktur Utama PT Asabri (Persero), Sonny Widjaja, mengungkapkan ada lebih dari 50% pensiunan di lingkungan TNI dan Polri yang memiliki utang di perbankan. Peserta Asabri lebih dari 50% pensiunan TNI dan Polri ini memiliki pinjaman di bank. Hal tersebut menyebabkan pensiunan TNI masih memiliki tanggungan utang di bank. Sementara gaji yang diterima setelah pensiun tidak terlalu tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa banyak anggota TNI dan Polri yang belum siap begitu memasuki masa pensiun, lantaran mereka juga banyak yang belum siap ketika berhenti dari masa dinasnya.

Pandangan negatif tentang pensiun dapat menyebabkan individu cenderung menolak datangnya masa pensiun. Penolakan tersebut ditandai dengan adanya perasaan cemas. Perasaan cemas menurut Maramis (dalam Nuraini, 2013) ditandai dengan adanya gejala-gejala sebagai berikut : merasa khawatir, gelisah, takut, tidak tentram, dan panik.

**METODE PENELITIAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada anggota TNI-AD. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 35 anggota dengan karakteristik sebagai berikut : anggota TNI AD yang bekerja di Komando Distrik Militer (KODIM) Yogyakarta yang menjabat sebagai, Tamtama, Bintara, maupun Perwira.Usia untuk subjek yang berpangkat perwira maksimal 58 tahun, dan usia untuk subjek berpangkat Bintara dan Tamtama maksimal berusia 53 tahun.

Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala *likert.* Untuk Skala Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun mengacu pada Skala yang digunakan oleh Dwilestari (2018) yang terdiri dari 30 item. Disusun berdasarkan teori dari Nevid, Rathus dan Greene (2003) yang berdasarkan aspek-aspek fisik, behavioral dan kognitif. Sedangkan untuk Skala Kepercayaan Diri mengacu pada skala yang digunakan oleh Pangestianto (2018) yang terdiri dari 36 item. Disusun berdasarkan teori dari Lauster (1992) yang terdiri dari lima aspek, antara lain keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, dan rasional dan realistis. Metode skala pada penelitian ini menggunakan skala model Likert dengan 4 alternatif jawaban, yaitu: sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Nilai jawaban untuk pernyataan favorabel berkisar dari 4-1 dan nilai jawaban untuk pernyataan unfavorabel nilai berkisar 1-4.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu korelasi product moment yang dikembangkan oleh Karl Pearson. Analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS 20.00.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil analisis data kecemasan menghadapi masa pensiun dan kepercayaan diri diperoleh data hipotetik dan empirik. Deskripsi data hipotetik dan empirik pada skala kecemasan menghadap masa pensiun akan dutujukan pada tabel 1. Sedangkan untuk data hipotetik dan empirik pada skla kepercayaan diiri akan ditujukan pada tabel 2.

**Tabel 1. Deskripsi Data Hipotetik**



**Tabel 2. Deskripsi Data Empirik**



Uji normalitas menggunakan teknik analisis model *one sample* kolmogorov-smirnov (KS-Z). Dari hasil uji normalitas variabel Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun diperoleh KS-Z = 0.230 dengan p = 0.000. Pada variabel Kepercayaan Diri diperoleh KS-Z = 0.230 dengan p = 0.000. Data tersebut menunjukkan bahwa skor variabel Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun dan Kepercayaan Diri terdistribusi tidak normal.

Menurut Hadi (2016), bahwa normal atau tidaknya data dalam penelitian tidak berpengaruh kepada hasil akhir. Ketika subjek penelitian dalam jumlah besar atau jumlah subjek N>30 maka data dikatakan terdistribusi normal. Sedangkan dalam penelitian ini menggunakan 35 subjek sehingga kedua variable dinyatakan terdistribusi normal.

Setelah melakukan uji normalitas selanjutnya melakukan uji linieritas. Berdasarkan hasil uji linearitas antara variabel Kecemasna Menghadapi Masa Pensiun dengan Kepercayaan Diri diperoleh F = 56.288 dan p = 0.000. Hal tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun dengan Kepercayaan Diri merupakan hubungan yang linier.

Setelah uji prasyarat terpenuhi maka penelitian melakukan uji hipotesis dengan menggunakan teknik korelasi product momen (pearson correlation)yang dikembangkan oleh Karl Pearson (Sugiono, 2016).

Berdasarkan hasil analisis korelasi product moment (pearson correlation) diperoleh koefisien korelasi (rxy) hipotesis = -0.812 dengan p = 0.000 (p < 0.010) yang berarti ada korelasi negatif antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada TNI-AD sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima. Selain itu, hasil analisis data tersebut juga menunjukkan nilai koefisien determinasi (R2) sebesar 0,660 yang menunjukkan bahwa variabel Kepercayaan Diri menunjukkan kontribusi 66% terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun dan dipengaruhi oleh faktor lain.

Kategorisasi variabel kecemasan menghadapi masa pensiun dan kepercayaan diri dilakukan berdasarkan nilai mean dan standar deviasi hipotetik dengan mengelompokannya kedalam tiga kategori tinggi, sedang, rendah. Hasil kategorisasi dapat dilihat dari tabel sebagai berikut :

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Kategori | Pedoman | Skor | N | Presentase |
| Tinggi | X > (µ + 1σ) | X ≥ 99 | 0 | 0% |
| Sedang | μ - 1σ ≤ X < μ + 1σ | 63 ≤ X < 99 | 12 | 34% |
| Rendah | X < (µ - 1σ) | X < 63 | 23 | 66% |
|  |  | Total | 35 | 100% |

**Tabel 3. Kategorisasi skor skala kecemasan menghadapi masa pensiun**

Hasil kategorisasi berdasarkan rerata dan standar deviasi secara hipotetik diperoleh hasil yaitu kategorisasi tinggi sebesar 0% (0 subjek), kategori sedang sebesar 34% (12 subjek), dan kategori rendah 66% (23 subjek). Sehingga dapat disimpulkan bahwa pada kecemasan menghadapi masa pensiun pada penelitian ini cenderung rendah.

**Tabel 4. Hasil kategorisasi skor skala kepercayaan diri**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Kategori | Pedoman | Skor | N | Presentase |
| Tinggi | 𝑋 > 𝜇 + 1. 𝜎 | X > 99 | 33 | 94% |
| Sedang | (𝜇 − 1. 𝜎) < 𝑋 ≤ (𝜇 + 1𝜎) | 63< X ≤ 99 | 2 | 6% |
| Rendah | 𝑋 ≤ 𝜇 − 1. 𝜎 | X ≤ 99 | 0 | 0% |
|  |  | Total | 35 | 100% |

Hasil kategorisasi berdasarkan rerata dan standar deviasi secara hipotetik diperoleh hasil yaitu kategorisasi tinggi sebesar 94% (33 subjek), kategori sedang sebesar 6% (2 subjek), dan kategori rendah 0% (0 subjek). Sehingga dapat disimpulkan bahwa pada variable kepercayaan diri pada penelitian ini tinggi.

Dari data-data di atas menunjukan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima yaitu ada hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada anggota TNI AD.

Anggota TNI AD yang memiliki kepercayaan tinggi, maka akan memiliki kecemasan yang rendah menghadapi masa pensiun. Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya oleh Sutrisno (2013), yang menyatakan bahwa ada hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi masa pensiun. Artinya apabila pegawai memiliki kepercayaan diri yang tinggi, maka kecemasan pegawai yang menghadapi masa pensiun akan rendah sebaliknya apabila kepercayaan diri pegai rendah, maka kecemasan pegawai menghadapi masa pensiun akan tinggi.

Dari hasil tersebut dapat diartikan bahwa anggota TNI AD memiliki kepercayaan diri yang tinggi dan telah memiliki keyakinan kemampuan diri, optimis, bertanggung jawab, objektif, rasional dan realistik dari dalam dirinya. Selain itu, anggota TNI AD yang memiliki kecemasan menghadapi masa pensiun yang rendah memiliki kognitif, behavior, dan fisik yang baik. Sumbangan efektif kepercayaan diri terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun pada TNI AD yaitu sebesar 69,7% dan sisanya 30,3% dipangerahui oleh faktor lain yaitu, kecerdasan spiritual, kecerdasan emosi, kematangan emosional, dan penyesuaian diri.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada anggota TNI AD rxy = -0.812 dengan p = 0.000 (p < 0.010), hal ini menunjukkan bahwa anggota TNI AD yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan mamapu menghadapi masa pensiun tanpa rasa cemas yang berlebihan. Hal ini dikarenakan para anggota memiliki keyakinan pada diri sendiri terhadap kemampuan dan potensi yang dimiliki, mampu bersikap optimis sehingga dapat mempersiapkan masa pensiun sedini mungkin, dapat bertanggung jawab dan berfikir rasional serta realistis terhadap masa pensiun. Sumbangan efektif kepercayaan diri terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun pada TNI AD yaitu sebesar 66% dan sisanya 34% dipangerahui oleh faktor lain.

Untuk dapat meningkatkan kepercayaan diri menjelang pensiun berikut hal-hal yang data dilakukan adalah menyadari bahwa masa pensiun bukan akhir dari segalanya. Akan tetapi para anggota harusnya merasa bangga bangga karena telah menyelesaikan masa kerja sampa batas waktu yang telah ditetapkan dan memiliki pengalaman kerja yang cukup panjang bahkan sampai puluhan tahun membentuk individu memiliki keterampilan dan kemampuan, sebgai bukti bahwa para anggota telah memberikan manfaat pada orang lain, atau publik, bangsa dan negara, sehingga layak untuk bangga pada diri sendiri. Hal ini diharapkan dapat sangat meminimalisir rasa cemas menghadapi masa pensiun.

**DAFTAR PUSTAKA**

Anoraga,P.(2006). *Psikologi Kerja*.Jakarta: PT Rineka Cipta

Alwisol. (2004). *Buku psikologi kepribadian.* Jakarta : Penerbit Umum.

Atkinson, Rita L , Richard C. Atkinson, Ernest Hilgard (1983). *Pengantar Psikologi (Terjemahan Nurdjannah Taufiq dan Agus Dharma) Jilid 2*. Erlangga, Jakarta.

Azwar, S. (2016). *Penyusunan Skala Psikologi.* Yogyakarta : Pustaka Belajar

Dwilestari, P. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Anggota Polri Di Samarinda. *Skripsi.* Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia

Ghufron, M.N dan Risnawita, R. (2014). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media

Hadi, Sutrisno. (2016). Metodelogi Riset. Yogyakarta: Pustaka Belajar

Hurlock, E.B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. (Edisi Kelima)*. Terjemahan Soedjarwo & Istiwidayanti. Jakarta: Erlangga

Lauster,P. (2015). *Tes Kepribadian*. Jakarta: Bumi Aksara

Lesmana, D. (2014). Kecerdasan Spiritual Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan.* 2 (1)

Nevid, J.R., 2003, Psikologi Abnormal Jilid 1, Jakarta : Penerbit Erlangga

Nuraini, D.E. (2013*).* Kecerdasan Emosi dan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun pada PNS. *E-journal Psikologi.* 1(3), 324-331

Pangestianto, Bayu. (2018*).* Hubungan Kepercayaan Diri Dengan *Adversity Quotient* Karyawan (Pada Frontliner Bri Tulungagung)*.* *Skripsi*. Malang : Universitas Muhammadiyah Malang

Pradono, G.S dan Purnamasari, S. E (2010). Hubungan Antara Penyesuaian Diri dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*

Santrock, John. W. (2011). *Life-Span Development.*(Edisi Ketigabelas). Terjemahan Benedictine. Jakarta: Airalngga.

Sugiyono. (2017). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D. Bandung: PT Alfabet.

Sutrisno, E. (2013). Kematangan Emosional, Percaya Diri dan Kecemasan Pegawai Menghadapi Masa Pensiun. *Jurnal Psikologi Indonesia. 2(1)*

Timba, S dan Ramadhani, N. (2014). Peran Perencanaan Pensiun, Religiusitas, Afek Positif, dan Afek Negatif terhadap Kecemasan Pensiun. *Jurnal Psikologi Tabularasa.* 9 (2).