



LITERATURE REVIEW: DUKUNGAN SOSIAL MENGHADAPI MASA PENSIUN

¹Irwan Novendra, ²Rina Puspitasari, ³Lastri Mei Winarni

STIKes Yatsi Tangerang

irwannopendra@gmail.com

Abstrak

Masa pensiun merupakan masa dimana individu berhenti bekerja karena batas usia yang ditetapkan oleh organisasi. Saat memasuki masa pensiun kegiatan rutin, rekan kerja dan pendapatan akan hilang. Dukungan sosial dibutuhkan individu dalam menghadapi masa pensiun. Tujuan *literatur review* adalah untuk mereview dan mensintesis artikel tentang dukungan sosial dalam menghadapi masa pensiun pada pegawai negeri sipil. *Framework* yang digunakan adalah PICOS. Pencarian artikel selama Juli 2020 menggunakan tiga *database* yaitu *google scholar*, *Pubmed* dan Portal Garuda untuk artikel dengan desain *cross sectional* didapatkan 218 artikel. Berdasarkan hasil pencarian dari 218 artikel kemudian dilakukan penyaringan yang digambarkan menggunakan format PRISMA digunakan untuk melihat duplikasi, kelayakan judul, abstrak, full-text dan kriteria inklusi-eksklusi dalam menilai artikel. Hasil penyaringan menemukan 7 artikel yang masuk kriteria inklusi dimana ketujuh artikel menyatakan ada hubungan dukungan sosial terhadap pegawai negeri sipil yang akan menjalani masa pensiun dimana individu merasa berarti secara emosional dengan adanya komunitas atau lingkungan yang mendukung.

Kata kunci: Dukungan Sosial, Pegawai Negeri Sipil, Pensiun

Pendahuluan

Manusia dalam kehidupannya akan selalu menghadapi peristiwa-peristiwa yang mencerminkan adanya proses transisi. Hal ini tidak jauh berbeda dengan masa pubertas yang merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa remaja, begitu

juga dengan masa dewasa ke masa dewasa tengah yang juga merupakan suatu masa transisi. Bagi individu yang berada dalam usia setengah baya atau yang disebut juga dewasa madya, transisi dapat diartikan sebagai penyesuaian diri terhadap suatu perubahan, baik perubahan fisik, perubahan



mental, perubahan minat maupun perubahan sosial (Rubani, 2018)

Perubahan yang terjadi tidak hanya secara fisik, perubahan secara status sosial pun dapat terjadi. Seiring berjalannya waktu, individu akan menghadapi kenyataan bahwa tidak selamanya ia dapat bekerja. Suatu hari akan tiba saatnya untuk berhenti dari pekerjaan tersebut. Terlebih lagi, bila umurnya telah memasuki usia lanjut dan kapasitasnya dianggap tidak memenuhi standar yang telah ditetapkan. Menurut Hurlock dalam (Sasongko & Nurtjahjanti, 2017) proses pelepasan jabatan atau pekerjaan tersebut dinamakan pensiun.

Masa pensiun yang dimaksud adalah masa pensiun wajib, dimana individu terpaksa berhenti dari pekerjaan karena organisasi tempat individu bekerja menetapkan usia tertentu sebagai batas usia seseorang untuk berhenti bekerja tanpa pertimbangan individu tersebut suka atau tidak. Ketika pensiun ada tiga hal yang hilang yaitu, pertama kegiatan rutin yang biasa dilakukan seperti berangkat kerja pada pagi hari dan pulang saat sore atau malam hari. Namun, kegiatan tersebut berubah dan cenderung memiliki banyak waktu luang karena telah memasuki masa pensiun. Kedua adalah hilangnya rekan

kerja, mulai dari atasan maupun bawahan. Individu yang memasuki pensiun akan kehilangan waktu berinteraksi dengan rekan kerja seperti saat masih bekerja dulu. Ketiga adalah hilangnya atau berkurangnya pendapatan dan status yang didapatkan saat masih bekerja (Sasongko & Nurtjahjanti, 2017).

Menurut Kim dan Moen dalam (Papalia et al., 2019) ada beberapa faktor yang mempengaruhi pegawai dalam menghadapi masa pensiun, yaitu: sumber daya pribadi, sumber daya ekonomi dan sumber daya dukungan sosial. Untuk sumber daya pribadi seperti status kesehatan, sosial ekonomi maupun kepribadian pegawai. Sedangkan sumber daya ekonomi, dimana pegawai yang sudah memiliki pemasukan secara finansial diluar gaji sebagai pegawai, secara ekonomi tidak akan terganggu bila pensiun. Untuk sumber daya dukungan sosial terdiri dari dukungan keluarga dan teman terdekat yang dapat membantu individu agar tetap semangat dan mampu menghadapi kenyataan yang sedang terjadi.

Melihat beberapa faktor diatas, dukungan sosial adalah hal yang penting diberikan terhadap individu yang akan menghadapi masa pensiun terutama dari orang-orang terdekat sehingga dapat



menerima masa pensiun dan melakukan persiapan dengan matang. Selain itu dukungan sosial yang efektif dapat mengatasi tekanan psikologis pada masa-masa yang berat dan sulit. Dengan kata lain dukungan sosial dapat membantu seseorang yang sedang tertekan sehingga mampu menerima kenyataan yang ada dan mampu melewatinya (Taylor, S E., Peplau, L A., & Sears, 2009).

Beberapa penelitian telah dilakukan terkait dukungan sosial dalam menghadapi pensiun yang dilakukan oleh Zain, (2020) dengan hasil adanya hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada PNS yang akan menjelang pensiun dengan nilai $p < 0,000$. Didukung hasil penelitian Biya et al., (2016) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada pegawai yang pensiun. Didukung juga hasil penelitian Syafitri, (2018) yang menyatakan pengaruh antara dukungan sosial keluarga terhadap tingkat kecemasan menjelang pensiun.

Berdasarkan teori dan penelitian-penelitian yang telah dipaparkan diatas, maka penulis ingin mengetahui bagaimana dukungan sosial dapat membantu individu menghadapi masa pensiun. Oleh karena itu penting untuk dilakukan *review* mendalam tentang “dukungan sosial dalam menghadapi masa pensiun”.

Metode

Strategi pencarian artikel dilakukan terhadap hasil atau rangkuman penelitian dukungan sosial menghadapi masa pensiun pada PNS. Pencarian menggunakan tiga *database* yaitu *google scholar*, *Pubmed* dan Portal Garuda selama Juli 2020 dengan kata kunci artikel berbahasa Indonesia ‘dukungan sosial’ AND ‘Pegawai Negeri Sipil’ AND ‘pensiun’. Sedangkan untuk artikel Bahasa Inggris ‘*social support*’ AND ‘*Government Employees*’ AND ‘*Pension*’ OR ‘*Retirement*’. Kriteria inklusi menggunakan format PICOS, seperti tabel berikut ini.

Tabel 1. Format PICOS dalam Literature Review

| Kriteria | Inklusi | Eksklusi |
|---------------------|-----------------------------|--|
| <i>Population</i> | Pegawai Negeri Sipil (PNS) | Selain Pegawai Negeri Sipil (seperti: karyawan, pegawai swasta, dan lain-lain) |
| <i>Intervention</i> | Dukungan sosial | Selain dukungan sosial |
| <i>Comparators</i> | - | - |
| <i>Outcomes</i> | Kesiapan menghadapi pensiun | Selain kesiapan menghadapi pensiun |

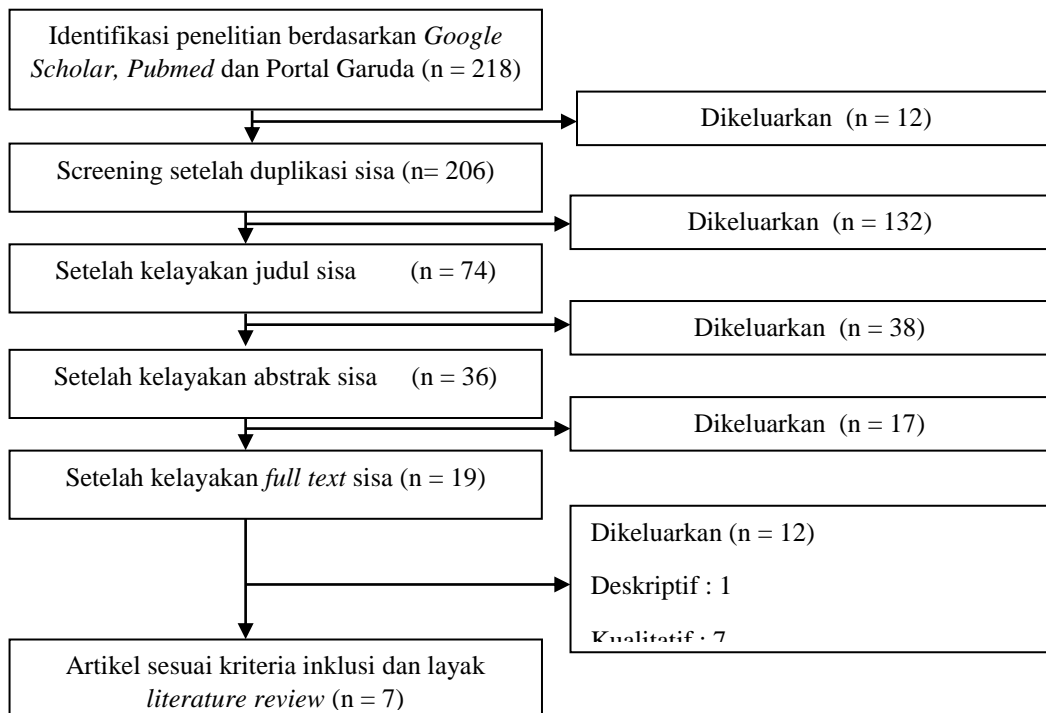


| Kriteria | Inklusi | Eksklusi |
|--------------------------|-------------------------------------|---|
| <i>Study Design</i> | <i>Cross sectional</i> | (seperti: kualitas hidup) Eksperimen, quasi eksperimen, kohort, deskriptif, penelitian kualitatif, <i>mix method</i> , <i>systematic review</i> , <i>literature review</i> |
| <i>Publication Years</i> | Tahun 2016-2020 | Sebelum tahun 2016 |
| <i>Language</i> | Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris | Selain Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris |

Sumber: Nursalam, 2020

Berdasarkan hasil pencarian di tiga *database google scholar, Pubmed* dan Portal Garuda penulis mendapatkan 218 artikel dengan kata kunci dan *Boolean* yang sudah ditentukan. Sebanyak 218 Artikel diperiksa artikel yang sama atau duplikasi didapatkan 12 artikel dan tersisa 206 artikel. Tahap selanjutnya 206 artikel dilakukan *screening* dikeluarkan berdasarkan kelayakan judul sebanyak 132

artikel, kelayakan abstrak 38 artikel dan kelayakan *full text* sebanyak 17 artikel sehingga tersisa 19 artikel. Selanjutnya 19 artikel dilakukan kelayakan kriteria inklusi dan eksklusi didapatkan artikel dengan penelitian deskriptif 1, kualitatif 7, kohort 3, *systematic review* 1 dan tersisa 7 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi. Tergambarkan dalam diagram dibawah ini.



Gambar 1. PRISMA Flow Chart



Hasil

Tabel 2. Ekstraksi Artikel

| No | Peneliti | Sampel | Judul | Sumber | Hasil/Kesimpulan |
|----|---|------------------------------|--|---|---|
| 1. | Amalia Zain | Sampel sebanyak 41 responden | Hubungan antara dukungan sosial dan rasa syukur dengan <i>psychological well-being</i> pada PNS menjelang masa pensiun | Jurnal Psikologi Islam, 8(1), 1–8. https://doi.org/10.18860/psi.v0i1.1546 Zain, A. (2020). | Hasil analisis menunjukkan ada hubungan antara variabel bebas (dukungan sosial dan rasa syukur) dengan variabel terikat (<i>psychological well-being</i>) pada PNS yang akan menjelang pensiun dengan nilai $p = 0,000$. |
| 2. | Baiq Eva Sunantari | Sampel sebanyak 40 responden | Pengaruh program purna karya, dukungan sosial dan kepribadian terhadap stres kerja pegawai pra purna karya pada Dinas Pekerjaan Umum, Perumahan, dan Kawasan Permukiman Kabupaten Sleman | Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi, 1(3), 7–15. https://doi.org/10.35790/ebm.3.1.2015.6619 . Sunantari, B. E. (2020). | Berdasarkan hasil uji parsial untuk variabel program purna kerja dan kepribadian tidak berpengaruh terhadap stres kerja secara signifikan dengan nilai p masing-masing secara berurutan sebesar 0,948 dan 0,605. Sedangkan untuk variabel dukungan sosial berpengaruh terhadap stres kerja dengan nilai $p = 0,013 < 0,05$. Didapatkan nilai hasil uji simultan (bersama-sama) antara variabel program purna kerja, dukungan sosial dan kepribadian sebesar 0,020 yang berarti ada pengaruh terhadap variabel stres kerja. |
| 3. | Ni Putu Novi Cintya Suandari dan I Ketut Andika Priastana | Sampel sebanyak 39 responden | Hubungan dukungan sosial sebaya dengan kecemasan lansia pensiunan PNS yang mengalami <i>retirement syndrome</i> | Jurnal Medika Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar, 11(01), 7–13. e-issn : 2622-0148, p-issn : 2087-0035. Suandari, N. P. N. C., & Priastana, I. K. A. (2020). | Hasil analisa statistik didapatkan nilai $r = 0,412$ dan $p = 0,009$ yang berarti ada hubungan antara variabel dukungan sosial sebaya dengan variabel kecemasan lansia. Dalam penelitian ini lansia yang mengalami <i>retirement syndrome</i> kategori kecemasan sedang mendapatkan dukungan sosial dari teman sebaya. |



| No | Peneliti | Sampel | Judul | Sumber | Hasil/Kesimpulan |
|----|---|---------------------------------|--|--|---|
| 4. | Niken Yuni Pratiwi | Sampel sebanyak 100 responden. | Hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi pensiun | Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, 4(1), 1–14. https://doi.org/https://doi.org/10.2146/jpsi.7019 Pratiwi, N. Y. (2018). | Hasil uji analisis didapatkan nilai koefisien korelasi $r = -0,416$ dan $p = 0,000$ yang berarti semakin tinggi dukungan sosial maka kecemasan akan semakin rendah. Dukungan sosial secara efektif menyumbang 21% dalam menurunkan kecemasan masih terdapat 79% faktor lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini. |
| 5. | Peni Dwilestari dan Ratna Syfia'a Rachmahana | Sampel sebanyak 88 responden. | Hubungan antara dukungan sosial dan kecemasan menghadapi masa pensiun pada anggota Polri di Samarinda | Buletin Perpustakaan Universitas Islam Indonesia, 2(2), 1–18. ISSN : 0853-1544. Dwilestari, P., & Rachmahana, R. S. (2018). | Secara analisa statistik didapatkan nilai $r = -0,541$ dengan $p = 0,000$ yang berarti ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi pensiun anggota polri. Berdasarkan hasil uji korelasi dukungan sosial menyumbang 29,2% dalam menurunkan tingkat kecemasan anggota polri dalam menghadapi pensiun. |
| 6. | Putu Diana Wulandari dan Made Diah Lestari | Sampel sebanyak 88 responden | Pengaruh penerimaan diri pada kondisi pensiun dan dukungan sosial terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun pada Pegawai Negeri Sipil di Kabupaten Badung | Jurnal Psikologi Udayana, 1(1), 87–99. ISSN: 2354 5607. Wulandari, P. D., & Lestari, M. D. (2020). | Penelitian menggunakan uji regresi berganda didapatkan nilai p untuk penerimaan diri 0,003 dan dukungan sosial 0,874 yang berarti untuk variabel penerimaan diri berpengaruh terhadap kecemasan menghadapi pensiun sedangkan dukungan sosial tidak berpengaruh terhadap kecemasan menghadapi pensiun. |
| 7. | Chanaka Wijeratne, Joanne K Earl, Carmelle Peisah, Georgina M Luscombe and Johanna Tibbertsma | Sampel sebanyak 1049 responden. | <i>Professional and psychosocial factors affecting the intention to retire of Australian medical practitioners</i> | MJA, 206(5), 209–214. https://doi.org/10.5694/mja16.008 83. Wijeratne, C., Earl, J. K., Peisah, C., Luscombe, G. M., & Tibbertsma, J. (2017). | Hasil penelitian didapatkan sebanyak 62% dari 1048 responden berkeinginan untuk pensiun. Peluang pensiun lebih tinggi bagi mereka dengan dukungan sosial dan finansial yang memadai dan kecemasan yang lebih besar tentang penuaan. Berkurangnya peluang pensiun bagi praktisi seorang psikiater atau dokter umum. Kemungkinan pensiun lebih rendah untuk lulusan medis |



| No | Peneliti | Sampel | Judul | Sumber | Hasil/Kesimpulan |
|----|----------|--------|-------|--------|---|
| | | | | | internasional, yang memiliki sentralitas kerja dan dukungan emosional yang lebih besar. |

Pembahasan

Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan kepedulian dari orang terdekat dapat berbentuk perhatian, bantuan, emosi, informasi maupun penilaian kepada individu menjelang masa pension (Zain, 2020). Sesuai dengan penelitian Eva Sunantari, (2020) dituliskan bahwa dukungan sosial diartikan sebagai hubungan yang bersifat menolong dan bagi yang menerimanya ada nilai khusus. Sedangkan penelitian Suandari & Priastana, (2020) menyatakan bahwa dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya akan memberikan rasa percaya diri, adanya teman-teman yang mendampingi, dapat ikut dalam kegiatan organisasi dan saling menghargai.

Dukungan sosial berdasarkan teori Sarafino & Smith, (2014) diartikan sebagai rasa nyaman, perhatian dan pertolongan atau bantuan yang diterima dari orang lain. Menurut Sarafino & Smith, (2014) terdapat lima bagian dalam dukungan sosial yaitu 1) Secara emosional, dalam bentuk perhatian, empati dan kepedulian. 2) Bentuk

penghargaan, dalam bentuk penilaian yang positif, ungkapan, semangat dan dorongan untuk maju. 3) Bentuk instrumen, memberikan pekerjaan atau pinjaman uang secara langsung.

Berdasarkan hasil data yang didapatkan penulis dari *literature review* dan teori dapat dikatakan dukungan sosial merupakan bentuk kepedulian yang diberikan kepada individu yang sedang menghadapi suatu permasalahan baik transisi dalam kehidupan maupun masalah lainnya. Bentuk dukungan yang diberikan dapat berupa kepedulian (emosional), kata-kata penyemangat (penghargaan), keuangan (instrumen), saran (informasi) maupun komunitas (jaringan sosial). Sebagai makhluk sosial manusia secara kodratnya tidak dapat hidup sendiri, manusia membutuhkan orang lain dalam hidupnya baik sebagai pasangan, teman bermain atau sebaya maupun teman dalam hubungan pekerjaan. Dukungan sosial penting diberikan kepada sesama makhluk hidup sebagai bentuk hubungan timbal balik.

Pensiun

Pensiun menurut Kimmel dalam (Zain, 2020) dikatakan sebagai suatu perubahan penting dalam perkembangan hidup manusia dengan adanya perubahan dalam kehidupan sosial. Sedangkan Agustina, (2012) menyatakan bahwa pensiun merupakan suatu kondisi dimana seseorang sudah tidak bekerja lagi dikarenakan faktor usia dan harus diberhentikan yang akan mempengaruhi aktivitasnya di lingkungan sosial. Menurut Kim dan Moen dalam (Papalia et al., 2019) ada ada beberapa faktor yang mempengaruhi pegawai dalam menghadapi masa pensiun, yaitu: sumber daya pribadi, sumber daya ekonomi dan sumber daya dukungan sosial.

Secara teori ada beberapa fase pensiun yang akan dihadapi individu menurut Atchly dalam (Zain, 2020) yaitu: 1) Fase *remote*, dimana individu yang akan memasuki masa pensiun terlihat tidak melakukan persiapan dan terlihat melakukan penolakan disaat menjelang masa pensiun; 2) Fase *near*, individu sudah mulai mengikuti program persiapan menjelang pensiun; 3) Fase *honeymoon*, individu sudah memasuki masa pensiun dan menikmati waktu luangnya yang mengisinya dengan *hobby*; 4) Fase

disenchantment, dialami oleh individu yang tidak mempersiapkan masa pensiunnya sehingga setelah fase *honeymoon* terlewati akan timbul fase bosan yang akan mengakibatkan depresi; 5) Fase *reorientation*, dimana individu mulai melakukan penyesuaian dengan kehidupan baru; 6) Fase *stability*, individu mulai melakukan rutinitas baru; 7) Fase *termination*, ditandai dengan fisik yang lemah dan tahap stabilitas mulai berangsur-angsur lepas. 4) Secara informasi, berbentuk nasehat atau saran dalam memecahkan suatu permasalahan. 5) Jaringan sosial, berbentuk komunitas dimana individu menjadi bagian dari suatu kelompok. Sedangkan Myers dalam Pratiwi, (2018) menyatakan dukungan sosial dapat diberikan dalam bentuk empati, norma dan nilai sosial serta hubungan timbal balik (Pratiwi, 2018).

Berdasarkan hasil *literature review* penelitian Wulandari, (2020) bahwa dalam menghadapi masa pensiun seseorang mengalami kecemasan yang dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Penelitian Wijeratne et al., (2017) menyatakan bahwa faktor pendukung untuk perencanaan pensiun karena keterlibatan kerja dan kepuasan kerja. Sedangkan penelitian Suandari & Priastana, (2020)

menuliskan bahwa masa pensiun adalah akhir dari pola kehidupan individu yang bekerja atau disebut juga masa transisi yang berkaitan dengan berubahnya peran, nilai dan keseluruhan terhadap kehidupan sehari-hari.

Penulis berpendapat bahwa pensiun merupakan masa dimana seseorang mengakhiri perannya sebagai pekerja atau pencari nafkah atau PNS dengan diikuti oleh menurunnya fungsi atau kekuatan tubuh karena proses penuaan. Banyak hal yang berubah ketika seseorang memasuki masa pensiun dimana peran dan fungsi akan ikut berubah. Kesiapan mental dan persiapan dalam mengisi waktu disaat pensiun merupakan hal yang harus dipertimbangkan sejak seseorang akan menghadapi masa pensiun. PNS dapat mengikuti program persiapan masa pensiun yang sudah banyak tersedia di beberapa instansi pemerintahan agar kualitas hidup dimasa pensiun PNS menjadi lebih baik dalam hal menikmati masa pensiun.

Dukungan Sosial Dalam Menghadapi Masa Pensiun

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor penting yang dibutuhkan oleh PNS menjelang masa pensiun. hal ini terbukti dengan hasil penelitian Zain,

(2020) yang menunjukkan ada hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada PNS menjelang pensiun. Didukung penelitian Eva Sunantari, (2020) yang menyatakan bahwa PNS menjelang pensiun mendapatkan dukungan sosial yang tinggi maka stres yang dialami PNS akan menurun. Penelitian Suandari & Priastana, (2020) didapatkan ada hubungan antara dukungan sosial sebaya dan kecemasan. Sedangkan penelitian Pratiwi, (2018) didapatkan hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi pensiun.

Dukungan sosial menurut Zimet, Dahlem dan Farley dalam (Zain, 2020) menyatakan ada tiga dimensi dukungan sosial yaitu dukungan dari keluarga, teman dan orang istimewa. Keluarga, teman maupun orang terdekat dapat memberikan dukungan baik secara emosi, instrumen, maupun saran yang dibutuhkan oleh PNS dalam menghadapi masa pensiun. menurut Wade dan Travis dalam (Pratiwi, 2018) mengatakan bahwa seseorang yang mendapatkan dukungan sosial akan menjalani kehidupan lebih optimis baik kehidupan saat ini maupun dimasa yang akan datang.

Berdasarkan hasil *literature review* dan teori yang ditemukan penulis berasumsi bahwa dukungan sosial sangat dibutuhkan oleh PNS yang akan menjalani masa pensiun. Dimana individu tersebut akan merasa dihargai di akhir masa baktinya, merasa berarti secara emosional dan memiliki komunitas atau lingkungan yang dirasakan mendukung. Sedangkan secara instrumen, PNS yang akan menjelang masa pensiun dapat diberikan barang-barang yang dibutuhkan saat memasuki masa pensiun.

Kesimpulan

Dukungan sosial penting diberikan kepada sesama makhluk hidup sebagai bentuk hubungan timbal balik. Dukungan sosial yang diberikan dapat berupa kepedulian (emosional), kata-kata penyemangat (penghargaan), keuangan (instrumen), saran (informasi) maupun komunitas (jaringan sosial). Masa pensiun sering diikuti oleh perasaan cemas, stress, tidak berarti, post power syndrome, dan lain-lain yang mempengaruhi kualitas hidup pensiunan. Dukungan sosial sangat dibutuhkan oleh PNS yang akan menjalani masa pensiun dimana individu akan merasa berarti secara emosional dan memiliki komunitas atau lingkungan yang dirasakan

mendukung. Sedangkan dukungan sosial secara instrumen, PNS yang akan menjelang masa pensiun dapat diberikan barang-barang yang dibutuhkan saat memasuki masa pensiun sehingga merasa dihargai di akhir masa baktinya.

Daftar Pustaka

- Agustina, M. C. (2012). *Pensiun, stres dan bahagia*.
- Biya, C., Suarya, L., & Psi, S. (2016). *Hubungan dukungan sosial dan penyesuaian diri pada masa pensiun pejabat struktural di pemerintahan Provinsi Bali*. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(2), 354–362.
- Eva Sunantari, B. (2020). *Pengaruh Program Purna Karya, Dukungan Sosial Dan Kepribadian Terhadap Stres Kerja Pegawai Pra Purna Karya Pada Dinas Pekerjaan Umum, Perumahan, Dan Kawasan Permukiman Kabupaten Sleman*. Universitas Ahmad Dahlan.
- Nursalam, H. (2020). *Penulisan Literature Review Dan Systematic Review Pada Pendidikan Kesehatan (Contoh)*. Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2019). *Human Development (Psikologi Perkembangan): Bag I s/d IV*.
- Pratiwi, N. Y. (2018). *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

- Rubani, M. (2018). *Kondisi Psikologis Personil TNI-Ad Menghadapi Pensiun*. Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam, 1(2), 22–28.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Sasongko, C. P., & Nurtjahjanti, H. (2017). *Hubungan Antara Self Disclosure dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun pada Pegawai PT. PLN (Persero) Wilayah Semarang*. Jurnal Empati, 6(1), 54–60.
- Suandari, N. P. N. C., & Priastana, I. K. A. (2020). *Hubungan Dukungan Sosial Sebaya dengan Kecemasan Lansia Pensiunan Pns yang Mengalami Retirement Syndrome*. Media Keperawatan, 11(1), 7–13.
- Syafitri, A. (2018). *Pengaruh Tingkat Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Menjelang Pensiun Pada Karyawan Perusahaan X Di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik*. Psikosains (Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi), 10(1), 25–43.
- Taylor, S E., Peplau, L A., & Sears, D. O. (2009). *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*. Kencana Prenada Media Group.
- Wijeratne, C., Earl, J. K., Peisah, C., Luscombe, G. M., & Tibbertsma, J. (2017). *Professional and psychosocial factors affecting the intention to retire of Australian medical practitioners*. Medical Journal of Australia, 206(5), 209–214.
- Wulandari, P. D. (2020). *Pengaruh Penerimaan Diri Pada Kondisi Pensiun Dan Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Pegawai Negeri Sipil Di Kabupaten Badung*. Jurnal Psikologi Udayana. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/40403>
- Zain, A. (2020). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Rasa Syukur Dengan Psychological Well-Being Pada Pns Menjelang Masa Pensiun*. UIN Raden Intan Lampung.