

ANALISIS PENGARUH PERSIAPAN PENSIUN DAN PERENCANAAN PENSIUN TERHADAP KUALITAS HIDUP PENSIUN PNS DILINGKUNGAN PEMERINTAH KABUPATEN BULUNGAN

Analysis of the Influence of Retirement Preparation and Retirement Planning on the Quality of Life of Retired Civil Servants within the Bulungan Regency Government

Nama Penulis ✉

Nila Faridah^{1*}, Nasir Hamzah², Mujahid³

^{1,2,3}Fakultas Pascasarjana, Universitas Fajar.

*Email: nilafarida76@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh persiapan pensiun dan perencanaan pensiun terhadap kualitas hidup pensiunan Pegawai Negeri Sipil (PNS) di lingkungan Pemerintah Kabupaten Bulungan. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya kesiapan individu dalam menghadapi masa pensiun guna mempertahankan kualitas hidup setelah berakhirnya masa kerja. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan teknik survei. Populasi dalam penelitian ini adalah pensiunan Pegawai Negeri Sipil di lingkungan Pemerintah Kabupaten Bulungan dengan jumlah sampel sebanyak 69 responden. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner, sedangkan analisis data menggunakan regresi linier berganda dengan bantuan program SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa persiapan pensiun berpengaruh positif terhadap kualitas hidup pensiunan, perencanaan pensiun berpengaruh positif terhadap kualitas hidup pensiunan, serta persiapan pensiun dan perencanaan pensiun secara simultan berpengaruh terhadap kualitas hidup pensiunan Pegawai Negeri Sipil di Kabupaten Bulungan. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa semakin baik persiapan dan perencanaan yang dilakukan sebelum memasuki masa pensiun, maka semakin baik pula kualitas hidup yang dirasakan setelah pensiun. Oleh karena itu, instansi pemerintah perlu meningkatkan program persiapan dan perencanaan pensiun guna mendukung kesejahteraan pensiunan.

Kata Kunci: Persiapan Pensiun, Perencanaan Pensiun, Kualitas Hidup, Pegawai Negeri Sipil.

Abstract

This study aims to analyze the influence of retirement preparation and retirement planning on the quality of life of retired Civil Servants (PNS) within the Bulungan Regency Government. This research is motivated by the importance of individual readiness in facing retirement to maintain quality of life after the end of employment. The study employed a quantitative approach using a survey method. The population consisted of retired Civil Servants within the Bulungan Regency Government, with a sample of 69 respondents. Data were collected through questionnaires and analyzed using multiple linear regression with the assistance of the Statistical Package for the Social

Sciences (SPSS). The results indicate that retirement preparation has a positive effect on retirees' quality of life, retirement planning has a positive effect on retirees' quality of life, and both retirement preparation and retirement planning simultaneously have a positive effect on the quality of life of retired Civil Servants in Bulungan Regency. These findings suggest that the better the preparation and planning undertaken before retirement, the better the quality of life experienced during retirement. Therefore, government institutions need to strengthen retirement preparation and retirement planning programs to support the well-being of retirees.

Keywords: Retirement Preparation, Retirement Planning, Quality of Life, Civil Servants.

PENDAHULUAN

Bekerja merupakan metode utama bagi seseorang untuk memenuhi kebutuhan hidupnya sekaligus menjadi pencerminan atas jati dirinya. Seiring berjalannya waktu, setiap individu yang berprofesi akan berhadapan dengan keterbatasan kapasitas fisik maupun mental untuk melanjutkan aktivitas kerja, yang kemudian mengarah pada fase pensiun sebagai peristiwa berhentinya seseorang dari jabatan atau pekerjaan (Hurlock dalam Fardila et al., 2014). Di Indonesia, pemerintah melalui Peraturan Menteri Ketenagakerjaan menetapkan batas usia pensiun pada angka 56 tahun sebagai ambang batas produktivitas yang dianggap sebagai masa rentan (Ketenagakerjaan, 2022). Fenomena pensiun juga berlaku bagi Pegawai Negeri Sipil (PNS) sebagai bagian dari siklus purna tugas kedinasan. Regulasi mengenai batas usia pensiun PNS diatur oleh Badan Kepegawaian Negara (BKN) berlandaskan Peraturan Pemerintah Nomor 11 Tahun 2017 yang disempurnakan melalui Peraturan Pemerintah Nomor 17 Tahun 2020, yang mengelompokkan batas usia pensiun menjadi 58 tahun bagi pejabat administrasi dan fungsional ahli pertama/muda/keterampilan, 60 tahun untuk pejabat pimpinan tinggi dan fungsional madya, serta 65 tahun bagi pejabat fungsional ahli utama.

Peningkatan jumlah penduduk berusia lanjut di Indonesia menjadi fenomena demografis yang kian menonjol. Data Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat bahwa populasi penduduk berusia 60 tahun ke atas mencapai 30,9 juta jiwa (11,1% dari total populasi) pada tahun 2023 dan diperkirakan melonjak menjadi 65,8 juta jiwa (20,5%) pada tahun 2024. Di lingkungan aparatur sipil negara, tercatat kurang lebih 1,44 juta PNS berusia di atas 50 tahun pada tahun 2022 yang secara bertahap akan memasuki masa purna tugas. Sebagian besar kelompok lansia ini masih mengandalkan bantuan keluarga sebagai sumber dukungan utama, sehingga bertambahnya populasi lansia diprediksi akan memperbesar kompleksitas persoalan kesejahteraan. Menjelang masa purna tugas, tidak semua pegawai mampu menjalani transisi tersebut dengan baik. Hasil survei program Masa Persiapan Pensiun menunjukkan mayoritas calon pensiunan dari instansi pemerintah maupun swasta masih mengalami kecemasan psikologis terkait perubahan aktivitas, pendapatan, dan peran sosial, dengan hanya 37% pegawai yang mengalami kecemasan tingkat ringan yang tetap termotivasi untuk beraktivitas aktif (ESQ MPP, 2017). Bahkan, data di PT Asabri mencatat bahwa 90% karyawannya belum memiliki kesiapan finansial dalam menghadapi purna tugas (Republik.co.id).

Ketidaksiapan dalam menghadapi masa pensiun erat kaitannya dengan penurunan struktur pendapatan dan jaminan ekonomi. Penelitian Wulandari dan Lestari (2018)

pada PNS di Kabupaten Badung mengungkapkan bahwa pegawai berpendapatan tinggi cenderung mengalami kecemasan yang lebih tinggi karena hilangnya berbagai tunjangan dan fasilitas kedinasan, yang menciptakan jurang perbedaan (gap) penghasilan cukup besar sebelum dan sesudah pensiun. Tekanan finansial ini diperparah oleh situasi ekonomi global pascapandemi Covid-19, di mana sekitar 51% responden di Amerika Serikat merasa khawatir terhadap rasa aman finansial masa pensiun mereka (Bond et al., 2021), sementara studi di Thailand menunjukkan sebagian besar pensiunan mengalami tingkat pendapatan di bawah garis kemiskinan (Naruetharadhol et al., 2021a). Menurut Widyawati (2021), penurunan pendapatan dan ketidakmampuan mengelola keuangan memicu rasa tidak aman yang berpotensi memicu gangguan psikologis seperti depresi. Di sisi lain, peningkatan usia juga berikatan dengan penurunan fungsi fisik dan memburuknya kondisi kesehatan jangka panjang yang memerlukan pemeliharaan gaya hidup sehat (Hessel, 2016; Naruetharadhol et al., 2021b). Fenomena ini berdampak pada perilaku kerja seperti munculnya keterlambatan hadir secara berulang dan penggunaan waktu kerja untuk hal di luar pekerjaan..

Guna meminimalkan dampak negatif transisi purna tugas, persiapan pensiun harus dilakukan secara komprehensif mencakup empat dimensi utama, yaitu finansial, fisik, psikologis, dan sosial-keluarga (Sutarto & Cokro, 2008; Fiska Marka, 2017). Kesiapan finansial membutuhkan perencanaan modal, kepemilikan tabungan, asuransi, maupun investasi usaha legal (Aschwanden, 2016; Aulia et al., 2019). Kesiapan fisik diwujudkan melalui pembiasaan pola hidup sehat dan kebugaran tubuh. Secara psikologis, penyesuaian emosi dan ketahanan emosional diperlukan agar individu mampu menghadapi perubahan peran sosial dan keterasingan (Wetzel et al., 2016), di mana kecerdasan emosional memegang peran kunci untuk memanfaatkan sisi positif masa purna tugas (Rahmat, 2016). Selain keyakinan diri (Mayoli, 2018), dukungan sosial keluarga – seperti perhatian, apresiasi, serta bantuan nyata dari pasangan, anak, dan rekan – berperan vital dalam meredam kecemasan, menjaga kesehatan mental, serta meningkatkan kebahagiaan dan kesejahteraan individu saat memasuki masa pensiun (Taylor et al., 2009; Fardila et al., 2014; Henning et al., 2019).

METODOLOGI

Penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dan metode survei eksplanatori (explanatory research), yang berfokus pada analisis hubungan sebab-akibat antarvariabel berdasarkan data yang diperoleh dari responden. Penelitian ini dirancang untuk mengidentifikasi dan menjelaskan hubungan kausal serta menguji hipotesis mengenai pengaruh persiapan pensiun dan perencanaan pensiun terhadap kualitas hidup. Data kuantitatif yang diperoleh dari responden akan diolah dan dianalisis secara statistik sehingga dapat menghasilkan temuan yang mewakili populasi penelitian. Pemilihan metode kuantitatif didasarkan pada kebutuhan untuk mengukur variabel secara objektif dan menguji hubungan antarvariabel secara empiris. Melalui pendekatan tersebut, kondisi transisi pensiun Pegawai Negeri Sipil di Kabupaten Bulungan dapat dipahami secara lebih akurat dan berdasarkan kaidah ilmiah.

Sugiyono (2018:130) menjelaskan bahwa populasi adalah seluruh elemen penelitian yang terdiri atas objek maupun subjek yang mempunyai karakteristik tertentu dan menjadi sasaran pengamatan peneliti. Populasi dalam penelitian ini mencakup Pegawai Negeri Sipil yang bekerja di lingkungan Pemerintah Kabupaten Bulungan dan dijadwalkan memasuki masa pensiun pada tahun 2026 hingga 2027. Berdasarkan data yang diperoleh, jumlah populasi penelitian sebanyak 212 orang. dengan menggunakan rumus slovin maka mendapatkan populasi sebanyak 68 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pengaruh Persiapan Pensiun terhadap Kualitas Hidup Pensiun Pegawai Negeri Sipil di Kabupaten Bulungan

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis, variabel Persiapan Pensiun terbukti memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap Kualitas Hidup Pensiun Pegawai Negeri Sipil di Kabupaten Bulungan. Hasil tersebut ditunjukkan oleh nilai t hitung sebesar 8,225 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang berada di bawah batas signifikansi 0,05. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin baik persiapan yang dilakukan oleh pegawai dalam menghadapi masa pensiun, maka semakin tinggi pula kualitas hidup yang dirasakan setelah memasuki masa purna tugas. Oleh karena itu, Hipotesis 1 (H1) yang menyatakan bahwa Persiapan Pensiun berpengaruh positif dan signifikan terhadap Kualitas Hidup Pensiun dinyatakan diterima.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin baik persiapan yang dilakukan Pegawai Negeri Sipil dalam menghadapi masa pensiun, maka semakin tinggi kualitas hidup yang dirasakan setelah memasuki masa purna tugas. Persiapan pensiun dalam penelitian ini meliputi kesiapan meninggalkan rutinitas pekerjaan, kemampuan beradaptasi terhadap perubahan status pekerjaan, kesiapan menjalankan aktivitas pasca pensiun, serta kesiapan menghadapi post power syndrome. Persiapan yang matang membantu individu menghadapi perubahan peran dari pegawai aktif menjadi pensiunan sehingga dapat mengurangi kecemasan, tekanan psikologis, serta perasaan kehilangan identitas pekerjaan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pandangan Sutarto dan Cokro (2008) yang menyatakan bahwa kesiapan pensiun tidak hanya berkaitan dengan persiapan finansial, tetapi juga mencakup kesiapan fisik, mental, dan sosial. Semakin baik persiapan yang dilakukan sebelum memasuki masa pensiun, semakin besar kemampuan individu dalam menghadapi berbagai perubahan yang menyertai berakhirnya masa kerja. Kesiapan tersebut memungkinkan pensiunan untuk beradaptasi secara lebih efektif terhadap kondisi baru sehingga tetap dapat mempertahankan tingkat kesejahteraan dan kualitas hidup yang baik pada masa pensiun.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Mayoli (2018) yang membuktikan adanya hubungan positif dan signifikan antara kesiapan pensiun dan kesejahteraan individu. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kesiapan

yang baik sebelum memasuki masa purna tugas dapat berkontribusi terhadap terciptanya kondisi hidup yang lebih sejahtera. Selaras dengan itu, Henning et al. (2019) mengemukakan bahwa individu yang memiliki tingkat kesiapan pensiun yang tinggi cenderung memperoleh tingkat kesejahteraan yang lebih baik dibandingkan individu yang kurang siap menghadapi masa pensiun. Dengan demikian, hasil penelitian terdahulu tersebut mendukung temuan penelitian ini bahwa persiapan pensiun merupakan salah satu faktor yang berperan dalam meningkatkan kualitas hidup pensiunan.

Bagi Pegawai Negeri Sipil di Kabupaten Bulungan, masa pensiun bukan hanya perubahan status pekerjaan tetapi juga perubahan pola aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu, kesiapan mental dan kemampuan beradaptasi menjadi faktor yang sangat penting dalam menjaga kualitas hidup setelah pensiun. Semakin baik persiapan yang dilakukan, maka semakin mudah individu menjalani masa transisi menuju kehidupan pensiun yang lebih sejahtera.

2. Pengaruh Perencanaan Pensiun terhadap Kualitas Hidup Pensiun Pegawai Negeri Sipil di Kabupaten Bulungan

Berdasarkan hasil analisis, variabel Perencanaan Pensiun tidak terbukti berpengaruh secara signifikan terhadap Kualitas Hidup Pensiun Pegawai Negeri Sipil di Kabupaten Bulungan. Hal ini terlihat dari nilai t hitung sebesar $-0,178$ dengan nilai signifikansi $0,859$ ($> 0,05$), sehingga hubungan antara kedua variabel tersebut tidak signifikan secara statistik. Temuan ini menunjukkan bahwa kualitas hidup pensiunan tidak semata-mata ditentukan oleh perencanaan pensiun yang dilakukan sebelumnya, tetapi kemungkinan juga dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini. Dengan demikian, Hipotesis 2 (H2) ditolak.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perencanaan pensiun yang dilakukan responden belum mampu memberikan pengaruh secara langsung terhadap kualitas hidup yang dirasakan setelah memasuki masa pensiun. Meskipun secara teoritis perencanaan keuangan memiliki peran penting dalam menjaga stabilitas ekonomi di masa tua, namun dalam penelitian ini faktor tersebut belum menjadi faktor utama yang menentukan kualitas hidup pensiunan.

Secara teoritis, perencanaan pensiun merupakan proses pengelolaan sumber daya keuangan yang dilakukan untuk menjamin keberlangsungan hidup dan kesejahteraan pada masa pensiun. Menurut Liu et al. (2021), perencanaan pensiun yang efektif dapat meningkatkan kesiapan pensiun, kepercayaan diri, dan kesejahteraan setelah pensiun. Namun hasil penelitian ini menunjukkan kondisi yang berbeda pada Pegawai Negeri Sipil di Kabupaten Bulungan.

Tidak signifikannya pengaruh perencanaan pensiun dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Pertama, sebagian besar Pegawai Negeri Sipil telah memperoleh jaminan pensiun dari pemerintah sehingga kebutuhan dasar pada masa pensiun relatif tetap terpenuhi. Kedua, kualitas hidup pensiunan tidak hanya ditentukan oleh faktor finansial, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi kesehatan, dukungan

keluarga, hubungan sosial, serta kemampuan individu dalam beradaptasi terhadap perubahan kehidupan setelah pensiun. Ketiga, adanya perbedaan tingkat literasi keuangan dan kemampuan pengelolaan keuangan antar responden menyebabkan manfaat perencanaan pensiun yang dilakukan tidak dirasakan secara merata.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada konteks Pegawai Negeri Sipil di Kabupaten Bulungan, kualitas hidup pensiun lebih banyak dipengaruhi oleh kesiapan individu dalam menghadapi masa pensiun dibandingkan dengan perencanaan keuangan yang dilakukan sebelum memasuki masa purna tugas. Oleh karena itu, peningkatan kualitas hidup pensiunan tidak hanya dapat dilakukan melalui penguatan aspek finansial, tetapi juga melalui penguatan aspek psikologis dan sosial.

3. Pengaruh Persiapan Pensiun dan Perencanaan Pensiun terhadap Kualitas Hidup Pensiun Pegawai Negeri Sipil di Kabupaten Bulungan

Berdasarkan hasil uji F, diketahui bahwa variabel Persiapan Pensiun dan Perencanaan Pensiun secara simultan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap Kualitas Hidup Pensiun Pegawai Negeri Sipil di Kabupaten Bulungan. Hal ini dibuktikan oleh nilai F hitung sebesar 53,713 dengan nilai signifikansi 0,000 ($< 0,05$), sehingga Hipotesis 3 (H3) dapat diterima. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kombinasi kedua variabel independen memberikan kontribusi yang berarti dalam menjelaskan kualitas hidup pensiunan.

Selain itu, nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,619 menunjukkan bahwa model penelitian memiliki kemampuan penjelasan yang cukup kuat. Artinya, 61,9% variasi pada Kualitas Hidup Pensiun dapat diterangkan oleh Persiapan Pensiun dan Perencanaan Pensiun, sedangkan 38,1% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dimasukkan ke dalam model penelitian.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kualitas hidup pensiunan merupakan hasil interaksi dari berbagai faktor yang saling berkaitan. Persiapan pensiun memberikan kemampuan bagi individu untuk beradaptasi terhadap perubahan kehidupan setelah pensiun, sedangkan perencanaan pensiun membantu individu dalam menjaga kestabilan ekonomi dan memenuhi kebutuhan hidup pada masa tua. Ketika kedua faktor tersebut berjalan secara bersamaan, maka peluang terciptanya kualitas hidup yang lebih baik akan semakin besar.

Temuan penelitian ini sejalan dengan kerangka konseptual penelitian yang menyatakan bahwa kualitas hidup pensiunan dipengaruhi oleh kesiapan psikologis dan kesiapan finansial yang dimiliki individu sebelum memasuki masa purna tugas. Keduanya menjadi fondasi penting dalam menciptakan kesejahteraan fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan pada masa pensiun.

Temuan penelitian ini mengindikasikan pentingnya peningkatan program pembekalan masa persiapan pensiun yang diselenggarakan oleh Pemerintah Kabupaten Bulungan. Pelaksanaan program tersebut perlu mencakup berbagai

SIMPULAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan memberikan gambaran mengenai hubungan antara Persiapan Pensiun, Perencanaan Pensiun, dan Kualitas Hidup Pensiun Pegawai Negeri Sipil di Kabupaten Bulungan. Berdasarkan temuan tersebut, kesimpulan penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Persiapan Pensiun memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap Kualitas Hidup Pensiun Pegawai Negeri Sipil di Kabupaten Bulungan. Temuan ini mengindikasikan bahwa kesiapan yang dilakukan sebelum memasuki masa pensiun berperan dalam meningkatkan kualitas hidup pensiunan. Oleh karena itu, Hipotesis 1 (H1) dinyatakan diterima.
2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Perencanaan Pensiun tidak berpengaruh signifikan terhadap Kualitas Hidup Pensiun Pegawai Negeri Sipil di Kabupaten Bulungan. Temuan ini mengindikasikan bahwa perencanaan pensiun yang dilakukan responden belum mampu memberikan pengaruh secara langsung terhadap kualitas hidup pada masa pensiun. Oleh karena itu, Hipotesis 2 (H2) dinyatakan ditolak.
3. Persiapan Pensiun dan Perencanaan Pensiun secara simultan berpengaruh signifikan terhadap Kualitas Hidup Pensiun Pegawai Negeri Sipil di Kabupaten Bulungan. Temuan ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut secara bersama-sama berkontribusi dalam menjelaskan variasi kualitas hidup pensiunan. Dengan demikian, Hipotesis 3 (H3) dinyatakan diterima.
4. Hasil analisis koefisien determinasi menunjukkan nilai R^2 sebesar 0,619. Temuan ini mengindikasikan bahwa Persiapan Pensiun dan Perencanaan Pensiun memiliki kemampuan menjelaskan variasi Kualitas Hidup Pensiun sebesar 61,9%, sedangkan 38,1% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar cakupan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

1. Adams, G. A., & Rau, B. L. (2011). Putting off tomorrow to do what you want today: Planning for retirement. *American Psychologist*.
2. Amorim, S. M., & de Freitas Pinho França, L. H. (2020). Retirement planning and retirement well-being. *Journal of Aging Studies*.
3. Aschwanden, D. (2016). Financial preparation and retirement readiness among employees. *Journal of Aging and Retirement Studies*.
4. Atchley, R. C. (1989). A continuity theory of normal aging. *The Gerontologist*, 29(2), 183-190.
5. Aulia, R., dkk. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan keuangan keluarga. *Jurnal Ekonomi dan Keuangan*.
6. Badan Kepegawaian Negara. (2020). Peraturan Kepala Badan Kepegawaian Negara Nomor 3 Tahun 2020 tentang Petunjuk Teknis Pemberhentian Pegawai

Negeri Sipil. Jakarta: BKN. Badan Pusat Statistik. (2023). Statistik Penduduk Lanjut Usia Indonesia Tahun 2023. Jakarta: BPS.

7. Bond, J., et al. (2021). Financial security concerns among retirees during the COVID-19 pandemic. *Journal of Aging and Social Policy*.
8. ESQ Masa Persiapan Pensiun. (2017). Laporan Hasil Survei Kesiapan Pegawai Menghadapi Masa Pensiun Tahun 2016–2017. Jakarta: ESQ Leadership Center.
9. Fardila, N., Usman, B., & lainnya. (2014). Hubungan dukungan sosial keluarga dengan kesiapan menghadapi pensiun pada Pegawai Negeri Sipil. *Jurnal Psikologi*.
10. Hasibuan, M. S. P. (2005). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Bumi Aksara.
11. Henning, G., Lindwall, M., & Johansson, B. (2019). Retirement transition and well-being among older adults in Sweden. *Aging & Mental Health*.
12. Hessel, P. (2016). Does retirement affect health? A study of retirement and health outcomes in Europe. *Social Science & Medicine*.
13. Hurlock, E. B. (1993). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
14. Iskandarsyah, A., & Setyowibowo, H. (2020). Perencanaan pensiun sebagai strategi mempertahankan kesejahteraan masa tua. *Jurnal Psikologi dan Kesejahteraan*.
15. Kamus Besar Bahasa Indonesia. (2016). *Kamus Besar Bahasa Indonesia (Edisi Kelima)*. Jakarta: Balai Pustaka.
16. Kumar, S., et al. (2019). Retirement planning and financial preparedness among employees. *International Journal of Financial Studies*.
17. Liu, Y., et al. (2021). Retirement planning and post-retirement well-being. *Journal of Retirement Studies*.
18. Mangoenprasodjo, A. S., & Hidayati, S. (2005). *Lanjut Usia dan Permasalahannya*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
19. Mayoli. (2018). Hubungan self-efficacy dengan kesiapan pensiun pada Pegawai Negeri Sipil dan karyawan swasta. *Jurnal Psikologi Indonesia*.
20. Modigliani, F. (1986). Life cycle, individual thrift, and the wealth of nations. *American Economic Review*, 76(3), 297–313.
21. Naruetharadhol, P., et al. (2021). Retirement planning and economic well-being among retirees in Thailand. *Asian Economic and Financial Review*.
22. Niu, G., et al. (2020). Retirement beliefs and long-term financial planning. *Journal of Financial Counseling and Planning*.
23. Nurvaeni, I. A. (2015). Tingkat kecemasan dengan kesiapan menghadapi pensiun pada guru SD di Kecamatan Sentolo Kabupaten Kulon Progo. *Jurnal Keperawatan*.
24. Otoritas Jasa Keuangan. (2025). *Survei Nasional Literasi dan Inklusi Keuangan (SNLIK) Tahun 2025*. Jakarta: OJK.
25. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2017 tentang Manajemen Pegawai Negeri Sipil.
26. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2020 tentang Perubahan atas Peraturan Pemerintah Nomor 11 Tahun 2017 tentang Manajemen Pegawai Negeri Sipil.