

DINAMIKA STRATEGI COPING TERHADAP POST-  
POWER SYNDROME DALAM MENJALANI MASA  
PENSIUN

SKRIPSI



OLEH :  
Rani Paramita  
NRP: 7103005044

Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Widya Mandala  
Surabaya  
2011

DINAMIKA STRATEGI COPING TERHADAP POST-  
POWER SYNDROME DALAM MENJALANI MASA  
PENSIUN

SKRIPSI

Diajukan kepada  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh  
gelar Sarjana Psikologi



OLEH :  
Rani Paramita  
NRP: 7103005044

Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Widya Mandala  
Surabaya  
2011

## SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya

Nama : Rani Paramita

NRP : 7103005044

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul :  
**DINAMIKA STRATEGI COPING TERHADAP POST-POWER  
SYNDROME DALAM MENJALANI MASA PENSUN**

Benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila di kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak yang terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, 21 September 2011

Yang membuat pernyataan,



A handwritten signature in black ink, appearing to be "Rani Paramita", written over the stamp and the printed name.

Rani Paramita

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**SKRIPSI**

**DINAMIKA STRATEGI COPING TERHADAP POST-POWER  
SYNDROME DALAM MENJALANI MASA PENSIUN**

Oleh :

Rani Paramita

NRP 7103005044

Telah dibaca, disetujui dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi

Pembimbing utama : Domnina Rani Puna Rengganis, M.Si

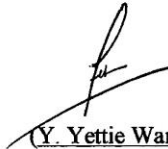


Surabaya, 21 September 2011

## HALAMAN PENGESAHAN





Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan  
memperoleh gelar Sarjana Psikologi  
pada tanggal 6 Oktober 2011

Mengesahkan,  
Dekan Fakultas Psikologi,



(Y. Yettie Wandansari, M.Si)

Dewan Penguji :

1. Ketua : F. Yuni Apsari, M.Si 
2. Sekretaris : Narulita Kusuma Ayu, M.Psi 
3. Anggota : Jaka Santosa Sudagijono, M.Psi 
4. Anggota : Domnina Rani Puna Rengganis, M.Si 

**LEMBAR PERSYARATAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA  
ILMIAH**

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa UNIKA  
Widya Mandala Surabaya

Nama : Rani Paramita

NRP : 7103005044

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya

Judul:

**DINAMIKA STRATEGI COPING TERHADAP POST-POWER  
SYNDROME DALAM MENJALANI MASA PENSIUN**

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (Digital  
Library Perpustakaan UNIKA Widya Mandala Surabaya) untuk  
kepentingan akademik sebatas sesuai dengan undang-undang hak cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat  
dengan sebenarnya.

Surabaya, 21 September 2011

yang menyatakan

METERAI  
TEMPEL

PAJAK PENYANGKUT BANGSA  
10%

66048AAF743716731

ENAM RIBU RUPIAH

6000

DJP

(Rani Paramita)

**HALAMAN PERSEMBAHAN**

*Skripsi ini dipersembahkan kepada  
Keluarga dan teman-teman tercinta*

## HALAMAN MOTTO

"Mimpi itu gratis!! Itu artinya kita tidak perlu bayar buat punya mimpi.. Jadi bermimpilah sebanyak-banyaknya dan berjuanglah untuk menjadikan mimpi itu nyata!!"



## UNGKAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kepada Tuhan Yesus Kristus atas selesainya skripsi yang berjudul **DINAMIKA STRATEGI COPING TERHADAP POST-POWER SYNDROME DALAM MENJALANI MASA PENSIUN**.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini tidak akan terselesaikan dengan baik tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak, karena itu, pada kesempatan ini peneliti ingin mengungkapkan rasa terima kasih kepada:

1. **Keluargaku**. Terima kasih atas dukungan, perhatian, kasih sayang dan cinta yang diberikan, serta pengertian saat peneliti menyelesaikan skripsi. Dukungan yang kalian berikan sangat membantu dan meningkatkan motivasi dalam pengerjaan sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik.
2. **Ibu Y. Yettie Wandansari, M.Si** selaku Pendamping Akademik dan juga Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
3. **Ibu Domnina Rani Puna Rengganis, M.Si** sebagai dosen pembimbing utama. Terima kasih atas bimbingan, saran, kesabarannya, dan motivasi yang selalu diberikan kepada peneliti untuk menyelesaikan penelitian ini. Segala masukan dan kritik membangun menjadikan peneliti untuk berusaha mengerjakan dengan sebaik-baiknya. Terima kasih juga karena sudah mau direpotkan pada detik-detik terakhir pengumpulan.
4. **Pak James, Bu May, Pak Dicky**. Sangat bersyukur memiliki kesempatan berproses bersama anda semua. Peneliti banyak mendapatkan pelajaran baru selama berproses bersama dengan tiga orang dosen ini, khususnya dalam bidang kemahasiswaan dan *training*.

5. **Tim Dosen Fakultas Psikologi.** Terima kasih atas segala pengetahuan dan pengajaran yang diberikan selama ini kepada peneliti.
6. **Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi.** Terima kasih atas bantuan yang diberikan kepada saya baik untuk mengurus segala administrasi penelitian maupun selama proses perkuliahan. Makasih ya Mbak Clara, Mbak Eva dan Mbak Wati, Mbak Lilis, Mbak Dina dan juga Pak Heru.
7. **S selaku informan.** Terima kasih atas semua informasi dan kerja sama yang telah diberikan kepada peneliti.
8. **J'verbest Family.** *Lele mami blink-blink, Kelly si kelek, Monchan nonik dari cina daratan, and Auntie yang cerewet.* Terima kasih atas segala dukungan, perhatian, kasih sayang, semangat dan bantuan yang telah kalian berikan selama ini yah sahabatku tercinta. Terima kasih juga buat putih, tazmania, vava ama panther J'verbest family ya..... Berbagai macam dukungan yang kalian berikan benar-benar membantu peneliti ketika peneliti sudah mulai putus asa. Dukungan kalian tersebut benar-benar berharga bagi peneliti. *You're my best sisterhood ever..*
9. **Keluarga Jay yang lainnya.** *Tom, Hadi si e'ek, Peter, Om Agus.* Terima kasih buat dukungan dan semangat yang telah kalian berikan serta bantuan kalian. Kangen saat-saat ngerjain *project MSDM & Kompas* bareng kalian.
10. **Sariri, Maria, Evanthe, Sastra.** Terima kasih untuk segala dukungan dan juga semangat yang telah diberikan. Terimakasih kalian semua sudah membantu banyak untuk pengolahan data di bab IV. Especially buat vanthoel dan kokopanda yang udah mau *brainstorming* bareng di McD sampai jam 12 malam. Sebagai balasannya, aku doakan kalian langgeng!! hehehehe..

11. **Semua warga PLP.** Terima kasih atas bantuan, dukungan, serta sindiran halus yang membuat semangat peneliti untuk terus menyelesaikan skripsi, hahahaha.....
12. **Semua Aktivist Psikologi Angkatan 2003 – 2007.** Sangat bersyukur memiliki kesempatan bekerjasama dengan kalian semua. Khususnya untuk LPM Periode 2007 – 2008 ”We are the best!!” ©
13. **Semua pihak dan teman** yang tidak dapat disebutkan di sini. Terima kasih atas bantuan dan dukungannya dalam pengerjaan skripsi ini hingga selesai.

Surabaya, 21 September 2011

Peneliti

## DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul .....	i
Halaman Persembahan .....	ii
Halaman Motto .....	iii
Ungkapan Terima Kasih .....	iv
Daftar Isi .....	vii
Daftar Tabel .....	x
Daftar Gambar .....	xi
Abstraksi .....	xii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah .....	1
1.2. Fokus Penelitian .....	8
1.2.1. Batasan Fenomena Penelitian .....	8
1.2.2. Pertanyaan Penelitian.....	9
1.3. Tujuan Penelitian .....	9
1.4. Manfaat Penelitian .....	10
1.4.1. Manfaat teoritis .....	10
1.4.2. Manfaat Praktis .....	10
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA .....	12
2.1. Kajian Literatur Seputar Strategi <i>Coping</i> .....	12
2.2. Kajian Literatur Seputar Pensiunan yang Mengalami <i>Post-Power Syndrome</i> .....	16
2.3. Keterkaitan Antara Dinamika Strategi Coping dengan <i>Post-Power Syndrome</i> Yang Menjalani Masa Pensiunnya .....	22

BAB III. METODE PENELITIAN .....	25
3.1. Pendekatan dalam Penelitian .....	25
3.1.1. Jenis Penelitian .....	25
3.1.2. Tipe Penelitian .....	26
3.2. Informan Penelitian dan <i>Significant Other</i> .....	27
3.2.1. Teknik Penentuan Informan.....	27
3.2.2. Kualifikasi Informan .....	28
3.2.3. Kualifikasi <i>Significant Other</i> .....	29
3.3. Metode Pengumpulan Data .....	29
3.4. Teknik Analisis Data .....	32
3.5. Alur Tema Penelitian.....	34
3.6. Validitas dan Reliabilitas.....	35
3.6. Etika Penelitian .....	35
BAB IV. PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN .....	37
4.1. Persiapan Dan Pelaksanaan Penelitian.....	37
4.1.1. Persiapan Penelitian .....	37
4.1.2. Pelaksanaan Penelitian.....	37
4.2. Proses Pengambilan Data .....	38
4.2.1. Pelaksanaan Pengambilan Data dengan Informan (S) ....	38
4.2.1.1. Identitas Informan .....	41
4.2.2. Pelaksanaan Pengambilan Data dengan <i>Significant Other</i> (IM).....	41
4.2.2.1. Identitas <i>Significant Other</i> .....	42
4.3. Hasil Penelitian .....	43
4.3.1. Kategorisasi .....	43

4.3.2. Deskripsi Tema .....	53
4.5. Validitas Penelitian .....	67
BAB V. PENUTUP .....	68
5.1. Pembahasan .....	58
5.2. Refleksi .....	73
5.3. Kesimpulan .....	74
5.4. Saran .....	75
DAFTAR PUSTAKA .....	76

DAFTAR TABEL

	Halaman
4.2.1. Jadwal Wawancara dengan Informan Utama (S) .....	38
4.2.2. Jadwal Wawancara dengan <i>Significant Other</i> (IM) .....	41
4.3.1. Kategorisasi .....	44

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Alur Tema Penelitian.....	34
Bagan Dinamika Strategi Coping Terhadap Post-Power Syndrome Dalam Menjalani Masa Pensiun .....	63



**Rani Paramita** (2011). “Dinamika Strategi *Coping* Terhadap Post-Power Syndrome Dalam Menjalani Masa Pensiun”, **Skripsi Sarjana Strata 1**, Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

## ABSTRAKSI

Masa pensiun sebenarnya merupakan masa perubahan secara menyeluruh dalam pola hidup, dimana individu terbebas dari jadwal kerja yang panjang dan dapat lebih banyak meluangkan waktu untuk keluarga. Bagi orang-orang tertentu masa pensiun mungkin tidak begitu banyak mengganggu kehidupan psikologisnya, tetapi bagi orang-orang yang pernah memiliki jabatan dan pangkat, masa pensiun merupakan masa yang membutuhkan persiapan untuk dapat dijalani dengan baik.

Berdasarkan fenomena tersebut maka peneliti ingin mengetahui bagaimanakah proses dinamika strategi *coping* terhadap *post-power syndrome* dalam menjalani masa pensiun.

Penelitian ini dilakukan dengan metode kualitatif dengan model penelitian studi kasus. Informan penelitian sejumlah 1 orang yang telah memenuhi karakteristik yang ditentukan. Metode pengumpulan data adalah dengan melakukan wawancara.

Dari hasil pengolahan data penelitian, dapat disimpulkan bahwa dinamika strategi *coping* muncul karena adanya permasalahan selama menjalani masa pensiun. Terdapat pula faktor dari dukungan sosial yang mempengaruhi *coping* yang dilakukan dalam menghadapi permasalahan yang muncul selama menjalani masa pensiun. Dukungan sosial yang dimaksud adalah dukungan dari keluarga dan juga teman-teman. Adapun strategi *coping* yang dilakukan adalah *problem focus coping* dan *emotional focus coping*.

Kata kunci:

Strategi  *coping*,  *post-power síndrome*