

**GAMBARAN STRESS DAN KOPING LANSIA DALAM
MENJALANI MASA PENSIUN DI KELURAHAN
TEGALREJO KECAMATAN TEGALREJO
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



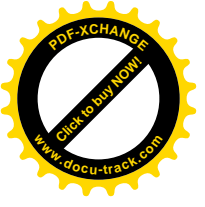
Disusun oleh :

MARINI TARIDA

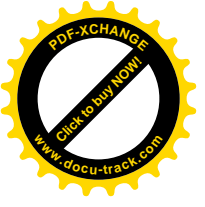
0502R00292

**PROGRAM PENDIDIKAN NERS-PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH YOGYAKARTA**

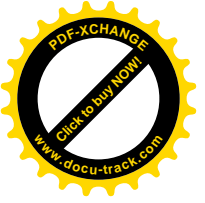
2009



STIKES
Aisyiyah
YOGYAKARTA



STIKES
Aisyiyah
YOGYAKARTA



HALAMAN PENGESAHAN

**GAMBARAN STRESS DAN KOPING LANSIA DALAM
MENJALANI MASA PENSIUN DI KELURAHAN
TEGALREJO KECAMATAN TEGALREJO
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

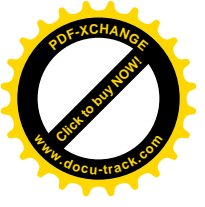


Disusun Oleh
MARINI TARIDA
0502R00292

Telah disetujui
Pada Tanggal 10 Agustus 2009

Pembimbing

Mamnu'ah S.Kep,Ns.,M.Kep



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

Syukur alhamdulillah senantiasa dipanjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, serta lindungan NYA, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini yang berjudul "Gambaran Stress dan Koping Lansia Dalam Menjalalani Masa Pensiun Tahun 2009". Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi besar Muhammad SAW, yang diutus Allah SWT sebagai rahmat bagi seluruh alam. skripsi ini dapat terselesaikan atas dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

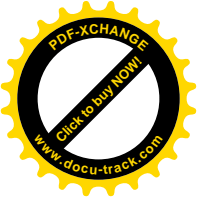
1. Prof. Dr. dr. Wasilah Rochmah Sp.PD. K (Ger). Selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta.
2. Ery Khusnal, MNS. Selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta.
3. Mamnuah S.Kep.,Ns.M.kep Selaku sebagai dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, bantuan motivasi, pengarahan serta masukan yang sangat berarti dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Luthfi Nurdian S.Kep,Ns Selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Kepala kelurahan yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
6. Ayah dan Ibu yang telah memberikan semangat dan doanya dalam setiap langkah peneliti
7. Semua pihak yang tak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah memberikan motivasi dan membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna, mengingat keterbatasan ilmu dan pengalaman. Untuk itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan. Penulis berharap agar skripsi ini dapat bermanfaat sebagai literatur serta sebagai sumber ilmu pengetahuan.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarokatuh.

Yogyakarta, Agustus 2009

Penulis



GAMBARAN STRESS DAN KOPING LANSIA DALAM MENJALANI MASA PENSIUN DI KELURAHAN TEGAL REJO KECAMATAN TEGAL REJO YOGYAKARTA TAHUN 2009¹

Marini tarida², Mamnu'ah³

INTISARI

Latar belakang penelitian : Pensiun merupakan salah satu stressor penyebab dari stress. Untuk itu diperlukan suatu strategi koping untuk mengatasi stress yang dialami oleh pensiun. Strategi koping yang digunakan yaitu strategi koping yang berfokus pada penyelesaian masalah dan koping yang berfokus pada pengendalian emosi.

Tujuan penelitian : Mendapatkan gambaran tentang stress dan koping lansia dalam menjalani masa pensiun

Metode Penelitian : penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan *phenomenologi*. Pengumpulan data dengan menggunakan Teknik *Indepth Interview*. Partisipan dalam penelitian ini sebanyak tiga orang. Analisa data dilakukan dengan teknik Collaizi.

Hasil Penelitian : Hasil penelitian ini mengidentifikasi enam tema yaitu sumber stress pensiun, berfokus penyelesaian dalam masalah, berfokus pada emosi, tempat penyaluran hobi, fasilitas untuk lansia, perubahan kebijakan pemerintah tentang pensiun. Hasil penelitian menggambarkan stress pada lansia yang pensiun dan penggunaan strategi koping yang digunakan juga bervariasi.

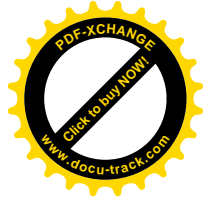
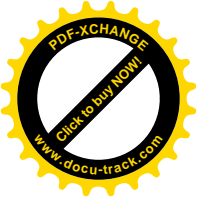
Saran : Diharapkan bagi pemerintah terutama badan kepegawaian daerah agar lebih memperhatikan lagi pensiunan PNS terutama masalah umur pensiun yaitu 65 tahun dan pesangon pensiun yang disesuaikan dengan tanggungan keluarga

Kata kunci : stress, koping, pensiun

Kepustakaan : 24 buku (1998 – 2007) + 3 jurnal + 4 internet

Jumlah halaman : xv + 50 halaman + 11 lampiran

-
1. Judul skripsi
 2. Mahasiswa PPN – PSIK TIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta
 3. Dosen PPN – PSIK STIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta



**STRESS DESCRIPTION AND ELI xi Y PEOPLE COPING TO
UNDERGO RETIRE PERIOD IN OFFICE OF
VILLAGE – HEAD TEGAL REJO DISTRICT
TEGALREJO YOGYAKARTA 2009¹**

Marini Tarida², Mamnu'ah³

ABSTRACT

Background of research : Retire is one cause of stress, so need coping strategy for bridge stress that experience pension. Coping strategy is use that coping strategy focus problem solution and focus emotion contol.

Purpose of research : To get description about stress and elderly people coping to undergo retire period.

Method of research : This research is doing by using qualitative method with phenomenology approach. Data collection use *Indepth Interview* technic. Participan in this research is four people. Data analysis is doing with Collaizi technic.

Result of research : Result of this research identification six theme, there is source of retire stress, problem solving focused coping, emotion focused coping, place for hoby channelization, facility for elderly people, change of government policy about retire. Result of research description stress of elderly people who was retire and use coping strategy that also use have variation.

Suggestion : suggested for government especially region personnel instution for give more attention for pension age problem pension is 65 years and retire severance pay that appropriate with family burden.

Keyword : Stress, coping, and retire

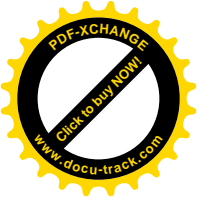
References : 24 book (1998 – 2007), 3 journals , 4 internet

Total pages : xv , 50 pages, 11 additions

¹Title Description

² Student of PPN-PSIK STIKes 'Aisyiyah Yogyakarta

³ Consultant of the description.

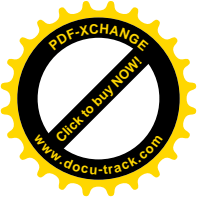


PENDAHULUAN

Kehidupan manusia pasti akan mengalami perkembangan dan perubahan. Perkembangannya sendiri pada dasarnya melibatkan pertumbuhan, yang berarti bertambahnya usia, menjadi tua dan akhirnya meninggal. Tahapan akhir dalam rentang kehidupan adalah usia lanjut. Usia lanjut merupakan periode penutup dalam rentang kehidupan seseorang, yaitu suatu periode penutup dimana seseorang telah beranjak jauh dari periode terdahulu yang menyenangkan atau beranjak dari waktu yang penuh manfaat (Santrock, 2004).

Jumlah penduduk lansia atau yang berumur lebih dari 60 tahun di Kota Yogyakarta tahun 2007 saat ini tercatat kurang lebih 48.092 jiwa atau sekitar 9,2% dari total penduduk di wilayah Kota Yogyakarta. Sedangkan jumlah penduduk pra lansia atau yang berumur 45 tahun sampai dengan 56 tahun adalah kurang lebih 60.462 jiwa (Zudianto, 2008).

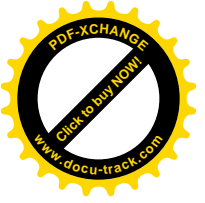
Pada tahun 2010, jumlah penduduk Lansia yang mengalami stress akibat masa pensiun sebesar (9,58%), dan hal ini akan terus meningkat seiring dengan perkembangan zaman. Setiap orang pasti ingin memiliki masa tua yang bahagia tetapi keinginan tidaklah selalu dapat menjadi nyata. Pada kehidupan nyata, banyak sekali lansia-lansia yang menjadi depresi, stress, dan berpenyakit. Umumnya stress yang berlarut-larut menimbulkan perasaan cemas, takut, tertekan, kehilangan rasa aman, harga diri terancam, gelisah, keluar keringat dingin, jantung sering berdebar-debar, pusing, sulit atau suka makan dan sulit tidur). Kecemasan yang berat dan berlangsung lama akan menurunkan kemampuan dan efisiensi seseorang dalam menjalankan fungsi-fungsi hidupnya dan pada akhirnya dapat menimbulkan berbagai macam



gangguan jiwa. Banyak kita temukan lansia yang dikirim ke panti jompo dan tidak terurus oleh keluarga, ada lansia yang diasingkan dari kehidupan anak cucunya meskipun hidup dalam lingkungan yang sama, dan ada lansia yang masih harus bekerja keras meskipun sudah tua (Depsos, 2007).

Perubahan fisik yang juga mempengaruhi kondisi kejiwaan penduduk lansia yang mempengaruhi aktivitas-aktivitas yang telah dilakukan sejak dahulu. Pada pekerjaan, aktivitas tersebut tidak dapat dilakukan secara optimal sehingga diadakannya pensiun bagi lansia. Pensiun merupakan akhir dari seseorang melakukan pekerjaannya. Pensiun seharusnya membuat orang senang karena bisa menikmati hari tuanya. Tapi banyak orang bingung bahkan cemas ketika akan menghadapi pensiun. Banyak alasan dikemukakan, mereka mengatakan bahwa mereka butuh pekerjaan (Zainudin, 2002).

Di Indonesia, seseorang dianggap lansia ketika ia pensiun dari pekerjaannya pada usia 55 tahun. Bagi pejabat eselon dua ke atas atau kasus-kasus khusus lainnya, bisa mencapai 69 tahun (Anwar, 2006). Pensiun seringkali dianggap sebagai kenyataan yang tidak menyenangkan. Masa pensiuna adalah masa dimana seseorang berhenti bekerja dan berhenti mendapatkan penghasilan dari pekerjaan yang bisa ditekuni (Senduk, 2000).



RUMUSAN MASALAH

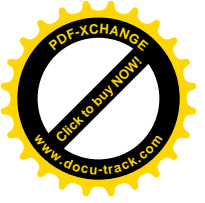
Berdasarkan latar belakanag masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian sebagai berikut “ Bagaimanakah Gambaran Stress dan Koping Lansia Dalam Menjalani Masa Pensiun di Kelurahan Tegal rejo Kecamatan Tegal rejo Yogyakarta?”

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan penelitian deskriptif fenomenologi yaitu strategi penelitian yang berusaha memahami arti peristiwa dan kaitannya pada situasi tertentu (Dempsey & Dempsey, 2002). Dan pada penelitian ini ingin mengetahui Gambaran stress dan Koping Lansia dalam Menjalani Masa Pensiun di Kelurahan TegalRejo Kecamatan TegalRejo Yogyakarta.

Partisipan pada penelitian ini adalah lansia yang sudah pensiun. Alasan pemilihan lansia sebagai sampel karena lansia mengetahui dan mengalami stress dan strategi koping yang dilakukan selama masa pensiun dan berdasarkan pertimbangan bahwa penelitian kualitatif dilakukan secara *purposive* yaitu secara sengaja dengan menemukan partisipan yang relevan atas dasar kapasitas yang dimiliki dalam memberikan penjelasan yang relatif terperinci dan komprehensif.

Peneliti mulai melakukan penelitian dan bertemu langsung dengan partisipan yang bersedia untuk di wawancara, setelah partisipan bersedia menjadi partisipan peneliti, peneliti melakukan kontrak waktu dengan partisipan untuk melakukan wawancara mendalam (*indepth interview*),guna mendapatkan jawaban yang murni tanpa termanipulasi dari masing – masing partisipan. Sebelum wawancara dilakukan peneliti melakukan pendekatan terhadap partisipan agar tidak terjadi

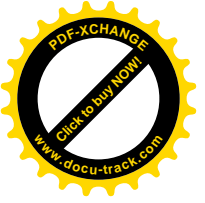


kekakuan saat berkomunikasi. Untuk memperoleh jawaban yang obyektif, wawancara perlu dilakukan dalam keadaan santai dan tenang. Setelah semua yang dibutuhkan siap, baru peneliti mulai mengumpulkan data – data yang hendak dikaji dari partisipan.

Pada penelitian ini cara pengumpulan data dilakukan dengan wawancara mendalam (*indepth interview*). Wawancara mendalam dikerjakan dengan menggunakan pedoman semi sturuktur untuk membantu peneliti mengingat data apa saja yang hendak digali dari partisipan. Pedoman ini juga berfungsi untuk membatasi dan mengkategorikan hal – hal yang hendak diteliti.

Pada penelitian ini, peneliti sendiri yang menjadi alat utama untuk pengumpulan data. Alat bantu yang digunakan dalam pengumpulan data adalah alat perekam yaitu MP3. Peneliti juga menggunakan kertas dan pena untuk catatan lapangan. Semua alat ini digunakan ketika melakukan wawancara mendalam.

Untuk mengetahui keabsahan data maka perlu dilakukan triangulasi yaitu teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain, di luar data untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap suatu data (Moleong, 2004). Triangulasi yang akan digunakan peneliti ini menggunakan triangulasi Metode. Penelitian ini menggunakan metode yaitu wawancara mendalam. Data yang dihasilkan kemudian dianalisis. Tema-tema yang didapat di *review* oleh *reviewer* dalam hal ini adalah pembimbing.



HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Partisipan

karaterisitik	P1	P2	P3	P4
Umur	56 tahun	58 tahun	57 tahun	58 tahun
Pekerjaan	PNS	PNS	PNS	PNS
Lama Pensiun	1 tahun	3 tahun	1 tahun	3 tahun
Golongan	Eselon III	IIIA	-	IIIB
Agama	Islam	Islam	Islam	Islam

2. Analisis Tema

Setelah melakukan analisis data menggunakan metode fenomenologi yang dikembangkan oleh Colaizzi (1978, dalam Holloway &Wheeler, 1996), peneliti mengidentifikasi enam tema sebagai hasil penelitian ini. Tema – tema tersebut akan diuraikan berdasarkan tujuan penelitian.

a. Tujuan pertama : Mengetahui gambaran stress pada lansia yang pensiun

Tema 1 : Sumber stress pensiun

Tema ini dibentuk dari dua subtema yaitu eksternal dan internal. Sub tema dari eksternal dibentuk dari 3 kategori yaitu kebijakan pemerintahan, perubahan dalam bersosialisasi, dan dukungan sosial kurang. Sedangkan sub tema internal dibentuk dari lima kategori yaitu tuntutan keluarga, perubahan rutinitas, perubahan dalam diri sendiri, kemandirian, dan perubahan fisik menurun.



Tujuan Kedua : Mengetahui Strategi Koping Lansia Dalam Menjalani Masa Pensiun

Tema 2 : berfokus pada penyelesaian masalah dan pengaturan emosi

Strategi koping ini dibentuk dari dua sub tema yaitu penyelesaian dari masalah dan pengaturan emosi. Strategi koping yang berfokus pada penyelesaian masalah dibentuk dari empat kategori yaitu : aktivitas pensiun, perubahan dalam kehidupan, antisipasi keluarga, dukungan keluarga. Sedangkan strategi koping yang lain berfokus pada pengaturan emosi terdiri dari dua kategori yaitu : dukungan keluarga, dan aktivitas pensiun.

Tujuan Ketiga : Harapan lansia pensiunan

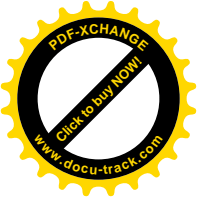
Harapan lansia terhadap para pensiunan didapatkan tiga tema yaitu : adanya wadah untuk penyaluran hobi, fasilitas untuk kegiatan lansia, dan kebijakan pemerintah mengenai pensiunan. Masing – Masing Tema akan diuraikan sebagai berikut :

Tema 3 : adanya wadah untuk penyaluran hobi

Adanya suatu wadah untuk penyaluran hobi dibentuk dari kategori penyaluran hobi. Partisipan menginginkan adanya suatu wadah dalam menuangkan kretivitas atau hobinya tersebut.

Tema 4 : Fasilitas untuk kegiatan lansia

Fasilitas untuk kegiatan lansia dibentuk dari dua kategori yaitu : fasilitas tempat membaca, dan adanya kegiatan diskusi.



Tema 5 : Kebijakan Pemerintah Mengenai Pensiun

Kebijakan pemerintah mengenai pensiun ini dibentuk dalam kategori penambahan batasan usia pensiun. Kebijakan ini lebih mengharapkan kepada pemerintah untuk lebih memperhatikan para pensiunan.

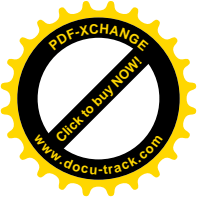
PEMBAHASAN

1. Stress yang dialami pensiunan

Tema 1 : sumber stress pensiunan

Sumber stress dibagi dalam dua sub tema eksternal dan internal sumber stress yang dialami pensiunan secara eksternal karena kebijakan pemerintah berupa pendapatan yang tidak mencukupi, perubahan dalam bersosialisasi seperti tidak ada teman lagi, dan malu dalam bersosialisasi. Menurut Turner dan Helms (1982) dalam Wijana (2002) Hilangnya kelompok referensi yang bisa mempengaruhi *self image*. Biasanya seseorang menjadi anggota dari suatu kelompok bisnis tertentu ketika dia masih aktif bekerja. Tetapi ketika dia menjadi pensiun, secara langsung keanggotaan pada suatu kelompok akan hilang. Hal ini akan mempengaruhi seseorang untuk kembali menilai dirinya lagi. Sumber stress pada pensiunan juga terlihat pada dukungan sosial yang kurang seperti keluarga saya jauh mba. Ini dapat menjadi bukti perlunya dukungan sosial bagi para lansia yang pensiunan

Sumber stress secara internal yang dilakukan partisipan adalah adanya suatu tuntutan dari keluarga seperti anak yang masih butuh biayaya, menurut Turner dan Helms (1982) dalam Wijana (2002) Masalah Keuangan Pendapat keluarga akan menurun drastis, hal ini akan mempengaruhi kegiatan rumah tangga.

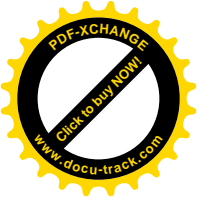


Masa ini akan lebih sulit jika masih ada anak-anak yang harus dibiayai. Hal ini menimbulkan stress tersendiri bagi seorang suami karena merasa bahwa perannya sebagai kepala keluarga tertantang. Perubahan rutinitas seperti tidak mempunyai usaha sampingan atau juga tidak mempunyai kegiatan yang dilakukan. Perubahan yang mencolok antara masa sebelum pensiun dan masa setelah pensiun adalah aktivitas.

2. Strategi Koping dalam mengatasi stress pada lansia pensiun

Tema 2 : berfokus pada penyelesaian masalah dan berfokus pada pengaturan emosi

Koping tersebut adalah merupakan respon individu terhadap situasi yang mengancam dirinya baik fisik maupun psikologik (Rasmun, 2004). Strategi koping lansia dibagi menjadi dua yaitu penyelesaian masalah dan pengaturan emosi. Strategi koping dalam penyelesaian masalah yang dilakukan oleh partisipan antara lain aktivitas pensiun seperti saya berkebudun untuk mengisi waktu luang, partisipan menggunakan strategi koping dengan melakukan aktivitas ketika sudah pensiun karena partisipan sudah mempersiapkan investasi sebelum tiba waktu pensiun jadi ketika sudah pensiun maka sudah mempunyai kegiatan yang akan mengisi waktu luangnya. Antisipasi keluarga seperti mempunyai tabungan untuk kebutuhan yang tidak terduga sebelumnya, dan menyisihkan sebagian uang gaji untuk investasi jangka panjang karena kita tidak tau setelah pensiun kehidupan macam apa yang akan kita hadapi, sehingga disini sangat diperlukan sekali peran keluarga dalam



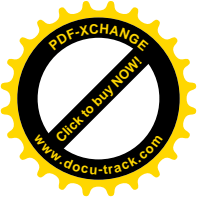
mendukung lansia agar tidak stres dalam pensiun dan seperti keluarga saya sangat membantu untuk menghilangkan stress.

Strategi koping yang berfokus pada pengaturan emosi Menurut Lazarus dan Folkman, 1984 (dalam Rasmun, 2004) adalah dimana individu melibatkan usaha-usaha untuk mengatur emosinya dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang penuh tekanan. Dalam hal dukungan keluarga koping yang dilakukan oleh partisipan seperti saya dan suami berkunjung ketempat anak saya hanya untuk sekedar cerita dan suami yang selalu menghibur adalah bentuk penyelesaian koping yang baik dalam penyesuaian diri tetapi koping ini bukan untuk penyelesaian suatu masalah, sama halnya dengan aktivitas pensiun dengan saya menonton TV atau saya jalan – jalan ke pasar bukanlah solusi terbaik ketika ada suatu masalah, tetapi penyelesaian masalah yang dilakukan hanya sementara tetapi ketika bosan sudah ada maka stressor akan berbeda.

3. Harapan Lansia Terhadap Masa Pensiun

Tema 3 : Adanya wadah untuk menyalurkan hobi

Partisipan mengharapkan adanya suatu penyaluran hobi seperti saya suka menjahit jadi ada tempat untuk menyalurkannya dan ada yang senang berkebun disediakan lahan untuk berkebun hal ini akan membuat para pensiunan merasa senang dan merasa dirinya berharga.



Tema 4 : Fasilitas Untuk kegiatan lansia

Fasilitas tempat membaca seperti adanya tempat bacaan bagi para pensiunan dan didirikannya taman lansia di mana semua lansia dapat berkumpul dalam tempat tersebut, dan diadakanya forum diskusi dalam hal ini agar saling mempereratkannya antar lansia yang pensiun.

Tema 5: kebijakan pemerintah

Kebijakan pemerintah mengenai penambahan batasan usia pensiun seterti janganlah umur pensiun 55 tahun dan apabila bisa umur 65 tahun. Sesuai dengan undang – undang yang telah ada di negara Indonesia.yang diatur oleh badan kepegawaian daerah.

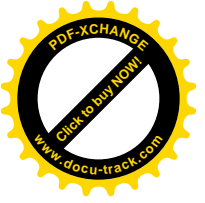
KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan uraian pembahasan pada bagian sebelumnya dapat disimpulkan tentang gambaran stress dan coping lansia yang pensiun.

a. Diketuainya stress pada lansia pensiun

Tema : Sumber Stress

Terdapat dua subtema yaitu eksternal dan internal. Eksternal terdiri dari beberapa kategori yaitu: kebijakan pemerintah, kurang bersosialisasi, dukungan sosial yang berkurang. Sedangkan subtema internal terdiri dari beberapa kategori yaitu : tuntutan keluarga, perubahan rutinitas, dan penurunan fisik.



b. Diketahui strategi koping lansia dalam mengatasi pensiun

Terdapat dua subtema yaitu koping penyelesaian masalah yang terdiri dari empat kategori yaitu : kegiatan pensiun, perubahan keadaan sehari – hari, antisipasi keluarga, dan dukungan keluarga. Sedangkan pada koping pengaturan emosi terdiri dari dua yaitu : dukungan keluarga, dan aktivitas pensiun.

3. Harapan lansia terhadap masa pensiun

Tema : Adanya wadah untuk menyalurkan hobi

Yang terdiri dari satu kategori yaitu penyaluran hobi

Tema : Fasilitas untuk kegiatan lansia

Yang terdiri dari tiga kategori yaitu fasilitas tempat membaca, adanya kegiatan diskusi, dan tempat perkumpulan

Tema : kebijakan pemerintah mengenai pensun

Yang terdiri dari dua kategori yaitu penambahan batasan usia, dan diadakannya pendidikan dan pelatihan

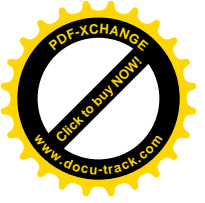
SARAN

1. Bagi pensiunan

Agar lebih memahami stressor yang muncul saat pesiun tiba sehingga dapat menggunakan strategi koping yang lebih tepat

2. Bagi Pemerintah

Diharapkan bagi pemerintah terutama badan kepegawaian daerah agar lebih memperhatikan lagi pensiunan PNS terutama masalah umur pensiun yaitu 65 tahun dan pesangon pensiun yang disesuaikan dengan tanggungan keluarga

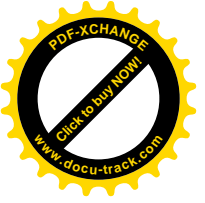


3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya agar lebih mengasah kemampuan untuk melakukan wawancara mendalam sehingga kepadatan data hasil wawancara dapat lebih tereksplor dan uji instrumen harus lebih dari satu kali



STIKES
Aisyiyah
YOGYAKARTA



DAFTAR PUSTAKA

Anwar, A, 2003, *Pensiun* dalam [Http : //agustinanwar.multiply.com/journal/item/42](http://agustinanwar.multiply.com/journal/item/42)

Diakses tanggal 31 januari 2009 Jam 09.00 WIB.

Agustina, 2003, *penyesuaian diri saat pensiun*, journal psikologi. Vol 2-3.F.Psi UGM.

Yogyakarta.

Badan Pusat Statistik, 2000, *Jumlah Penduduk Lansia*, Jakarta : BPS

BKKBN, 1999, *Lanjut usia*, Jakarta: BKKBN

Depsos, 1999, *lanjut Usia*, Jakarta: Departemen Sosial

Depsos, 2007, *Penduduk Lanjut Usia di Indonesia dan Masalah Kesejahteraan*. Jakarta :

Departemen Sosial

Depkes, 1985, *Pedoman Penggolongan dan Diagnosis Gangguan Jiwa di Indonesia*,

Edisi II. Direktorat Kesehatan Jiwa.

Dempsey & Dempsey, 2002, *Riset Keperawatan*, Alih Bahasa : Palupi, EGC, Jakarta.

Djaiman, 2000, *Psikologi tentang penyesuaian dan hubungan kemanusiaan*, jakarta :

Erlangga

Dona,R.C,1998, *Qualitatif Research in Nursing*.,ed.baltimore : New York

Hawari, Dadang, 2006, *Manajemen Stress, Cemas, dan Depresi*, FKUI : Jakarta

Husein, 2001, *Pengelolaan Stress*, EGC : Jakarta.

Irawan, 2006, *Gambaran Stress dan Strategi Koping Stress Dalam Menghadapi Masa*

Pensiun : Fakultas Psikologi, UGM,Yogyakarta.

Joseph. J. Gallo, 2001, *Adult Development and Aging*, New York : MC Graw Hill

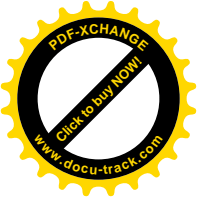
Companies

Kartono, 1999, *Psikologi Sosial*, Jakarta : PT Raja Grafindo.



- Korompis, 2002, *Proses Penuaan*. Journal Psikologi Perkembangan. Vol 1-2, 9-101
- Kristiyanti, 2001, *Penyesuaian Diri Pembantu Rumah Tangga Wanita Ditinjau Dari Persepsi Terhadap Efektifitas Komunikasi dengan Majikan dan Rasa Aman*. *Psikodemensia*. Kajian Ilmu Psikologi. Vol 1-2, 96 – 103
- Monks. 2000. *Learning to change : As Self Management Approach to Adjustment*. New York : MC Grow Hill Companies.
- Moleong. 2007. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Remaja Rosadakarya : Bandung.
- National Safety Council. 2004. *Manajemen Stress*. EGC : Jakarta.
- Poewandari, K., 2005. *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Prilaku Manusia*. Perfecta LPSP3 : Jakarta.
- Ratna Suhartini. 2002. *Hubungan Antara Kecemasan dengan Masa Pensiun di Perusahaan Telekomunikasi Surabaya*. Skripsi. Tidak diterbitkan. Yogyakarta : Fakultas Psikologi UGM.
- Reskprodjo. 1999. *Penyesuaian Diri Lanjut*, Dalam <http://www.psikologi.com/remaja.htm>, diakses tanggal 7 April 2009 Jam 13.00 WIB.
- Rasmun. (2004). *Stress, Koping, dan Adaptasi*. Sagung Seto : Jakarta.
- Salim dan Salim. 2002. *Pensiun*, dalam <http://www.pensiun.com>, Diakses tanggal 7 April 2009.
- Santrock, John, W. 2000. *Life Span Development*. Seven Edition. New York : Mc Graw Hill Companies.
- Sastra Djamika dan Marsono, 2008. *Tata Cara Pensiun dan Prosedurnya*. BKN : Jakarta.





Senduk, S.,2000. Pentingnya menabung untuk pensiun dalam

<http://www.perencanaankeuangan.com/files/PentingnyaMenabungUntukPensiun>

diakses tanggal 9 November 2008 jam 19.00 WIB.

Siswanto, 2007. *Stress*. EGC : Jakarta.

Sulistiyorini. 2002. *Psikologi Sosial*. Jakarta : Bumi Aksara

Papalia D.E, Olds, S.W dan Feldman Rd. 2001. *Human Development*. New York : McGraw Hill Companies.

Wahid. 2007. *Gambaran Keberfungsian Keluarga dengan Kebermaknaan Hidup pada Pensiun Tentara Polisi*. Skripsi. Tidak Diterbitkan. Yogyakarta : Universitas Islam Indonesia.

Wirakartakusumah. 2000. *Angka Kesakitan dan Kematian di Indonesia*. Journal Medika. Vol II No.3. UGM Yogyakarta.

Wijana. 2002. *Undang – undang Nomor 11 Tahun 1969 tentang Pensiun Pegawai dan Janda/ Duda Pegawai*. BKN : Jakarta.

Zainuddin. 2002. *Perkembangan Psikologi Lansia*. Journal Psikologi. Vol 2. 45 – 56, UGM Yogyakarta.



ASTIKES
Aisyiyah
YOGYAKARTA