



## **Pengaruh Optimisme dan Penerimaan Diri terhadap Kecenderungan *Post Power Syndrome* pada Kepala Sekolah Negeri di Kota Surabaya Menjelang Pensiun**

**Ananda Puspita Pertiwi<sup>1✉</sup>, Nono Hery Yoenanto<sup>2</sup>**

Universitas Airlangga Surabaya, Indonesia<sup>1,2</sup>

E-mail : [ananda.puspita.pertiwi-2017@psikologi.unair.ac.id](mailto:ananda.puspita.pertiwi-2017@psikologi.unair.ac.id)<sup>1</sup>, [nono.hery@psikologi.unair.ac.id](mailto:nono.hery@psikologi.unair.ac.id)<sup>2</sup>

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh optimisme dan penerimaan diri terhadap kecenderungan *post power syndrome* pada kepala sekolah negeri di Kota Surabaya yang menjelang pensiun. Penelitian ini dilakukan pada kepala sekolah negeri di Kota Surabaya dengan jumlah responden sebanyak 36 subyek. Proses pengumpulan data menggunakan metode survei, dan alat ukur yang digunakan yaitu skala optimisme (43 aitem;  $\alpha = 0,891$ ), skala penerimaan diri (42 aitem;  $\alpha = 0,925$ ), dan skala *post power syndrome* (33 aitem;  $\alpha = 0,967$ ). Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh optimisme dan penerimaan diri terhadap kecenderungan *post power syndrome* pada kepala sekolah negeri di Kota Surabaya menjelang pensiun. Dengan nilai *R square* sebesar 0,731 yang artinya besar pengaruh optimisme dan penerimaan diri terhadap kecenderungan *post power syndrome* adalah 73%, sedangkan 27% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diuji dalam penelitian ini. Selain itu pada uji parsial (*t*) nilai *unstandardized B* pada optimisme adalah -0,652 dan penerimaan diri -0,611. Sedangkan pada uji simultan (*f*) diketahui nilai taraf signifikansi dari model ANOVA adalah 0,000. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh optimisme dan penerimaan diri terhadap kecenderungan *post power syndrome* pada kepala sekolah negeri di Kota Surabaya menjelang pensiun.

**Kata Kunci:** Optimisme, Penerimaan Diri, *Post Power Syndrome*, Kepala Sekolah.

### **Abstract**

*This study aims to determine the effect of optimism and self-acceptance on the tendency of post power syndrome among pre-retirement headmaster of public school in Surabaya. This research was conducted in Surabaya involving 36 headmasters. The data was collected by using survey method with optimism scale (43 items;  $\alpha = 0.891$ ), self-acceptance scale (42 items;  $\alpha = 0.925$ ), and post power syndrome scale (33 items;  $\alpha = 0.967$ ). The results showed that there is effect of optimism and self-acceptance on post power syndrome. The results showed that the value of *r square* is 0.731, which means that the influence of optimism and self-acceptance on the tendency of post power syndrome is 73%, while 27% influenced by other variables that not tested in this study. Also, in the *t* test the value of unstandardized *B* of optimism is -0.652 and self-acceptance is -0.611, while in *f* test it is known that the significance level of the ANOVA model is 0.000. This concludes that there is an effect of optimism and self-acceptance on the tendency of post power syndrome among pre-retirement headmaster of public school in Surabaya.*

**Keywords:** Optimism, Self-acceptance, *Post power syndrome*, Headmaster.

## PENDAHULUAN

Pekerjaan merupakan serangkaian kegiatan yang memiliki tujuan dan membutuhkan energi dalam pelaksanaannya sebagai upaya untuk menghasilkan sesuatu yang bermanfaat (Shepherdson, 1984). Individu yang melakukan suatu pekerjaan bisa disebut sebagai tenaga kerja. Menurut Wibowo (Wibowo, 2012), tenaga kerja adalah seseorang yang melakukan suatu pekerjaan dan menerima upah atau gaji atas hasil kerjanya. Namun demikian, individu yang bekerja suatu saat akan mengalami fase yang mengharuskannya untuk berhenti bekerja. Hurlock (2007) menyatakan bahwa berhentinya individu dalam melakukan pekerjaan dapat disebabkan oleh menurunnya kondisi fisik dan produktivitas akibat bertambahnya usia, sehingga individu tersebut harus pensiun.

Pensiun merupakan pengunduran diri individu dari pekerjaan yang dilakukan sehari-hari, maupun tidak lagi bekerja pada suatu institusi secara formal karena telah mencapai batas usia yang ditentukan (Hurlock, 2007). Beberapa individu memandang masa pensiun sebagai masa kritis, dikarenakan hilangnya rutinitas atau kegiatan yang sebelumnya dikerjakan. Sikap individu dalam menghadapi masa pensiun cenderung berbeda-beda, tergantung persepsi individu dalam memandang pensiun. Beberapa individu menanti masa pensiun dengan bahagia merasa sudah terbebas dari tanggung jawab yang sebelumnya dikerjakan, namun sebaliknya terdapat individu yang merasa cemas menjalani masa pensiun karena tidak siap melepas statusnya sebagai seorang karyawan, kehilangan pendapatan, dan kehilangan fungsinya dalam masyarakat. Dengan demikian, pensiun dapat menjadi sebuah permasalahan serius yang berakibat pada gangguan kesehatan mental.

Dinsi, dkk. (2006) menjelaskan bahwa pekerja Indonesia yang rawan mengalami kecemasan menghadapi pensiun adalah Pegawai Negeri Sipil (PNS). Hal tersebut dikarenakan status pekerjaan yang dinilai terhormat dan terpandang di mata masyarakat, karena seorang PNS adalah bagian dari aparatur publik. Pegawai Negeri Sipil (PNS) diketahui bekerja di berbagai instansi, salah satu diantaranya pada instansi pendidikan, contohnya adalah guru. Guru bekerja pada instansi pendidikan atau sekolah, dan bekerja di bawah arahan kepala sekolah sebagai atasan. Kepala sekolah adalah guru yang dilantik untuk ditugaskan menjadi pemimpin sekolah untuk memajukan dan meningkatkan pencapaian tujuan sekolah (Kadarsih dkk., 2020). Alfiatun (2016) menjelaskan bahwa kepala sekolah yang juga berperan sebagai guru merupakan sosok yang disegani serta menjadi panutan bagi warga sekolah, dan beberapa peran lain yang tentu akan hilang saat pensiun nanti, sehingga menuntut individu untuk melakukan penyesuaian pada masa pra-pensiun, baik dari segi fisik, sosial, finansial, dan psikologis menjelang pensiun (Hamidah & Wrastari, 2012), sebagai upaya agar individu yang memiliki jabatan atau kekuasaan yang cukup berpengaruh di masa kerjanya terhindar dari gangguan psikologis seperti halnya *post power syndrome* (Widiana, 2015).

Osborne (2012) menjelaskan bahwa pada masa transisi dari pra-pensiun menuju pensiun individu perlu mengembangkan pandangan positif mengenai gaya hidup di masa pensiun, terlebih jika pandangan hidup mereka saat ini adalah pesimis. Berdasarkan Hyde, dkk (2004) diketahui bahwa individu yang memiliki pandangan positif dan optimisme yang kuat saat pra-pensiun cenderung lebih giat dalam melakukan persiapan pensiun yang matang sebagai upaya untuk menghadapi perubahan-perubahan yang terjadi saat pensiun nanti. Dengan demikian pandangan yang dimiliki individu pra-pensiun terhadap masa pensiun itulah yang memainkan peran penting dalam penyesuaian diri terhadap masa transisi (Osborne, 2012).

Beberapa usaha individu untuk mempersiapkan masa pensiun dan mencegah munculnya *post power syndrome* seringkali tidak berhasil dikarenakan adanya faktor internal individu yaitu penghayatan terhadap situasi yang sedang terjadi (Semiun, dalam Yunian 2013). Hal inilah yang memicu timbulnya perasaan lemah, sering berfikir negatif, dan tidak mampu melakukan upaya lebih jauh untuk mengatasinya. Individu yang akan memasuki masa pensiun perlu menumbuhkan emosi positif agar lebih mampu menekan kecemasan dan stress yang mengakibatkan munculnya *post power syndrome* (Vingerhoets dkk., 2008). Salah satu aspek emosi positif yang berorientasi terhadap masa depan adalah optimisme. Seligman (2002) menjelaskan bahwa

optimisme dapat memberikan daya tahan yang baik untuk menghadapi stres terhadap permasalahan yang terjadi di masa depan, dalam hal ini adalah masa pensiun. Penelitian Arofah (2015) menunjukkan bahwa optimisme mampu mengurangi kecemasan individu dalam menghadapi masa pensiun, sehingga resiko kecenderungan mengalami *post power syndrome* akan rendah.

Pensiun merupakan sebuah babak baru dalam kehidupan individu, sehingga akan ada banyak perubahan-perubahan yang dialami oleh individu. Individu perlu memiliki penerimaan diri atau *self-acceptance* agar ia mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan yang akan dihadapi saat pensiun nanti (Atrofiyati, 1996). Menurut Yudhistira (2014) dan Wulandari & Lestari (2018) penerimaan diri memberikan sumbangan efektif sebesar 34,5% terhadap kecemasan ketika menghadapi masa pensiun. Individu yang dapat menerima dirinya sendiri juga cenderung lebih mampu memperoleh kebahagiaan di masa penuaan, serta menerima kondisi dan situasi hidup yang berubah kala ia menua (Diponegoro & Mulyono, 2016).

Penelitian terkait pengaruh optimisme dan penerimaan diri terhadap *post power syndrome* belum banyak yang mengkaji, sehingga hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan sebuah gambaran terkait ketiga variabel tersebut yang bermanfaat bagi instansi terkait, masyarakat, dan penelitian selanjutnya.

## METODE PENELITIAN

Subjek pada penelitian ini diperoleh dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan kriteria subjek merupakan kepala sekolah negeri di Kota Surabaya dengan rentang usia 58-59 tahun. Berdasarkan kriteria tersebut didapatkan subjek sejumlah 36. Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel penelitian ini adalah menggunakan skala likert, yang terdiri dari 3 skala, yaitu: 1) Skala Optimisme berdasarkan teori Seligman (2006), 2) Skala Penerimaan Diri (*Self-acceptance*) berdasarkan teori Berger (1952), 3) Skala *Post Power Syndrome* milik Windyaningrum (2018) yang diadaptasi dari teori Dinsi, dkk. (2006). Masing-masing nilai reliabilitas *alpha cronbach* dari ketiga skala tersebut adalah sebesar 0,891 pada skala optimisme, 0,925 pada skala penerimaan diri, dan 0,967 pada skala *post power syndrome*.

Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan regresi berganda dengan uji *compare means* sebagai analisis tambahan pada data demografis. Hipotesis dari penelitian ini adalah:

H<sub>1</sub>: Terdapat pengaruh optimisme terhadap kecenderungan *post power syndrome* pada kepala sekolah negeri di Kota Surabaya menjelang pensiun

H<sub>2</sub>: Terdapat pengaruh penerimaan diri terhadap kecenderungan *post power syndrome* pada kepala sekolah negeri di Kota Surabaya menjelang pensiun

H<sub>3</sub>: Terdapat pengaruh optimisme dan penerimaan diri terhadap kecenderungan *post power syndrome* pada kepala sekolah negeri di Kota Surabaya menjelang pensiun

H<sub>0</sub> : Tidak terdapat pengaruh optimisme dan penerimaan diri terhadap kecenderungan *post power syndrome* pada kepala sekolah negeri di Kota Surabaya menjelang pensiun.

## HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Subjek

Aspek Demografis	Kategori Penelitian	Sampel	Jumlah	Presentase
Usia	58		15	42%
	59		21	58%
Jenis Kelamin	Laki-laki		11	31%
	Perempuan		25	69%

Status Pernikahan	Menikah	29	81%
	Janda/Duda	7	19%
Jenjang Sekolah yang Dipimpin	SD	27	75%
	SMP	9	25%

Dari tabel karakter subjek di atas diketahui bahwa presentase terbesar pada jenis kelamin adalah perempuan yaitu sebesar 69%, presentase terbesar pada usia adalah subjek yang berusia 59 tahun yaitu 58%, pada status pernikahan presentase terbesar adalah pada subjek dengan status menikah yaitu 81%, dan pada jenjang sekolah yang dipimpin presentase terbesar ada pada SD yaitu 65%.

Tabel 2. Hasil Statistik Deskriptif

Variabel Penelitian	Min Stat	Max Stat	Mean Stat	SD Stat	Skewness		Kurtosis	
					Stat	SE	Stat	SE
Optimisme (X1)	146	171	161,58	7,77	-.490	.393	-1.131	.768
Penerimaan Diri (X2)	135	168	148,86	10,18	.408	.393	-1.074	.768
Post Power Syndrome (Y)	33	69	51,36	12,31	-.220	.393	-1.511	.768

Berdasarkan data pada tabel di atas diketahui skor tiap subyek yang terdiri dari nilai minimal (*min*), nilai maksimal (*max*), standard deviasi (SD), *skweness*, dan *kurtosis* yang ada pada setiap variabel penelitian. Diketahui *skewness* dari variabel optimisme dan *post power syndrome* adalah negatif sehingga bisa disimpulkan bahwa data berkumpul pada kurva sebelah kanan, sedangkan pada variabel penerimaan diri diketahui *skewness* bernilai positif sehingga data berkumpul pada kurva sebelah kiri. Skor *kurtosis* dari ketiga variabel diketahui bernilai negatif sehingga data berbentuk *platykurtosis*.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

		Unstandardized Residual
N		36
Normal Parameters	Mean	0,00
	Std. Deviation	6.4
Most Extreme Differences	Absolute	0.86
	Positive	0.86
	Negative	-0.80
Test statistics		0.86
Asymp.Sig.		.200 <sup>c, d</sup>

Uji normalitas di atas menunjukkan besarnya signifikasi adalah 0,200. Hal tersebut menunjukkan bahwa nilai residual berdistribusi normal, karena memiliki taraf signifikansi > 0,05.

Tabel 4. Hasil Uji Linearitas

		Sum of square	Df	Mean Square	F	Sig
<i>Post power syndrome</i>	Between groups	(Combined) 4205.972	18	233.665	3.598	.006
	Linearity	3305.288	1	3305.288	50.881	.000

dan optimisme		Deviation from linearity	900.684	17	52.981	.861	.660
<i>Post power syndrome</i> dan penerimaan diri	Between groups	(Combined)	4466.639	20	223.332	3.971	.004
		Linearity	3494.627	1	3494.627	62.133	.000
		Deviation from linearity	972.012	19	51.259	.910	.583

Berdasarkan hasil uji linearitas di atas diketahui bahwa nilai signifikansi pada masing-masing variabel adalah 0,660 dan 0,583 yang berarti ada hubungan yang linier antara variabel independen dan dependen karena memiliki nilai signifikansi  $> 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa ketiga variabel yaitu optimisme, penerimaan diri, dan *post power syndrome* telah memenuhi uji asumsi linearitas.

Tabel 5. Hasil Analisis Regresi Berganda Optimisme dan Penerimaan Diri Terhadap *Post Power Syndrome* (Uji T/Parsial)

Coefficients <sup>a</sup>					
Model	Unstandardized B	Coefficients Std. Error	Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
(Constant)	247.559	23.205		10.668	.000
Optimisme	-.652	.218	-.411	-2.994	.005
Penerimaan Diri	-.611	.167	-.501	-3.653	.001

Berdasarkan hasil analisis parsial diketahui bahwa nilai taraf signifikansi pada variabel optimisme sebesar 0,005 dan penerimaan diri sebesar 0,001 sehingga taraf signifikansi kedua variabel independen tersebut bernilai  $< 0,05$ , yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara optimisme terhadap *post power syndrome* dan penerimaan diri terhadap *post power syndrome*. Berdasarkan hasil uji t tersebut dapat disimpulkan bahwa  $H_{a1}$  dan  $H_{a2}$  diterima. Selain itu, diketahui nilai *unstandardized B* pada optimisme sebesar -.652 dan penerimaan diri -.611, sehingga kesimpulannya adalah optimisme dan penerimaan diri memiliki pengaruh dengan arah negatif dan signifikan terhadap *post power syndrome*.

Tabel 6. Analisis Regresi Berganda Optimisme dan Penerimaan Diri Terhadap *Post Power Syndrome* (Uji F/Simultan)

ANOVA					
Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Regression	3882.531	2	1941.266	44.868	.000 <sup>b</sup>
Residual	1427.774	33	43.266		
Total	5310.306	35			

Berdasarkan hasil analisis simultan diketahui bahwa nilai taraf signifikansi dari model ANOVA sebesar 0,000 sehingga nilai taraf signifikansi tersebut  $< 0,05$  yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang simultan antara optimisme dan penerimaan diri terhadap *post power syndrome*. Berdasarkan hasil uji f tersebut dapat disimpulkan bahwa  $H_{a3}$  diterima.

Tabel 7. *Model Summary* Besar Pengaruh Optimisme dan Penerimaan Diri Terhadap *Post Power Syndrome*

<b>Model Summary</b>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.855 <sup>a</sup>	.731	.715	6.578

Dari perhitungan *model summary* di atas diketahui nilai R Square sebesar 0,731. Nilai tersebut menunjukkan bahwa besarnya pengaruh optimisme dan penerimaan diri terhadap *post power syndrome* sebesar 73% sedangkan 27% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diuji dalam penelitian ini.

Dengan demikian uji analisis penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh optimisme dan penerimaan diri terhadap *post power syndrome* pada kepala sekolah negeri di Surabaya. Hal tersebut dibuktikan berdasarkan arah tanda yang dilihat dari *unstandardized B* dan taraf signifikansi dari masing-masing variabel yaitu sebesar 0,005 dan 0,001 pada uji pengaruh secara parsial dan 0,000 pada uji pengaruh secara simultan, dimana nilai tersebut <0,05, sedangkan *unstandardized b* pada kedua variabel independen memiliki arah negatif. Dengan demikian hipotesis H<sub>a</sub> 1, H<sub>a</sub> 2, dan H<sub>a</sub> 3 yang berbunyi “terdapat pengaruh optimisme terhadap kecenderungan *post power syndrome* pada kepala sekolah negeri di Kota Surabaya menjelang pensiun”, “terdapat pengaruh penerimaan diri terhadap kecenderungan *post power syndrome* pada kepala sekolah negeri di Kota Surabaya menjelang pensiun”, dan “terdapat pengaruh optimisme dan penerimaan diri terhadap kecenderungan *post power syndrome* pada kepala sekolah negeri di Kota Surabaya menjelang pensiun” diterima.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang dijadikan referensi seperti halnya Yunian (2013), Arofah (2015), dan Kiling, dkk. (2019). Beberapa penelitian tersebut menjelaskan bahwa optimisme memiliki dampak positif terhadap masalah-masalah yang muncul ketika menjelang pensiun. Optimisme juga diketahui dapat mengurangi kecemasan dan membantu meningkatkan regulasi diri individu yang sedang menghadapi masa pensiun (Arofah, 2015). Hal tersebut menjadi bukti bahwa penelitian ini mendukung beberapa penelitian sebelumnya, bahwa optimisme memiliki pengaruh dengan arah negatif terhadap *post power syndrome*, artinya semakin tinggi tingkat optimisme individu maka semakin rendah pula kecenderungan *post power syndrome* atau permasalahan yang dihadapi saat pensiun baik secara fisik maupun psikologis. Menurut Sinaga & Karyono (2014), seorang lansia yang memiliki optimisme tinggi cenderung memiliki gambaran yang jelas tentang rencana dan tujuan masa depan, atau lebih tepatnya saat pensiun nanti. Dengan memiliki tujuan dan rencana tersebut, lansia akan lebih bersemangat, terhindar dari rasa putus asa, dan mengisi masa pensiunnya dengan kegiatan yang bermanfaat karena diketahui individu yang optimisme lebih memiliki semangat untuk produktif (Valentsia & Wijono, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian ini, penerimaan diri berpengaruh terhadap *post power syndrome*. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Meirahati (2001), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan penerimaan diri terhadap *post power syndrome*. Berdasarkan penelitian lain yang serupa yaitu Wulandari & Lestari (2018), Yudhistira (2014) dan Yusfina (2016), diketahui bahwa penerimaan diri memberikan pengaruh dengan arah negatif terhadap kecemasan saat menghadapi masa pensiun. Artinya, semakin besar tingkat penerimaan diri individu, maka semakin rendah kecenderungan untuk mengalami kecemasan saat menghadapi pensiun. Menurut Szentàgotai & David (dalam Pitriani, 2016) penerimaan diri merupakan aspek positif dalam membantu individu untuk bertahan dalam situasi yang bertentangan dengan harapan atau keadaan yang tidak diinginkan. Situasi yang bertentangan dalam pembahasan ini adalah pensiun yang membuat hidup individu berubah dibandingkan saat ia bekerja, penerimaan diri perlu dimiliki individu di masa pra-pensiun agar mampu menyesuaikan diri dengan masa transisi yang dialaminya nanti. Individu yang mampu menerima keadaan dirinya akan dapat melewati masa transisi dengan sukses dan cenderung memiliki kesiapan pensiun yang baik (Wulandari & Lestari, 2018). Berdasarkan aspek *self-acceptance*, diketahui bahwa

seseorang yang dapat menerima dirinya sendiri memiliki kepercayaan untuk dapat menjalani hidup dengan kemampuannya sendiri. Artinya individu dengan penerimaan diri tinggi di masa tua cenderung percaya bahwa meskipun nantinya pensiun ia akan tetap mampu menjalani hidup tanpa bergantung kepada orang lain.

Peneliti juga melakukan analisis tambahan yang pada data demografis, didapatkan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan yang ditinjau dari jenis kelamin, usia, status pernikahan, dan jenjang sekolah yang dipimpin pada variabel optimisme. Hasil penelitian tersebut tidak sejalan dengan Suryani (2017) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat optimisme yang signifikan pada jenis kelamin, diketahui bahwa tingkat optimisme perempuan lebih tinggi daripada laki-laki. Selanjutnya, analisis tambahan pada variabel penerimaan diri tidak menunjukkan adanya perbedaan rata-rata yang signifikan pada sekumpulan data demografis yang telah disebutkan di atas. Sama halnya pada variabel *post power syndrome* yang menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan dari beberapa aspek data demografi yang telah disebutkan sebelumnya.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang diperkaya oleh penelitian sebelumnya dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh optimisme dan penerimaan diri terhadap kecenderungan *post power syndrome* pada kepala sekolah negeri di Kota Surabaya yang menjelang pensiun. Hal tersebut dapat diartikan bahwa semakin tinggi optimisme dan penerimaan diri maka tingkat kecenderungan *post power syndrome* semakin rendah.

Dengan adanya hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh optimisme dan penerimaan diri terhadap kecenderungan *post power syndrome*, maka diharapkan kepala sekolah dapat menumbuhkan pemikiran optimis dan positif terhadap masa pensiun nanti. Selain itu, menerima kekurangan dan kelebihan diri sendiri serta kondisi yang akan dihadapi saat pensiun membantu kepala sekolah untuk lebih mudah dalam melakukan penyesuaian diri terhadap perubahan-perubahan yang terjadi saat menghadapi masa pensiun kelak. Hal yang perlu diperhatikan bagi penelitian selanjutnya adalah melakukan kontrol terhadap faktor-faktor yang dapat mempengaruhi hasil penelitian.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena dengan segala rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan baik sebagai tugas akhir. Penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan mengorbankan banyak hal, yaitu waktu, tenaga, pikiran, serta tidak luput dari bantuan beberapa pihak yang telah mendorong penulis untuk meraih keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Suryanto, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya
2. Nono Hery Yoenanto, S.Psi., M.Pd., Psikolog selaku Dosen Pembimbing penulis selama menyusun artikel ini
3. Ilham Nur Alfian, M.Psi., Psikolog, Atika Dian Ariana, S.Psi., M.Sc, Valina Khiarin Nisa, M.Psi., M.Sc, Dian Kartika Amelia Arbi, M.Psi., Psikolog sebagai *expert judgement* alat ukur sehingga penulis dapat menyusun alat ukur dengan baik.
4. Bapak Suroto, S.Pd dan Ibu Suhartini, S.Pd. selaku orang tua penulis
5. Teman-teman penulis yang telah memberikan dukungan selama penyusunan karya tulis ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfiatun, N. (2016). Post Power Syndrome Pada Pensiunan Kepala Sekolah Di Wilayah Kecamatan Sliyeg Kabupaten Indramayu. *Oasis (Objective And Accurate Sources Of Islamic Studies)*, 1.
- Arofah, D. S. (2015). Pengaruh Kecerdasan Emosi Dan Optimisme Terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun. *Skripsi*. Jakarta: Universitas Islam Syarif Hidayatullah.
- Atrofiyati. (1996). Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Sosial. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Berger, E. M. (1952). *The Relation Between Expressed Acceptance Of Self And Expressed Acceptance Of Others*. 778–782.
- Dinsi, Setiati, & Yuliasari. (2006). *Ketika Pensiun Tiba*. Wijaya Media Utama.
- Diponegoro, A., & Mulyono. (2016). Faktor-Faktor Psikologis Yang Mempengaruhi Kebahagiaan Pada Lanjut Usia Suku Jawa Di Klaten. *Psikopedagogia*, 13–19. <https://doi.org/10.12928/Psikopedagogia.V4i1.4476>
- Hurlock, E. (2007). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Hyde, M., Ferrie, J., Higgs, P., Mein, G., & Nazroo, J. (2004). The Effects Of Pre-Retirement Factors And Retirement Route On Circumstances In Retirement: Findings From The Whitehall II Study. *Aging & Society*, 279–296.
- Kadarsih, I., Marsidin, S., Sabandi, A., & Febriani, E. A. (2020). Peran Dan Tugas Kepemimpinan Kepala Sekolah Di Sekolah Dasar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(2), 194–201. <https://doi.org/10.31004/Edukatif.V2i2.138>
- Kiling, I., Manafe, Y., & Bunga, B. (2019). Optimisme Disposisional Dan Pengukurannya Pada Orang Usia Lanjut. *Science, Journal Of Health And Behavioral*, 1–12. <https://doi.org/10.35508/Jhbs.V1i1.2079>
- Meirahati, E. A. (2001). Hubungan Antara Self-Acceptance Dan Social Support Dengan Post Power Syndrome. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Osborne, J. (2012). Psychological Effects Of The Transition To Retirement Effects. *Canadian Journal Of Counselling And Psychotherapy*, 4, 45–58.
- Pitriani, D. (2016). Penerimaan Diri Dalam Menghadapi Pensiun Ditinjau Dari Tipe Kepribadian. *Skripsi*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang
- Seligman, M. E. (2006). *Learned Optimism: How To Change Your Mind And Your Life*. Vintage Books.
- Sinaga, Y., & Karyono. (2015). Hubungan Antara Optimisme Dengan Regulasi Diri Lansia Di Masa Pensiun Pada Pp Bri (Persatuan Pensiunan Bank Rakyat Indonesia) Semarang. *Department Of Psychology, Diponegoro University*, 650–660. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/7626>
- Valentsia, G. K. D., & Wijono, S. (2020). Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1), 15–22. <https://doi.org/10.31004/Edukatif.V2i1.74>
- Vingerhoets, A., Nyklíček, I., & Denollet, J. (2008). *Emotion Regulation: Conceptual And Clinical Issues*. Springer Science+ Business Media.
- Wibowo, R. (2012). Hubungan Antara Makna Kerja Dan Kesiapan Individu Terhadap Perubahan Organisasi. *Skripsi*. Depok: Universitas Indonesia.
- Windyaningrum, S. D. (2018). Hubungan Antara Kesiapan Menghadapi Pensiun Dengan Post Power Syndrome Dan Psychological Well-Being Pada Pegawai Negeri Sipil. *Skripsi*. Surabaya: Universitas Airlangga



2297 *Pengaruh Optimisme dan Penerimaan Diri terhadap Kecenderungan Post Power Syndrome pada Kepala Sekolah Negeri di Kota Surabaya Menjelang Pensiun* – Ananda Puspita Pertiwi, Nono Hery Yoenanto  
DOI: <https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i2.2444>

Wulandari, P. D., & Lestari, M. D. (2018). Pengaruh Penerimaan Diri Pada Kondisi Pensiun Dan Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Pegawai Negeri Sipil Di Kabupaten Badung. *Jurnal Psikologi Udayana*, 87–99.  
<https://Ojs.Unud.Ac.Id/Index.Php/Psikologi/Article/View/40403>

Yudhistira, V. (2014). Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Pegawai Negeri Sipil Daerah Istimewa Yogyakarta Ditinjau Dari Penerimaan Dirinya. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada

Yunian, F. A. (2013). Pengaruh Optimisme Menghadapi Masa Pensiun Terhadap Post Power Syndrome Pada Anggota Badan Pembina Pensiun Pegawai (Bp3) Pelindo Semarang. *Skripsi*. Semarang: Universitas Negeri Semarang

Yusfina. (2016). Pengaruh Penerimaan Diri Dan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Pada Pegawai Yang Akan Menghadapi Masa Pensiun. *Psikoborneo*, 233-239.  
<https://Doi.Org/Http://Dx.Doi.Org/10.30872/Psikoborneo.V4i2.4006>