

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN
KECEMASAN MENGHADAPI PENSIUN PADA KARYAWAN
PT.PERKEBUNAN NUSANTARA III MEDAN**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi Universitas Medan Area*

**OLEH:
INDAH SAFIRA PERMATA
168600014**



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2021**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 22/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)22/12/21

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN
KECEMASAN MENGHADAPI PENSIUN PADA KARYAWAN
PT.PERKEBUNAN NUSANTARA III MEDAN**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi Universitas Medan Area*



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

MEDAN

2021

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 22/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)22/12/21

LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI
DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI PENSIUN
PADA KARYAWAN PT.PERKEBUNAN NUSANTARA
III (PERSERO) MEDAN

NAMA MAHASISWA : INDAH SAFIRA PERMATA

NO. STAMBUK : 16.860.0014


BAGIAN : PSIKOLOGI INDUSTRI DAN ORGANISASI


MENYETUJUI :

Komisi Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing II


(Syafrizaldi, S.psi, M.Psi)


(Findy Suri, S.Psi, M.Psi)

MENGETAHUI :

Kepala Bagian

Dekan



(Arif Fachrian, S.Psi, M.Psi)



(Dr.Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

Tanggal Sidang Meja Hijau

14 Juli 2021

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/12/21

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)22/12/21

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian dan
Syarat-Syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana (S1) Psikologi

Pada Tanggal :
14 Juli 2021



(Dr. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

Dewan Penguji

1. Drs. Mulia Siregar, M.Psi
2. Istiana, S.Psi, M.Pd, M.Psi
3. Syafrizaldi, S.Psi, M.Psi
4. Findy Suri, S.Psi, M.Psi

Tanda Tangan

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN
AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Indah Safira Permata
NPM : 16.860.0014
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-Exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :
“Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun pada Karyawan PT.Pekebunan Nusantara III Medan”
berserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas RoyaltiNoneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat,dan memublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan
Pada tanggal: 14 Juli 2021
Yang menyatakan



(Indah Safira Permata)

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI PENSIUN PADA KARYAWAN PT.PERKEBUNAN NUSANTARA III MEDAN

Indah Safira Permata

16.860.0014

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi pensiun pada karyawan PT.Perkebunan Nusantara III Medan. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Kecerdasan emosi merupakan kemampuan seseorang dalam mengelola dan mengekspresikan dengan tepat emosi yang dimilikinya termasuk juga kemampuan memotivasi diri sendiri,serta membina hubungan dengan orang lain. Kecemasan diartikan sebagai perasaan tidak menentu, panik, takut tanpa mengetahui apa yang ditakutkan dan tidak dapat menghilangkan perasaan gelisah yang mencemaskannya itu, kecemasan juga meliputi aspek psikologis dan fisiologis. Hipotesis yang diajukan ada hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi pensiun pada karyawan. Jumlah populasi dalam penelitian ini kurang dari 100 orang karyawan PT. perkebunan nusantara III medan dengan teknik total sampling. sampel berjumlah 56 orang karyawan.Data dikumpulkan melalui skala yaitu 1) skala kecerdasan emosi 2) skala kecemasan . Metode analisis data menggunakan analisis product moment. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi pensiun dimana $r_{xy} = -0,369 < 0.005$. Artinya semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin rendah kecemasan menghadapi pensiun. Sumbangan efektif variabel kecerdasan emosi terhadap kecemasan menghadapi pensiun pada karyawan adalah 13,9%. Dengan demikian masih terdapat 86,1% pengaruh dari faktor lain terhadap kecemasan menghadapi pensiun yang dilihat dalam penelitian. Hasil lain ditemukan bahwasanya dari perhitungan mean empirik kecerdasan emosi termasuk dalam kategori sedang cenderung tinggi dan kecemasan menghadapi pensiun pada karyawan termasuk dalam kategori sedang.

Kata Kunci: Kecerdasan Emosi , Kecemasan dalam menghadapi pensiun, karyawan

ABSTRACT

CORRELATION BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE WITH ANXIETY FACING RETIREMENT IN EMPLOYEES OF PT. PERKEBUNAN NUSANTARA III MEDAN

Indah Safira Permata

16.860.0014

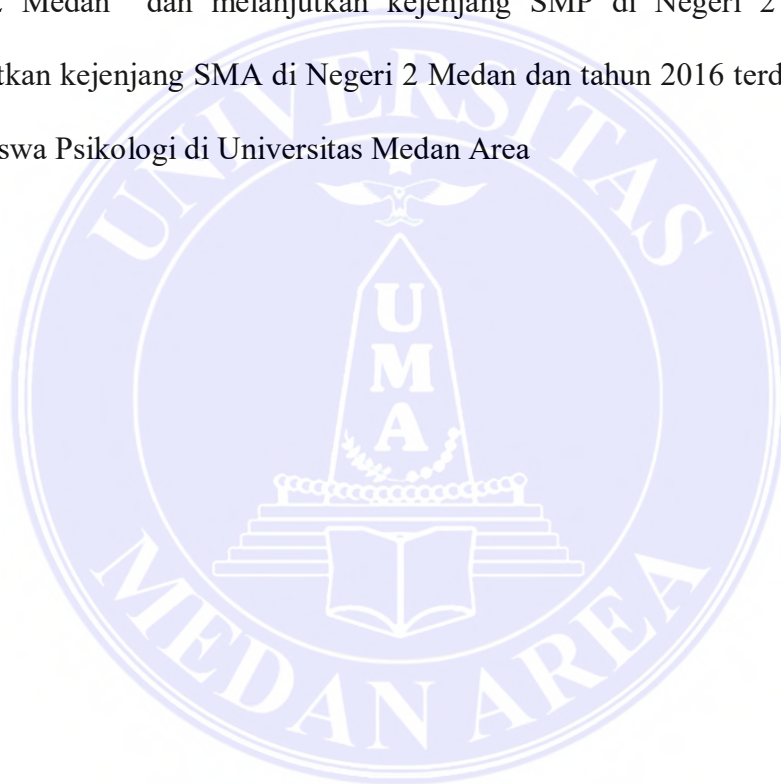
This study aims to determine the correlation between the emotional intelligence of PT employees and retirement anxiety. Perkebunan Nusantara III Medan. This research is a quantitative research. Emotional intelligence is a person's ability to properly manage and express emotions, including the ability to motivate oneself and build relationships with others. Anxiety is defined as a kind of uncertainty, panic, fear, not knowing what to fear and unable to get rid of the anxiety that makes him worry. Anxiety also includes psychological and physical aspects. This hypothesis proposes that there is a negative correlation between the emotional intelligence of employees and the anxiety of facing retirement. The total population in this study is less than 100 employees of PT. Nusantara III Medan Plantation uses full sampling technology. A sample of 56 employees. Collect data through a scale, namely 1) Emotional Quotient Scale and 2) Anxiety Scale. The data analysis method adopts product moment analysis. The results show that there is a significant relationship between emotional intelligence and retirement anxiety, where $r_{xy} = -0.369 < 0.005$, which means that the higher the emotional intelligence, the lower the retirement anxiety. The effective contribution of EQ variables to employee retirement anxiety is 13.9%. Therefore, there are still 86.1% of other factors affecting retirement anxiety in the study. Other results found that from the calculation of experience mean, emotional intelligence belongs to the medium category and tends to be higher, and the anxiety of employees facing retirement belongs to the medium category.

Keywords: Emotional Intelligence, facing retirement anxiety, Employee

RIWAYAT HIDUP

Penulis lahir di kota medan pada tanggal 17 Maret 1999 anak dari H. Cucu Zaenal Arifin, S.ip dan Hj. Wahyu Rahmawaty, S.H . Penulis merupakan anak ke dua dari dua bersaudara. Penulis mempunyai 1 orang Abang Bernama Ardi Nur Abdul Hakim.

Penulis menempuh pendidikan dasar di Negeri 22 Banda Aceh dan Negeri 060812 Medan dan melanjutkan kejenjang SMP di Negeri 2 Medan dan dilanjutkan kejenjang SMA di Negeri 2 Medan dan tahun 2016 terdaftar sebagai mahasiswa Psikologi di Universitas Medan Area



MOTTO

*

“Jangan pergi mengikuti kemana jalan akan berujung. Buat jalanmu sendiri dan tinggalkanlah jejak.” - *(Ralph Waldo Emerson)*

“*Everyday is race*, The last but not least (“Setiap hari Langkah kehidupan begitu cepat, bagaikan pembalap berebut dan melaju menjadi nomor satu, tetapi yang terakhir bukanlah yang terburuk.”) - *(Anonymous)*

“Hiduplah seperti pohon kayu yang lebat buahnya: hidup di tepi jalan dan dilempari orang dengan batu, tetapi dibalas dengan buah.” – *(Abu Bakar Sibli)*

“Ilmu itu lebih baik dari kekayaan, karena kekayaan itu harus kamu jaga, sedangkan ilmu yang akan menjagamu.” – *(Ali bin Abi Thalib)*

PERSEMBAHAN

*

Bismillahirrahmanirrahim

Ku ucapkan rasa syukur atas nikmat-mu Ya Allah Yang telah memberiku kekuatan di setiap langkah ku selama ini.

Shalawat dan salam ku hadiahkan kepada junjungan baginda Nabi Muhammad Saw yang telah memberiku kebanggaan menjadi umat yang senantiasa berfikir.

Ku persembahkan hasil karya tulis ini untuk Papa dan Mamaku tercinta, yang mana telah berjuang dan tak hentinya selalu mendoakan ku di setiap langkah tanpa rasa lelah dan menyerah dalam membesarkanku hingga sampai di titik ini, tanpa perjuangan Papa dan Mama mungkin semua yang aku usahakan ini hanyalah sebatas mimpi. Semoga Allah swt panjangkan umur mama papa dan senantiasa meridhoi perjuangan ku sehingga aku bisa memberikan kado terindah ini untuk mama dan papa, amin allahumma amin.

Tak lupa juga ku ucapkan banyak terimakasih kepada saudara dan sahabat-sahabatku yang selama ini tidak pernah bosan memberiku support semangat serta doanya sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan, meski menjadi perjalanan yang sulit, syukur alhamdulillah semua telah ku lewati hingga skripsi ini selesai. Semoga segala kebaikan dan dukungan kalian Allah balas dengan kebaikan dunia akhirat.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puji dan syukur kita hanyalah menjadi hak Allah SWT. Tuhan yang telah mengkaruniai nikmat akal dan hati kepada manusia sehingga dapat berpikir dan merasakan segalanya, satu dari sekian banyak nikmat-Nya adalah keberhasilan penulis dalam menyelesaikan skripsi sebagai tugas dalam meraih Sarjana di Jurusan Psikologi di Universitas Medan Area. Serta shalawat dan salam dihadiahkan kepada Rasulullah SAW yang telah membawa umat manusia dari alam kegelapan ke alam yang terang benderang.

Kepada kedua orang tua saya, saya dan keluarga besar saya yang telah memberikan pengertian, perhatian, kasih sayang serta doa yang sangat memacu dan memotivasi saya sehingga dapat memperoleh keberhasilan kesarjanaan untuk memulai jalan kehidupan menuju kesuksesan.

Skripsi ini berjudul :”Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun pada Karyawan di PTPN III”. Keberhasilan penulis dalam menyelesaikan sebuah karya sederhana ini tidaklah terwujud tanpa bantuan dari berbagai pihak, baik moril maupun materil. Oleh karena itu, izinkanlah dengan segenap hati, penulis menuturkan ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada semua pihak diantaranya :

1. Bapak Drs. M. Erwin Siregar, MBA selaku ketua Yayasan Pendidikan Haji Agus Salim.
2. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc. Selaku Rektor Universitas Medan Area.
3. Ibu Dr. Risyda Fadilah, S.Psi, M.Psi, Psikolog Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area..
4. Ibu Laili Alfita, S.psi.MM.M.Psi, Psikolog selaku wakil dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
5. Bapak Arif Fachrian, S.Psi, M.Psi, Selaku Ketua Jurusan Psikologi Industri dan Organisasi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
6. Bapak Syafrizaldi, S.Psi, M.Psi selaku dosen pembimbing pertama saya yang selalu bersedia memberikan ilmu dan membimbing saya dengan sangat baik .
7. Ibu Findy Suri S.psi, M.Psi selaku dosen pembimbing kedua saya yang telah membimbing saya dan meluangkan waktunya untuk memberikan saran dan masukan dalam pengerjaan skripsi saya.
8. Bapak Drs. Mulia Siregar, M.Psi selaku ketua sidang yang sudah berkenan hadir dalam sidang meja hijau.
9. Ibu Istiana, S.Psi, M.pd, M.Psi selaku sekretaris sidang meja hijau. Terimakasih atas kesediaan waktu untuk saran-saran yang telah diberikan kepada peneliti.
10. Terimakasih yang sebesar-besarnya yang tidak bisa saya ungkapkan untuk kedua orang tua saya , Ayahanda H. Cucu Zaenal Arifin, S.ip dan ibunda tercinta Hj. Wahyu Rahmawati, S.h yang selalu memberikan

nasihat , semangat , dengan sabar selalu mengantarkan saya kemanapun pada masa bimbingan dan perkuliahan terutama di masa pandemic covid-19 seperti ini dan selalu mendukung dan mendoakan saya agar dipermudah segala urusan saya .

11. Terimakasih untuk nenek saya tercinta Hj. Syamsiar yang selalu memberikan nasihat juga memberikan semangat kepada saya .
12. Terimakasih untuk abang saya Ardi Nur Abdul Hakim yang memberikan saya semangat dan selalu menghibur saya dan selalu memberikan doa terbaiknya buat saya untuk menyelesaikan skripsi ini.
13. Terimakasih kepada sahabat saya Sufi Syahara Nasution yang telah menemani saya dari SMP dan sampai saat ini , selalu memberikan dukungan juga nasehat , mendengarkan curahan hati saya , menemani saya dikala sedih , susah dan senang , yang selalu memberikan semangat dan motivasi , semoga Allah membalas kebaikan mu.
14. Terimakasih kepada sahabat terbaik saya Khaira Maulida lubis yang telah memberikan dukungan , semangat , saran , motivasi terbaik selama dalam pengerjaan skripsi ini , dan selalu menjadi pendengar yang baik dikala saya butuh solusi .
15. Terimakasih kepada Gucci gang, khaira maulida lubis, dinda ramadhani , Nur lailan , Fahriany N syahputri , Maghvira meidiana yang telah menemani saya dan mengisi hari- hari saya semasa perkuliahan , selalu memberikan nasehat dan semangat apapun yang terjadi , selalu mendengar keluh kesah dan saling mendukung satu sama lain. Semoga Allah membalas kebaikan kalian.

16. Terimakasih kepada Fitri Ayu Nanda dan Elisabeth Simanjuntak yang sempat menemani saya di awal perkuliahan , walaupun kalian sudah jauh tapi sampai sekarang silaturahmi tetap berjalan sampai saat ini . selalu memberikan semangat dan saling mendukung satu sama lain .
17. Terimakasih kepada Nevi silvia sebagai teman satu doping saya yang telah banyak membantu , mengajarkan dan membagikan ilmu nya kepada saya dan memberikan semangat kepada saya dalam pengerjaan skripsi .
18. Bapak/Ibu pimpinan juga seluruh staff dan karyawan PT. Perkebunan Nusantara III Medan yang telah memberikan izin untuk riset dalam penelitian ini sehingga dapat berjalan dengan baik.
19. Terima Kasih kepada pegawai fakultas yang telah membantu memberikan informasi dan mempermudah dalam proses administrasi menyelesaikan skripsi ini.
20. Terimakasih teman–teman yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, yang selama ini belajar bersama dan berjuang bersama di Fakultas Psikologi Medan Area.
21. Last but not least ,I wanna thank me, for believing in me, for doing all this hard work, for having no days off, for never quitting.

Seiring do'a dan semoga Allah SWT membalas segala kebaikan yang telah diberikan kepada penulis serta dengan menyerahkan diri kepadanya seraya mengharapkan ridhonya dan dengan segala kerendahan hati penulis menyerahkan skripsi ini yang jauh dari kesempurnaan karena kesempurnaan hanya milik Allah SWT, dan penulis juga berharap masukan dan konstruktif guna perbaikan dimasa

yang akan datang. Tidak dapat kiranya penulis membalas semua bantuan dan kebaikan yang telah diberikan, penulis berharap semoga Allah SWT dapat membalas segala kebaikan yang telah diberikan kepada penulis dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua aamiin.

Medan, 20 Juli 2021

Penulis

Indah Safira Permata

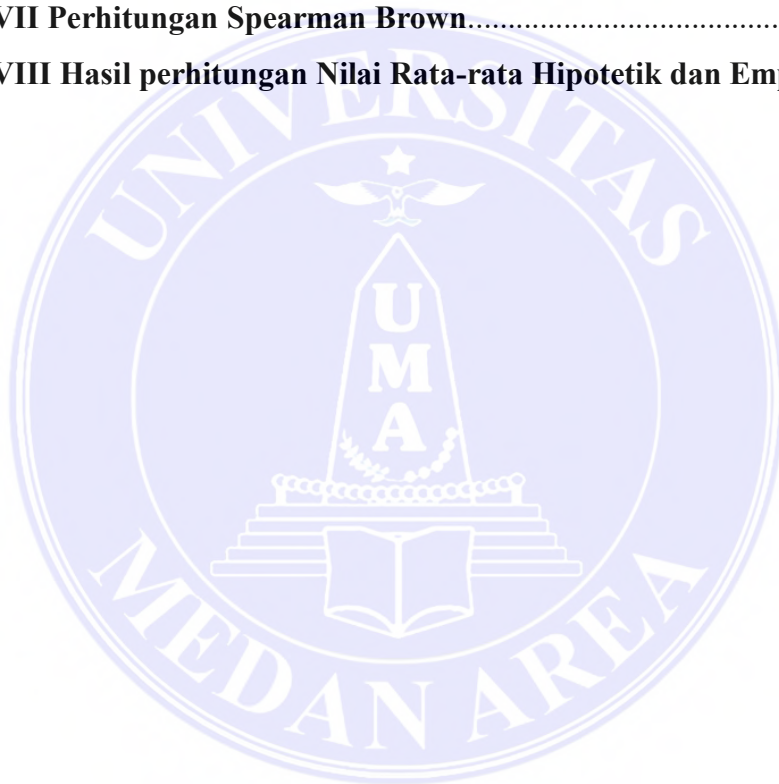


DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
MOTTO.....	ix
PERSEMBAHAN	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI	xvi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Batasan Masalah.....	9
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II	11
TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Karyawan	11
B. Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun.....	12
1. Pengertian Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun.....	12
2. Faktor-Faktor Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun	13
3. Ciri – Ciri Kecemasan Menghadapi Pensiun.....	17
4. Aspek-aspek Kecemasan.....	19
C. Kecerdasan Emosi	21
1. Pengertian Kecerdasan Emosi	21
2. Faktor – Faktor Kecerdasan Emosi.....	21
3. Aspek-aspek Kecerdasan Emosi.....	24
4. Ciri-ciri kecerdasan emosi.....	27
D. Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun pada Karyawan	27
E. Kerangka Konseptual.....	31
F. Hipotesis	32
BAB III	33

METODE PENELITIAN.....	33
A. Tipe Penelitian	33
B. Identifikasi Variabel-variabel Penelitian	33
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	33
D. Populasi dan Sampel.....	34
1. Populasi Penelitian.....	34
2. Sampel Penelitian	34
E. Teknik pengambilan sampel	35
F. Metode Pengumpulan Data.....	35
G. Validitas dan Reliabilitas	37
1. Validitas	37
2. Reliabilitas.....	38
H. Metode Analisis Data	38
BAB 4	40
LAPORAN PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	40
A. Orientasi Kancas Penelitian.....	40
1. Sejarah Perusahaan.....	40
2. Visi dan Misi perusahaan.....	41
B.Persiapan Penelitian.....	42
1.Persiapan Administrasi	42
2.Persiapan Alat Ukur Penelitian	42
3. Uji Coba	46
4. Hasil Uji Coba skala Kecerdasan Emosi.....	47
5. Hasil Uji Coba Skala Kecemasan	48
C.Pelaksanaan Penelitian.....	49
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian	50
1. Uji Normalitas	50
2. Uji Linearitas.....	51
3. Hasil Perhitungan Korelasi <i>spearman brown</i>	52
E.Pembahasan	55
BAB V.....	59
PENUTUP	59
A. Kesimpulan	59

B. Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	62
DAFTAR TABEL	
Tabel I Distribusi Butir Kecemasan Sebelum Uji Coba	43
Tabel II Distribusi Butir Kecerdasan Emosi Sebelum Uji Coba	44
Tabel III Distribusi Butir Kecerdasan Emosi Setelah Uji Coba.....	47
Tabel IV Distribusi Butir Kecemasan Setelah Ui Coba	48
Tabel V Hasil Perhitungan Uji Normalitas.....	51
Tabel VI Hasil Perhitungan Uji Linearitas.....	51
Tabel VII Perhitungan Spearman Brown.....	52
Tabel VIII Hasil perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Empirik.....	54



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Ketika orang memasuki masa pensiun seorang karyawan seharusnya merasa senang karena telah mencapai puncak karirnya. Individu dapat menikmati masa hidupnya dengan lebih santai, rileks, tenang, dan bahagia. Dengan kata lain, individu tidak lagi terbebani dengan berbagai tugas dan tanggung jawab dari instansi atau organisasi tempatnya bekerja. Saat masa pensiun tiba, maka individu akan lebih banyak waktu dan kesempatan bersama-sama dengan keluarga atau pasangannya. Individu mengerjakan sesuatu yang disukai dan bukan pekerjaan yang harus dikerjakannya, individu dapat meningkatkan kualitas kesehatan karena berkurangnya tekanan beban kerja yang harus dihadapi. Pada akhirnya individu dapat memaknai kehidupannya dengan penuh keoptimisan (Aidit, 2000). Akan tetapi, dalam memasuki masa pensiun ada juga individu yang merasa kehilangan semangat dalam bekerja. Bekerja merupakan aktivitas fisik maupun aktivitas mental yang menjadi kegiatan utama manusia dalam kehidupan sehari-hari. Manusia senantiasa mempunyai kedudukan yang makin penting, meskipun Negara Indonesia menuju kepada masyarakat yang berorientasi kerja, yang memandang kerja adalah sesuatu yang mulia, tidaklah berarti mengabaikan manusia yang melaksanakan kerja tersebut.

Pensiun seringkali dianggap sebagai kenyataan yang tidak menyenangkan sehingga menjelang masanya tiba sebagian orang sudah merasa cemas karena tidak tahu kehidupan macam apa yang akan dihadapi nanti (Rini, 2008). Masa pensiun merupakan suatu fase kehidupan yang perlu mendapatkan perhatian dari pekerja

atau pegawai yang sedang menghadapinya. Semakin bertambahnya usia seseorang maka kondisi fisiknya juga akan mengalami penurunan dan ini berdampak pada produktivitas seseorang dalam bekerja. Jika sudah waktunya (ketika individu berumur 40-60 tahun) seseorang akan diminta untuk berhenti bekerja, Berbagai perubahan akan terjadi dalam kehidupan pekerja setelah tiba masa pensiun dan jika tidak disikapi dengan bijaksana dapat mendatangkan kecemasan. Masa pensiun biasanya jatuh bertepatan dengan usia pertengahan (40-60 tahun) yang dinyatakan oleh para ahli sebagai masa krisis (Hurlock, 2006).

Pendapat hampir sama juga dikemukakan oleh Kartono (dalam Admin, 2007) yang menyatakan bahwa seseorang yang memasuki masa pensiun seringkali merasa malu karena menganggap dirinya sebagai "pengangguran" sehingga menimbulkan perasaan-perasaan minder, rasa tidak berguna, tidak dikehendaki, dilupakan, tersisihkan, tanpa tempat berpijak dan seperti "tanpa rumah". Hal ini berbeda dengan ketika orang tersebut masih bekerja, dirinya merasa terhormat dan merasa berguna. Selain itu pada waktu masih bekerja seseorang mendapatkan bermacam-macam fasilitas materiil, sedangkan setelah pensiun fasilitas kerja tidak ada lagi.

Dalam era modern sekarang ini, pekerjaan merupakan salah satu faktor terpenting yang bisa mendatangkan kepuasan (karena uang, jabatan, dapat memperkuat harga diri). Oleh karenanya, sering terjadi orang yang pensiun bukannya bisa menikmati masa tua dengan hidup santai, sebaliknya ada yang mengalami problem serius (psikis maupun fisik). Masa pensiun dianggap sebagai ancaman terhadap kehidupan seseorang di masa yang akan datang sehingga dapat menimbulkan kecemasan (Hadi Waluyo, 2009).

Masa pensiun seharusnya adalah masa yang dinantikan banyak orang. Pada masa pensiun seseorang memiliki lebih banyak waktu untuk dihabiskan bersama keluarga, anak, cucu, dan terbebas dari stres akibat pekerjaan. Seharusnya masa pensiun adalah masa yang dinantikan pasangan karena akhirnya pasangan tersebut bisa menghabiskan waktu bersama lebih lama. Namun kenyataannya pensiun ternyata memicu stres dan depresi pada pasangan suami istri. Masa pensiun dianggap sebagai ancaman terhadap kehidupan seseorang di masa yang akan datang sehingga dapat menimbulkan kecemasan (Hadi Waluyo, 2009). Tidak sedikit orang-orang yang bingung bahkan merasa cemas ketika memasuki masa pensiun, misalnya apa yang akan mereka lakukan setelah pensiun. Perubahan-perubahan menghadapi masa pensiun dapat menimbulkan guncangan mental yang tidak dapat dielakkan. Hal ini disebabkan karena adanya perasaan tidak rela untuk melepas jabatan yang selama ini telah dimiliki dan dinikmati, sehingga ada perasaan cemas dan khawatir. Sutrisno, mengatakan bahwa hal ini apabila berlebihan dapat mengganggu keadaan fisik dan psikologisnya

Oleh karena itulah seseorang yang memasuki masa pensiun mengalami kondisi "kekosongan", merasa tanpa arti dan tanpa guna sehingga menjelang masa pensiun orang tersebut mengalami kecemasan akan bayangan-bayangan yang dikhayalkannya sendiri. Padahal sebenarnya, yang menjadi kriteria pokok itu bukan kondisi dan situasi pensiun serta menganggur, akan tetapi bagaimana caranya seseorang menghayati dan merasakan keadaannya yang baru itu. Kondisi mental dan tipe kepribadian seseorang sangat menentukan mekanisme reaktif seseorang menanggapi masa pensiunnya.

Dari uraian di atas dapat diketahui bahwa orang cenderung merasa cemas ketika akan memasuki masa pensiun. Hal ini dikarenakan orang tersebut mempunyai sudut pandang negatif tentang pensiun.

Masa pensiun pada PT. Perkebunan Nusantara III Medan memasuki pada usia 55 tahun. Dalam persiapan untuk karyawan yang akan menghadapi masa pensiun perusahaan ini memberikan beberapa persiapan seperti dalam beberapa penunjang seperti fasilitas gaji dana pensiun dan jaminan hari tua. Ini diharapkan dapat menanggulangi kecemasan karyawannya yang akan menghadapi masa pensiun kelak.

Kecemasan yang terlihat di PT. Perkebunan Nusantara III (Persero) Medan begitu beragam, sebagian karyawannya mengalami kekhawatiran pada segi ekonomi yang menyebabkan pekerjaan di kantor menjadi kurang produktif/efektif karena para karyawan yang akan pensiun gampang merasa Lelah dan juga stress Ketika mengingat bahwa mereka akan pensiun. Tak jarang dari beberapa karyawan juga suka merasa pusing dan menjadi emosional sehingga kurang begitu fokus terhadap tugas-tugas pekerjaan yang diberikan.

Selanjutnya karyawan yang akan pensiun belum mempunyai planning rencana untuk masa pensiunnya kelak, ini membuat karyawan belum siap menyambut masa pensiunnya itu oleh karena itu muncul rasa takut juga gelisah akibat bayang-bayang dan pikiran buruk yang dibuat sendiri . Kecerdasan emosi karyawan terlihat masih rendah karena masih banyak karyawan yang tidak mampu menangani emosi dan perasaan yang ia alami terlihat tidak fokus saat mengerjakan tugas nya , suka merasa pusing , juga gampang tersinggung dan mudah marah jika membicarakan masa pensiun.

Pegawai yang mempersiapkan diri dalam menghadapi pensiun mereka tidak akan merasa cemas dan dapat menerima dirinya ketika pensiun, karena memiliki persiapan diantaranya, seorang calon pensiunan memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya dalam menjalani hidup, tidak merasa malu setelah pensiun tidak memiliki pekerjaan lagi, dan juga dapat menempatkan dirinya di dalam masyarakat dan diterima dalam masyarakat, dapat mempertanggungjawabkan segala perbuatannya dan mempunyai prinsip dalam menjalankan kehidupannya

Orang yang mempunyai kecerdasan emosi yang tinggi akan sepenuhnya sadar mengenai apa yang dirasakannya sehingga dapat menentukan tindakan yang harus dilakukannya untuk mengatasi kecemasan tersebut dan bukan hanya membiarkan kecemasannya berlarut-larut tanpa solusi. Orang yang mempunyai kecerdasan emosi memiliki perasaan empati pada orang lain dan dapat hidup selaras dengan orang lain atau kelompok, orang tersebut tetap akan mempunyai hubungan baik dengan semua orang baik sebelum atau setelah pensiun dan membuat orang tersebut tidak akan merasa terkucilkan sehingga orang itu memiliki pikiran positif terhadap masa pensiun yang akan dialaminya (Goleman, 2003).

Adapun fenomena yang didapat peneliti berdasarkan hasil observasi pada karyawan di PT.Perkebunan Nusantara (persero) III Medan terlihat memiliki kecerdasan emosi yang rendah. PT. Perkebunan Nusantara III adalah Badan Usaha Milik Negara (BUMN) yang bergerak pada bidang usaha agroindustri. PTPN III Medan mengusahakan perkebunan dan pengolahan komoditas kelapa sawit yang mencakup pengelolaan areal dan tanaman, kebun, bibit dan pemeliharaan tanaman menghasilkan, pengolahan komoditas menjadi bahan baku industri. Perusahaan yang bergerak di bidang agroindustri ini memiliki beberapa karyawannya yang

dalam beberapa waktu dekat akan menghadapi masa pensiun. Berikut hasil wawancaranya :

“Saya sendiri mungkin ketika sudah pensiun nanti ada perasaan tidak siap. Karena saya terbiasa bekerja, terbiasa untuk bergerak. Apalagi disini saya sudah lama bekerja. Banyak hal yang tidak bisa saya ungkapkan akan menghadapi pensiun nanti” (wawancara 28 Oktober 2019)

Karyawan merasa cemas ketika menghadapi pensiun dikarenakan takut akan kehilangan jabatan dan beberapa fasilitas yang bisa dia dapatkan ketika masih bekerja di PTPN III Medan. Karyawan juga mengalami gejala kecemasan seperti tiba-tiba bisa merasakan sakit kepala, susah untuk tidur, dan mudah lelah. Selain itu, ketika memikirkan masa pensiun karyawan juga merasa takut, khawatir pada kehidupan selanjutnya.

Dari fenomena kecemasan yang terjadi, dapat dideskripsikan bahwa kecemasan pada karyawan yang akan menghadapi masa pensiun merupakan perasan mendasar yang dirasakan karyawan yang terbiasa untuk bekerja dan memiliki tanggung jawab dalam membiayai kehidupannya di keluarga. Pada dasarnya ini hanyalah masa transisi dimana pensiun hanyalah masa transisi dari bekerja dengan tidak bekerja lagi. Seseorang yang mengalami kecemasan dalam menghadapi masa pensiun tidak akan merasa kecemasan bila diseimbangkan dengan memiliki kecerdasan emosi yang baik. Dan juga hal ini dipengaruhi bahwa karyawan belum siap sepenuhnya menghadapi pensiun.

Banyak bukti memperlihatkan bahwa orang yang secara emosi cakap, yang mengetahui dan menangani perasaan mereka sendiri dengan baik, dan yang mampu membaca dan menghadapi perasaan orang lain dengan efektif memiliki keuntungan dalam setiap bidang kehidupan, entah itu dalam hubungan asmara dan

persahabatan, hubungan kerja, ataupun ketika akan memasuki masa berhenti dari bekerja (Goleman, 2000). Saat ini perusahaan-perusahaan sudah menyadari dan menyimpulkan bahwa inti kemampuan pribadi dan sosial yang merupakan kunci utama keberhasilan seseorang adalah kecerdasan emosi (Agustian, 2001).

Menurut Beck (dalam Hurlock, 2006) seseorang yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi, akan lebih mampu mengatur emosinya sehingga dapat meminimalisasi atau bahkan menghindari perasaan cemas dalam menghadapi masa pensiun. Beck (dalam Hurlock, 2006) juga menyatakan orang yang mampu mengendalikan emosinya dengan baik akan memahami diri sendiri yang pada akhirnya dapat mencegah ketegangan atau kecemasan dalam diri sendiri. Orang yang mempunyai kecerdasan emosi yang tinggi akan sepenuhnya sadar mengenai apa yang dirasakannya sehingga dapat menentukan tindakan yang harus dilakukannya untuk mengatasi kecemasan tersebut dan bukan hanya membiarkan kecemasannya berlarut-larut tanpa solusi.

Sebaliknya orang yang mempunyai kecerdasan emosi rendah, akan sulit mengendalikan emosinya agar tidak terlalu tinggi dan sulit mengarahkannya ke hal-hal positif. Orang yang mempunyai kecerdasan emosi yang rendah tidak akan mampu mengenali emosi dirinya, dan tidak dapat menentukan tindakan yang harus dilakukannya untuk menghindari kecemasan menghadapi masa pensiun. Hal ini sejalan dengan penelitian Nuraini (2013) yang menyatakan bahwa kecerdasan emosi sangat berperan penting dalam mengatasi atau bahkan menghindari kecemasan dalam menghadapi masa pensiun.

Maka dari uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan tingkat kecerdasan emosi dan kecemasan menghadapi masa pensiun ingin mengetahui : **“Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun pada Karyawan PT. Perkebunan Nusantara III Medan”**

B. Identifikasi Masalah

Masa pensiun adalah masa dimana seorang karyawan tidak akan bekerja lagi atau berhenti secara hormat oleh perusahaan tempat ia bekerja. Kecemasan menghadapi pensiun ini disebabkan oleh beberapa faktor dimana takut kehilangan jabatan , tidak lagi menerima fasilitas yang dapat memenuhi kebutuhan seseorang dalam kehidupan.

Seseorang yang mengalami kecemasan dalam menghadapi masa pensiun tidak akan merasa cemas bila diseimbangkan dengan memiliki kecerdasan emosi yang baik. Banyak bukti bahwa orang yang secara emosi cakap yang mengetahui dan menangani perasaan mereka sendiri dengan baik. Beck (dalam Hurlock 2006) juga menyatakan orang yang mampu mengendalikan emosinya dengan baik akan memahami diri sendiri yang pada akhirnya dapat mencegah ketegangan atau kecemasan dalam diri sendiri.

Orang yang mempunyai kesadaran emosi yang tinggi akan sepenuhnya sadar mengenai apa yang dirasakannya sehingga dapat menentukan tindakan yang harus dilakukannya untuk mengatasi kecemasan tersebut dan bukan hanya membiarkannya berlarut-larut tanpa solusi. Kecemasan dalam menghadapi pensiun akan terminimalisir karena adanya kecerdasan emosi yang dimiliki seseorang.

Kecerdasan emosi berguna untuk mengatur secara psikologis seseorang yang akan menghadapi pensiun, oleh karena itu seseorang yang memiliki kecerdasan emosi yang baik akan dapat menghadapi masa pensiun nya dengan planning yang akan ia lakukan kedepan di masa pensiun yang akan datang. Hal ini sejalan dengan penelitian Nuraini (2013) yang menyatakan bahwa kecerdasan emosi sangat berperan penting dalam mengatasi atau bahkan menghindari kecemasan dalam menghadapi masa pensiun.

C. Batasan Masalah

Dalam penelitian di PT.Perkebunan Nusantara III (Medan) penulis akan membatasi masalah yang akan diteliti agar penelitian menjadi lebih terfokus dan dapat menjawab permasalahan penelitian dengan lebih efektif dan efisien. Adapun batasan masalah dalam penelitian ini yaitu hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada karyawan dengan jumlah sampel 56 orang dengan usia 54 tahun pada karyawan PTPN III Medan yang akan memasuki masa pensiun .

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah: “Apakah ada Hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada karyawan PTPN III Medan ?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan permasalahan yang ada, Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada karyawan PTPN III Medan.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi bidang Ilmu Psikologi pada umumnya, dan khususnya Psikologi Industri dan Organisasi yaitu mengenai kecerdasan emosi dan kecemasan menghadapi masa pensiun.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan bagi para karyawan dapat memberikan informasi mengenai pentingnya meningkatkan kecerdasan emosi pada karyawan agar siap dan mampu mengatasi kecemasan dalam menghadapi masa pensiun pada karyawan dan dapat digunakan sebagai pedoman bagi karyawan untuk mengetahui dampak dari kecemasan dalam menghadapi masa pensiun dan bagaimana dapat meningkatkan kecerdasan emosi khususnya dalam menghadapi masa pensiun.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Karyawan

1. Pengertian Karyawan

Menurut Rivai (2009) karyawan pada dasarnya ditentukan oleh tiga hal, yaitu: kemampuan, keinginan, lingkungan. Oleh karena itu, untuk memiliki kinerja yang baik, seorang karyawan harus memiliki keinginan yang tinggi, kemampuan atau *skill* individu, serta lingkungan yang baik untuk mengerjakan pekerjaannya.

Karyawan adalah setiap orang yang bekerja dengan menjual tengahnya (fisik dan pikiran) kepada suatu perusahaan dan memperoleh balas jasa sesuai dengan perjanjian Hasibuan (2007). Menurut Subri (2002) karyawan merupakan setiap penduduk yang masuk ke dalam usia kerja (berusia di rentang 15 hingga 64 tahun), atau jumlah total seluruh penduduk yang ada pada sebuah negara yang memproduksi barang dan jasa jika ada permintaan akan tenaga yang mereka produksi, dan jika mereka mau berkecimpung / berpartisipasi dalam aktivitas itu.

Karyawan sebagai penggerak organisasi dalam mewujudkan eksistensinya atau potensi yang merupakan aset dan berfungsi sebagai modal non material dalam organisasi bisnis yang dapat diwujudkan menjadi potensi nyata secara fisik dan non fisik dalam mewujudkan eksistensi organisasi (Nawawi, 2011).

Karyawan merupakan sumber daya yang digunakan untuk menggerakkan dan mensinergikan sumber daya lain untuk mencapai tujuan organisasi. Tanpa SDM sumberdaya lain menganggur (*idle*) dan kurang bermanfaat dalam mencapai tujuan organisasi (Abdullah, 2014)

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa karyawan adalah setiap orang yang bekerja dengan menjual tenaganya (fisik dan pikiran) kepada suatu perusahaan dan memperoleh balas jasa sesuai dengan perjanjian.

B. Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun

1. Pengertian Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun

Menurut Darajat, kecemasan merupakan hal yang sering dihadapi oleh setiap manusia di dalam kehidupan sehari-hari ketika menghadapi berbagai masalah. Kecemasan juga diartikan sebagai perasaan tidak menentu, panik, takut tanpa mengetahui apa yang ditakutkan dan tidak dapat menghilangkan perasaan gelisah yang mencemaskan itu.

Menurut Nevid (2005) kecemasan adalah reaksi emosional yang normal di beberapa situasi, tapi tidak di situasi lain. Kecemasan adalah suatu perasaan yang diliputi ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut (Chaplin, 2002). Hal ini didukung oleh Meichati (dalam Prasojo, 2011) yang mendefinisikan kecemasan sebagai rasa takut yang sering timbul dan dialami terhadap hal-hal yang belum dialami langsung dan belum diketahui kepastiannya.

Menurut Durand dan Barlow, kecemasan adalah perasaan yang ditandai oleh gejala-gejala jasmaniah seperti ketegangan fisik dan kekhawatiran tentang masa depan. Kecemasan juga dapat diartikan sebagai keadaan suasana hati yang ditandai oleh afek negatif dan gejala-gejala ketegangan jasmaniah dimana individu mengantisipasi kemungkinan datangnya bahaya atau kemalangan di masa yang akan datang dengan perasaan khawatir. Kecemasan mungkin melibatkan perasaan, perilaku, respon-respon fisiologis.

2. Faktor-Faktor Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun

Menurut Horney (dalam Safitri, 2003) faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya kecemasan menghadapi masa pensiun itu sendiri terbagi menjadi dua yaitu :

a. Faktor eksternal yang meliputi : penolakan sosial, kritikan dari orang lain, dan situasi lingkungan

1. Penolakan Sosial.

Braca (dalam Safitri, 2003) mengemukakan bahwa lingkungan yang baik akan mendukung seorang pegawai yang telah pensiun untuk melakukan interaksi sosial yang baik dengan lingkungan masyarakatnya, sedangkan lingkungan yang tidak mendukung atau adanya penolakan sosial, akan cenderung menghantar seorang pegawai pada kondisi cemas dalam berhubungan dengan orang lain.

2. Kritikan dari orang lain.

Menurut Hall (dalam Safitri, 2003), lingkungan yang penuh kritikan dari orang lain dan persaingan akan menyebabkan individu merasa cemas. Seorang pegawai yang selalu dikritik oleh keluarganya, seperti kritikan terhadap penghasilan yang akan segera berkurang dan besarnya biaya perawatan kesehatan, menyebabkan pegawai merasa cemas dalam menghadapi masa pensiunnya.

3. Situasi lingkungan.

Menurut Rogers (dalam Eliyana 2006), pegawai yang telah pensiun dan tinggal dalam lingkungan sesama pensiun mempunyai semangat atau keyakinan diri lebih tinggi daripada pensiun yang tinggal di lingkungan

yang mencemooh setelah seseorang memasuki masa pensiun merupakan lingkungan yang akan membuat seorang pensiunan merasa tidak nyaman.

b. Faktor internal yang meliputi : perasaan tidak mampu, tidak percaya diri, perasaan bersalah, kecerdasan emosi, dan penerimaan terhadap diri sendiri.

1. Perasaan tidak mampu.

Menurut Walgito (dalam Susanti, 2006) perasaan tidak mampu dapat menimbulkan rasa cemas. Kecemasan dapat timbul karena individu memandang kemampuannya lebih rendah dibanding kemampuan orang lain dan meremehkan diri sendiri, sehingga individu tidak mampu menyelesaikan masalahnya sendiri, mengetahui apa yang dibutuhkan dalam hidupnya, dan tidak mampu melakukan sesuai dengan yang diinginkan atau harapan-harapannya. Pegawai yang mempunyai rasa tidak mampu akan sulit menyelesaikan masalah yang dirasakannya dan mengetahui apa yang dibutuhkan sehingga pegawai cenderung merasakan kecemasan.

2. Tidak percaya diri.

Menurut Anthony (dalam Susanti, 2006), orang yang mempunyai kepercayaan diri cenderung bersifat optimis menghadapi persoalan yang ada dengan hati yang tenang, sehingga analisis terhadap persoalan tersebut dapat rasional dan objektif. Seorang pegawai yang percaya diri akan memandang suatu permasalahan sebagai tantangan hidup yang harus dihadapi dan diatasi. Pegawai tersebut menerima kekecewaan secara positif dan tidak akan menyalahkan orang lain atas semua yang terjadi sehingga tidak timbul rasa cemas ketika menghadapi masa pensiun.

3. Perasaan bersalah.

Mower (dalam Safitri 2003) menyatakan kecemasan berasal dari rasa bersalah. Pegawai yang merasa bersalah terhadap anak dan istrinya atas pensiun yang akan dialaminya menyebabkan pegawai tersebut tidak mampu mengungkapkan apa yang dirasakannya sehingga timbulah kecemasan bila teringat sebentar lagi akan pensiun.

4. Rendahnya kecerdasan emosi.

Goleman (2000) menyatakan orang yang mempunyai kecerdasan emosi akan mampu menyikapi dengan tepat sebuah situasi tanpa harus berlebih-lebihan sehingga kecemasannya dapat diatasi. Hal ini juga berlaku pada masa pensiun, perasaan cemas yang berlebihan ketika akan memasuki masa pensiun dapat ditekan jika pegawai yang bersangkutan mempunyai kecerdasan emosi tinggi. Rendahnya kecerdasan emosi dapat dilihat juga lewat rendahnya kemampuan mengendalikan emosi. Menurut Atkinson (2000) rasa cemas timbul dari ketidakmampuan mengendalikan emosi, serta ketidaktahuan terhadap apa yang akan dihadapi yang seharusnya tidak disikapi dengan emosi yang berlebihan sehingga membuat seorang pegawai menjadi cemas.

5. Penerimaan terhadap diri sendiri.

Menurut Atkinson (2000), seseorang yang mampu menerima perubahan apapun yang terjadi dalam dirinya dengan senang hati, termasuk ketika memasuki masa pensiun akan terlepas dari rasa cemas.

Menurut Brill dan Hayes dalam Ratnasari (2009) disebutkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi pensiun adalah:

- a. Menurunnya pendapatan atau penghasilan , termasuk di dalamnya gaji ,tunjangan fasilitas dan masih adanya anak-anak yang belum mandiri yang membutuhkan biaya atau masih adanya tanggungan keluarga .
- b. Hilangnya status, baik status jabatan seperti pangkat dan golongan maupun status sosialnya, termasuk didalamnya adalah hilangnya wewenang penghormatan orang lain atas kemampuan pandangan masyarakat atas kesuksesannya .
- c. Berkurangnya interaksi sosial dengan teman kerja. Kerja memberikan kesempatan untuk bertemu orang-orang baru dan mengembangkan persahabatan, namun dengan tibanya masa pensiun hal ini kurang bisa dilakukan karena kondisi fisik dan ekonomi yang tidak memungkinkan sehingga tidak berhubungan seperti dulu.
- d. Datangnya masa tua , yaitu terutama menurunnya kekuatan fisik yaitu suatu perubahan pada sel-sel tubuh karena proses menua yang mempengaruhi turunya kekuatan dan tenaga.

Dari beberapa penelitian diatas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi masa pensiun terbagi menjadi dua faktor utama, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor eksternal, meliputi penolakan sosial, kritikan dari orang lain, dan lingkungan. Faktor internal, meliputi perasaan tidak mampu, rasa percaya diri, perasaan bersalah, kecerdasan emosi, dan penerimaan terhadap diri sendiri

3. Ciri – Ciri Kecemasan Menghadapi Pensiun

Setiap individu memiliki bentuk kecemasan yang unik, oleh karena itu kecemasan dapat ditunjukkan dengan cara yang bervariasi diantaranya adalah :

- a. Ada yang mengalaminya sebagai perasaan tidak enak dalam proses berpikir sehingga konsentrasi mengabur, tidak dapat fokus atau merasa ketidaknyamanan, keraguan dan kecanggungan.
- b. Bisa juga dilihat dari nada atau intonasi suara, tempo atau kecepatan berbicara dan perubahan gerak bibir.
- c. Kecemasan juga dapat mengganggu intelektual seseorang yang ditunjukkan dengan perubahan emosi yang sangat mudah atau blocking dalam berkomunikasi.
- d. Secara psikologis, kecemasan itu berhubungan secara paralel terhadap pikiran dan tindakan seseorang dalam kehidupan seseorang.
- e. Dalam bentuk fisik ditunjukkan dengan meningkatnya gejala-gejala simpatetis seperti keringatan, gemetar, kerongkongan membengkak, turun perut, diare, muntah, reaksi pupil berubah, sakit hati, denyut nadi dan pernafasan meningkat menjadi lebih cepat.
- f. Adakalanya kecemasan itu tidak tampak secara jelas dalam keadaan sadar namun tampak dalam tidur terlihat tanda-tandanya seperti mimpi yang menakutkan dan ia dapat menjerit dan sering terkejut bangun karenanya. Individu yang mengalami kecemasan yang kronik atau intensif maka akan mengalami gangguan kepribadian. Gangguan kepribadian ini memiliki beberapa ciri-ciri yaitu:

- a. perasaan tegang dan takut yang menetap dan pervasive;
- b. merasa tidak mampu, tidak menarik atau lebih rendah dari orang lain;
- c. preokupasi yang berlebihan terhadap kritik dan penolakan dalam situasi sosial;
- d. keengganan untuk terlibat dengan orang lain kecuali merasa yakin akan diterima dan disukai;
- e. pembatasan dalam gaya hidup karena alasan keamanan fisik;
- f. menghindari aktivitas sosial atau pekerjaan yang banyak melibatkan kontak interpersonal karena takut dikritik.

Kecemasan menimbulkan sensasi yang berulang pada tubuh. Kecemasan dapat tampil dalam bermacam bentuk dan masing-masing bentuk memiliki ciri serta batasan yang berbeda dan khas. Dalam bentuk gejala gangguan psikiatrik adalah fobia atau obsesif kompulsif. Kecemasan juga dapat bersifat normal yang dialami oleh semua orang contohnya orang yang akan menghadapi ujian, melamar pekerjaan atau orang yang sudah lanjut usia dan dihadapkan pada keadaan fisik yang lemah dan kesehatan yang semakin menurun. Kecemasan yang normal ini sebenarnya merupakan hal yang sehat sebab kecemasan itu dapat sebagai pertanda bahaya mengenai keadaan tubuh dan jiwa agar dapat mempertahankan diri dari sesuatu yang dianggap mengancam dan berbahaya. Kecemasan dapat bersifat sebagai sinyal yang menyadarkan individu dengan memberikan peringatan akan adanya bahaya yang mengancam sehingga memungkinkan individu mengambil tindakan untuk mengatasi ancaman-ancaman itu.

4. Aspek-aspek Kecemasan

Menurut Hamilton (Metha Gagarin, 2012), kecemasan terbagi menjadi beberapa aspek, yaitu:

a. Aspek Psikologis,

Merupakan aspek atau gejala psikis yang menyertai kecemasan, meliputi perasaan cemas yaitu cemas, firasat buruk, cemas, mudah tersinggung. Ketegangan, yaitu merasa cemas, letih, mudah terkejut, mudah menangis, gemetar, gelisah, tidak dapat istirahat. Kecemasan, yaitu pandangan gelap, cemas ditinggal sendiri, cemas pada orang asing, cemas pada binatang besar, cemas pada kerumunan orang banyak, cemas keramaian lalu lintas. Gangguan kecerdasan, yaitu sukar berkonsentrasi, daya ingat buruk. Perasaan depresi, yaitu hilang minat, sedih, perasaan berubah setiap hari.

b. Aspek Fisiologis,

Merupakan aspek atau gejala fisik yang menyertai kecemasan, meliputi gangguan tidur yaitu sukar tidur, terbangun pada malam hari, mimpi buruk, mimpi menakutkan, tidur pulas, bila terbangun badan lemas, sering mimpi. Gejala somatik atau otot-otot yaitu nyeri otot, kaku, kedutan, gigi gemerutuk, suara tidak stabil. Gejala sensorik yaitu penglihatan kabur, gelisah, muka merah, merasa lemas. Gejala kardiovaskuler yaitu nyeri dada, denyut nadi meningkat, merasa lemah, denyut jantung berhenti sejenak. Pernafasan yaitu merasa tertekan di dada, perasaan tercekik, sering menarik nafas pendek. Gangguan gastrointestinal yaitu sulit menelan, gangguan pencernaan, nyeri lambung, mual muntah, pernafasan perut. Gangguan

urogenital yaitu tidak dapat menahan kencing, frigiditas, amenorrhea. Gangguan otonom yaitu mulut kering, muka merah, berkeringat, bulu roma berdiri. Perilaku sesaat yaitu gelisah, tidak tenang, jari gemetar, muka tegang, tonus otot meningkat, mengerutkan dahi, nafas pendek dan cepat.

Menurut Daradjat (2006) aspek kecemasan dibagi menjadi dua, yaitu :

a. Aspek Fisiologis,

Merupakan aspek atau gejala-gejala fisik yang menyertai kecemasan. Aspek ini meliputi jantung berdebar-debar, berkeringat, kepala pusing atau pening, ujung-ujung jari terasa dingin, sulit tidur, otot-otot leher kaku atau tegang, nafsu makan hilang, dan merasa ingin kencing atau buang hajat.

b. Aspek Psikologis,

Merupakan aspek atau gejala-gejala psikis yang menyertai kecemasan. Aspek ini meliputi rasa takut, khawatir, was-was, cepat marah, mudah tersinggung atau sensitif, tidak puas, tidak tenang, tidak tentram, tertekan (stres), gelisah, tidak dapat berkonsentrasi, dan ingin lari dari kenyataan.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kecemasan dibagi menjadi dua yaitu aspek psikologis yang meliputi perasaan cemas, ketegangan, kecemasan, gangguan kecerdasan, dan perasaan depresi. Aspek fisiologis meliputi gangguan tidur, gejala somatik, gejala sensorik, gejala kardiovaskuler, pernafasan, gangguan gastrointestinal, gangguan urogenital, gangguan otonom, dan perilaku sesaat. Aspek kecemasan menurut Hamilton (dalam Metha Gagarin, 2012) akan dipakai untuk menjelaskan kecemasan menghadapi masa

pensiun karena gejala ini sesuai untuk mengukur kecemasan menghadapi masa pensiun.

C. Kecerdasan Emosi

1. Pengertian Kecerdasan Emosi

Istilah kecerdasan emosional diperkenalkan pertama kali oleh Mayor dan Salovey pada tahun 1990. Dari tahun 1990 hingga saat ini, teori ini masih terus menerus berkembang. Selain mereka banyak ahli-ahli lain, seperti Goleman, Baron yang juga melakukan penelitian mengenai kecerdasan emosional.

Menurut Back (dalam Hurlock, 2006) seseorang yang memiliki kecerdasan emosi yang baik, akan lebih mampu mengatur emosinya sehingga dapat meminimalisasi atau bahkan menghindari perasaan cemas dalam menghadapi masa pensiun.

Nuraini (2013) menyebutkan bahwa subjek dengan kecerdasan emosi yang baik akan mampu menghindari atau mengatasi kecemasan, sedangkan subjek dengan kecerdasan emosi yang kurang baik maka akan mengalami kecemasan bahkan terkadang tidak mampu untuk mengatasinya.

Berdasarkan pada pendapat dari beberapa tokoh diatas tentang definisi Kecerdasan Emosi dapat diambil kesimpulan bahwa kecerdasan emosi adalah suatu kemampuan yang dimiliki oleh seseorang dalam mengelola, dan mengekspresikan dengan tepat emosi yang dimilikinya termasuk juga kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, serta membina hubungan dengan orang lain.

2. Faktor – Faktor Kecerdasan Emosi

Menurut Goleman (2003) ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi yaitu:

a. Pengalaman

Kecerdasan emosi dapat meningkat sepanjang hidup manusia, sepanjang perjalanan hidup yang normal, kecerdasan emosi cenderung bertambah sementara manusia belajar untuk menangani suasana hati, menangani emosi-emosi yang menyulitkan, sehingga semakin cerdas dalam hal emosi dan dalam berhubungan dengan orang lain.

b. Usia

Orang yang lebih tua dapat sama baiknya atau lebih baik dibandingkan orang yang lebih muda dalam penguasaan kecakapan emosi baru.

c. Jenis kelamin

Pria dan wanita mempunyai kemampuan yang sama dalam hal meningkatkan kecerdasan emosi, tetapi rata-rata wanita mungkin dapat lebih tinggi dibandingkan kaum pria dalam beberapa keterampilan emosi (namun ada juga pria yang lebih baik dibandingkan kebanyakan wanita), walaupun secara statistic ada perbedaan yang nyata di antara kedua kelompok tersebut.

d. Jabatan

Semakin tinggi jabatan seseorang, maka semakin penting keterampilan antar pribadinya dalam membuatnya menonjol dibanding mereka yang berprestasi biasa-biasa atau dengan kata lain bahwa semakin tinggi jabatan, maka semakin tinggi juga kecerdasan emosi yang dimilikinya.

Kecerdasan emosi tidak didapatkan begitu saja, tetapi diperoleh melalui proses pembelajaran. Terdapat beberapa faktor yang dapat membentuk kecerdasan emosi seseorang, yakni:

1. Lingkungan Keluarga

Lingkungan keluarga merupakan sekolah pertama untuk mempelajari emosi. Pembelajaran emosi dimulai saat bayi dan terus berlanjut sepanjang kehidupan. Keluarga adalah subjek pertama kali yang diamati anak, bagaimana cara berinteraksi dengan anak dan menyalurkan emosi kepada anak. Kecerdasan emosi dapat diajarkan kepada anak saat masih bayi dengan cara memberikan contoh-contoh ekspresi, karena anak sangat peka terhadap transmisi emosi yang paling halus sekalipun. Kehidupan emosi yang dipupuk sejak dini oleh keluarga sangat berdampak bagi anak di kemudian hari, sebagai contoh: anak dapat mengenali, mengelola dan memanfaatkan perasaan-perasaan, berempati, tanggung jawab, dan lain sebagainya. Kemampuan tersebut dapat membantu anak lebih mudah menangani dan menghadapi permasalahan. Sehingga anak tidak memiliki banyak masalah tingkah laku yang negatif (*Goleman, 2015*).

2. Lingkungan Sosial

Penyesuaian dengan tuntutan orang lain membutuhkan sedikit ketenangan dalam diri seseorang. Tanda kemampuan mengelola emosi muncul kira-kira pada periode anak-anak dalam aktivitas bermain peran. Bermain peran memunculkan rasa empati, contohnya: anak dapat menghibur temannya yang menangis. Permainan peran dapat membuat

anak memerankan dirinya sebagai individu lain dengan emosi yang menyertainya sehingga anak akan mulai belajar mengerti keadaan orang lain. Jadi, menanggapi emosi orang lain termasuk seni yang mantap untuk menjalin hubungan sehingga membutuhkan keterampilan emosi. Dengan landasan ini keterampilan berhubungan dengan orang lain menjadi lebih matang (*Goleman, 2015*).

Jadi dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi menurut Goleman, yaitu pengalaman, usia, jenis kelamin, dan jabatan.

3. Aspek-aspek Kecerdasan Emosi

Untuk itu ada beberapa aspek dalam kecerdasan emosi ini menurut Goleman (2003) yaitu :

1. Kesadaran diri (mengenal emosi diri)

Kemampuan individu untuk menyadari dan memahami keseluruhan proses yang terjadi di dalam dirinya, perasaannya, pikirannya, dan latar belakang dari tindakannya. Arti lainnya adalah individu mampu terhubung dengan emosi-emosinya, pikiran-pikirannya dan keterhubungan ini membuat individu mampu menamakan dari setiap emosi yang muncul.

2. Mengelola emosi

Mengelola emosi yaitu kemampuan individu untuk mengelola dan menyeimbangkan emosi yang dialaminya. Kemampuan mengelola emosi- emosi ini, khususnya emosi yang negatif seperti kemarahan, kesedihan, kecewa dan dendam. Emosi dapat berhasil dikelola apabila

dapat menghibur diri ketika sedih, dapat melepaskan kecemasan, kemurungan, ketersinggungan dan dapat bangkit kembali dari semua itu. Apabila tidak maka akan terus-menerus murung atau bahkan akan melarikan diri pada hal-hal negatif yang membahayakan diri sendiri maupun orang lain.

3. Memotivasi diri

Memotivasi diri yaitu kemampuan individu untuk memotivasi diri ketika berada dalam keadaan putus asa, mampu berpikir positif, dan menumbuhkan optimisme dalam hidupnya. Kemampuan ini akan membuat individu mampu bertahan dalam masalah yang membebani, mampu untuk terus berjuang ketika menghadapi hambatan yang besar, tidak pernah mudah putus asa dan kehilangan harapan.

4. Empati (mengetahui emosi orang lain)

Mengetahui emosi orang lain yaitu kemampuan individu untuk memahami perasaan, pikiran dan tindakan orang lain berdasarkan sudut pandang orang tersebut. Berkaitan dengan kemampuan individu memahami perasaan terdalem orang lain sehingga individu mampu memahami perasaan, pikiran orang lain hanya dari bahasa nonverbal, ekspresi wajah, atau intonasi suara orang tersebut.

5. Keterampilan sosial (membina hubungan dengan orang lain)

Membina hubungan dengan orang lain yaitu kemampuan individu untuk membangun hubungan secara efektif dengan orang lain, mampu mempertahankan hubungan sosial tersebut, dan mampu menangani

konflik-konflik interpersonal. Individu yang memiliki kemampuan ini akan mudah berinteraksi dengan orang lain, menginspirasi kepercayaan kepada orang lain dan senantiasa bersikap saling menghormati.

Mayer, dkk., (dalam Buda, 2007) juga mengungkapkan aspek-aspek kecerdasan emosi. Menurut Mayer, dkk., (dalam Buda, 2007) aspek kecerdasan emosi ada 4, yaitu :

- a. Persepsi, yaitu kemampuan untuk memahami emosi diri sendiri dan dapat mengekspresikan kebutuhan emosional. Persepsi adalah tindakan menyusun, mengenali, dan menafsirkan informasi sensoris guna memberikan gambaran dan pemahaman tentang lingkungan.
- b. Asimilasi, yaitu suatu kemampuan untuk membedakan antara emosi-emosi yang berbeda dan memilih mana di antara emosi-emosi tersebut yang dapat mempengaruhi proses berpikir.
- c. Pemahaman, yaitu kemampuan individu untuk memahami emosi-emosi yang kompleks seperti perasaan bersama dari kesetiaan dan pengkhianatan. Pemahaman adalah kemampuan untuk membedakan emosi-emosi yang muncul dari persepsi, pentingnya mengatasi respon emosi negatif, termasuk kemampuan untuk memahami ekspresi emosional dan tingkah laku lainnya.
- d. Pengelolaan, yaitu kemampuan individu untuk menghubungkan atau tidak menghubungkan emosi-emosi, tergantung kegunaannya pada situasi yang dihadapi.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kecerdasan emosional adalah kesadaran diri, Mengelola emosi, memotivasi diri, kemampuan berempati pada orang lain dan keterampilan sosial yang mengacu dari pendapat Goleman (2003).

4. Ciri-ciri kecerdasan emosi

Menurut teori Goleman (2002) ciri-ciri kecerdasan emosional kedalam 5 komponen sebagai berikut:

- a. Kesadaran diri, yaitu mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat dan menggunakan untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri, memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat.
- b. Pengaturan diri, yaitu menangani emosi sehingga berdampak positif terhadap pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran dan mampu pulih Kembali dari tekanan emosi.
- c. Motivasi, yaitu menggunakan Hasrat yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun kita menuju sasaran, membantu kita mengambil inisiatif, bertindak efektif dan untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi.

D. Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun pada Karyawan

Masa pensiun merupakan masa berhentinya seseorang dari pekerjaanya yang selama ini dilakukannya. Pada masa ini seseorang tidak saja kehilangan

pekerjaan, tetapi juga kehilangan fasilitas kerja yang selama ini dinikmati, kehilangan jabatan, kehilangan kesempatan, dan banyak lagi yang terkait dengan pekerjaannya (Papalia, 2008). Sejalan dengan hal tersebut banyak karyawan yang menghadapi masa pensiun merasa cemas akan kegiatan yang akan dilakukannya setelah karyawan memasuki masa pensiun nanti, cemas akan kesehatannya terutama yang berkaitan dengan kemampuannya untuk membayar biaya perawatan kesehatannya, cemas akan kondisi keuangannya yang pasti berkurang setelah pensiun adalah kebutuhan masih banyak.

Lebih lanjut tingkat kecemasan yang dialami seseorang ketika menjelang masa pensiun dipengaruhi oleh kecerdasan emosi yang dimilikinya. Menurut Goleman (2003), kecerdasan emosi adalah kemampuan yang dimiliki individu untuk mengendalikan diri sendiri, memiliki daya tahan ketika menghadapi rintangan, mengendalikan impuls, mengatur suasana hati, mengelola kecemasan agar tidak mengganggu kemampuan berpikir, serta berempati. Penelitian Goleman (2003), menunjukkan hasil bahwa orang yang mengalami kecemasan memiliki kecerdasan emosi yang rendah. Hal tersebut dapat dipahami bahwa kecerdasan emosi dapat membuat seseorang lebih mampu untuk memotivasi diri sendiri, bertahan menghadapi frustrasi, mampu mengendalikan dorongan hati, tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati, menjaga agar terbatas dari stres, serta mampu berempati terhadap perasaan orang lain.

Orang yang mempunyai kecerdasan emosi yang tinggi mampu mengelola emosinya. Mengelola emosi adalah kemampuan untuk menyeimbangkan emosi-emosi yang dialami, mengelola perasaan marah agar dapat dikendalikan lebih baik, kemampuan untuk mengatasi stres, serta mampu untuk mengurangi rasa kesepian

dan cemas dengan mengisi waktu pada kegiatan positif dan menyenangkan, sehingga membuat seseorang yang akan mengalami masa pensiun mampu untuk menghibur diri, melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan (Goleman, 2003). Menurut Mayer, dkk., (dalam Buda, 2007) orang yang memiliki kemampuan mengelola emosinya akan bisa memilih mana di antara emosi-emosi tersebut yang dapat mempengaruhi proses berpikir, sehingga dapat mencegah kecemasan yang dialami. Sebaliknya, orang yang mempunyai kecerdasan emosi yang rendah tidak akan mampu mengelola emosinya. Individu yang memiliki kecerdasan emosi rendah tidak dapat mengendalikan perasaan marah, sepi, dan cemas yang dialami sehingga individu tersebut tidak dapat mengelola rasa cemas ketika akan pensiun (Goleman, 2003).

Orang yang memiliki kecerdasan emosi mempunyai kemampuan memotivasi diri. Kemampuan memotivasi diri membuat individu mampu menyeleksi bahkan mengendalikan rangsangan atau godaan negatif yang datang, membuat individu bersikap optimis dalam segala hal, serta membuat individu memusatkan perhatian pada tugas yang dikerjakan sehingga tidak terdorong oleh dorongan negatif atau rasa cemas yang dapat mengganggu konsentrasinya dan memiliki harapan positif dalam menghadapi masa pensiun. Lebih lanjut dijelaskan bahwa orang yang memiliki kecerdasan emosi rendah tidak akan mampu memotivasi diri dari godaan negatif yang datang, membuat individu tersebut bersikap pesimis dalam segala hal, serta membuat individu terdorong oleh dorongan negatif atau rasa cemas yang mengganggu ketika akan menghadapi masa pensiun (Goleman, 2003).

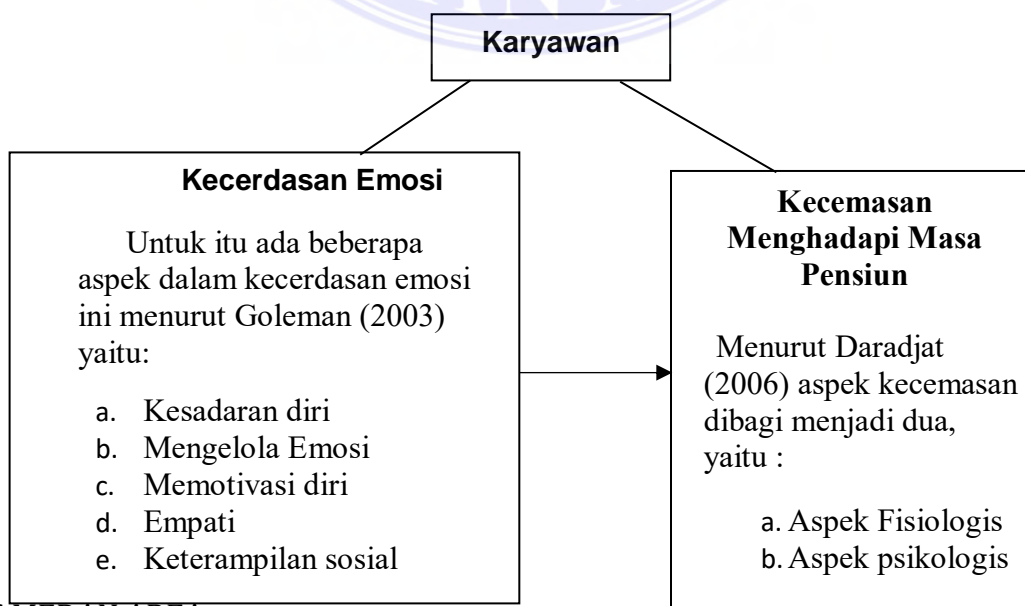
Orang yang memiliki kecerdasan emosi rendah tidak dapat membina hubungan dengan orang lain. Orang yang tidak mampu membina hubungan dengan orang lain akan merasa terkucilkan dari lingkungan setelah pensiun dan membuat kecemasannya akan dikucilkan dari masyarakat tinggi (Goleman, 2003). Hurlock (2006) juga mengatakan bahwa orang yang memasuki masa pensiun perlu untuk melakukan penyesuaian psikologis dan sosial. Penyesuaian dalam mendekati masa pensiun semakin bertambah sulit apabila perilaku keluarga dan lingkungan tidak menyenangkan, oleh karena itu seseorang yang tidak dapat membina hubungan dengan orang lain merasa sulit menjalani hidupnya dan akan mengalami kecemasan saat menghadapi masa pensiun.

Penelitian tentang kecerdasan emosi antara lain penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2011) , Kecerdasan emosi dan kecemasan menghadapi pensiun pada PNS. Dilakukan pada 80 karyawan menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi pensiun pada pegawai negeri sipil. Penelitian lain mengenai kecerdasan emosi adalah penelitian dari Afriyani, Masitah (2017) yang berjudul Kecerdasan emosi dan kecemasan menghadapi pensiun pada pegawai terhadap 50 karyawan yang akan menghadapi pensiun hasil penelitiannya menemukan adanya hubungan negatif antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi pensiun pada karyawan. Penelitian yang dilakukan oleh Risbi (2012) yang berjudul hubungan kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi pensiun terhadap 42 responden menemukan bahwa terdapat hubungan negatif antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi pensiun Pada Pegawai Negeri Sipil Universitas Andalas Padang. Yang mana didapatkan hasil semakin tinggi kecerdasan emosional

Pegawai Negeri Sipil maka akan semakin rendah kecemasan menghadapi pensiun pada Pegawai Negeri Sipil Universitas Andalas.

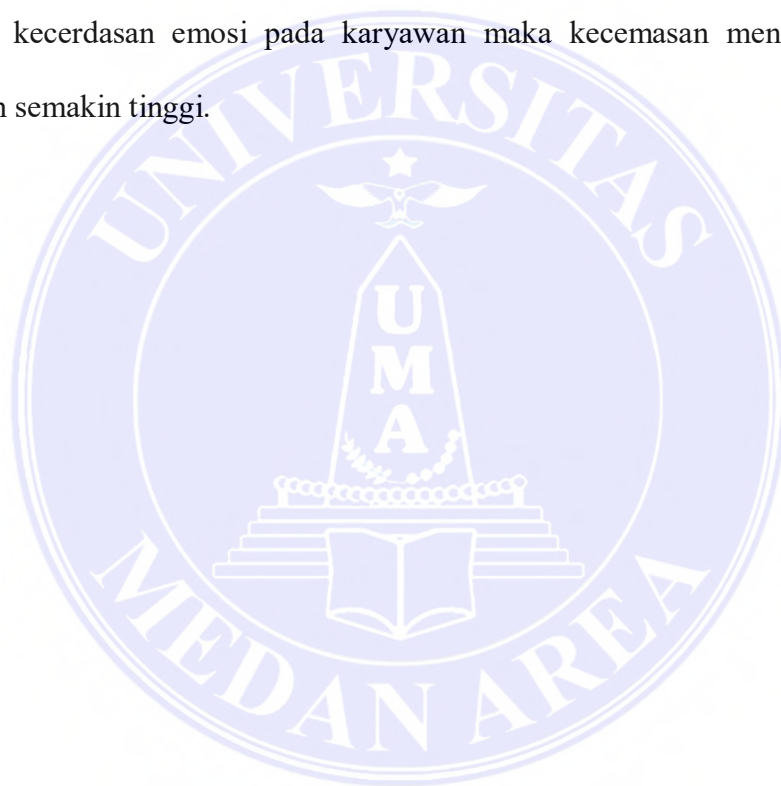
Uraian di atas sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya (Nuraini, 2013) dan Eliyana (2006) yang menyatakan bahwa kecerdasan emosi diperlukan oleh seseorang ketika menghadapi suatu masalah yang dapat menimbulkan tekanan atau kecemasan bagi orang tersebut. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosi yang baik, akan lebih mampu mengatur emosinya sehingga dapat meminimalisasi atau bahkan menghindari perasaan cemas dalam menghadapi masa pensiun. Semakin tinggi kecerdasan emosi yang dimiliki oleh seseorang, maka kecemasan yang dihadapi semakin menurun. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosi yang baik, akan mampu mengolah emosi yang ada dalam dirinya sehingga menjadi sesuatu kekuatan yang lebih positif. Keterampilan dalam mengatur emosi akan membuat seseorang menjadi terampil dalam melepaskan diri dari perasaan negatif yang ada, sehingga kecemasan yang muncul pada saat menghadapi pensiun dapat diminimalkan. Sehingga kecerdasan emosi yang dimiliki akan membantu seseorang keluar dari tekanan atau situasi yang tidak menyenangkan.

E. Kerangka Konseptual



F. Hipotesis

Berdasarkan teori yang telah dikemukakan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis dari penelitian ini yaitu ada hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai. Dengan asumsi bahwa semakin baik tingkat kecerdasan emosi pada pegawai maka semakin rendah kecemasan menghadapi masa pensiun, begitu juga sebaliknya semakin buruk tingkat kecerdasan emosi pada karyawan maka kecemasan menghadapi masa pensiun semakin tinggi.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Penelitian ini berjenis penelitian kuantitatif, dimana prosedur yang digunakan dalam penelitian ini adalah model korelasional (Neuman, 2003). Maksud korelasional dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara variabel bebas (X) dengan variabel tergantung (Y) yaitu Kecerdasan Emosi (variable X) Kecemasan Menghadapi Pensiun (variable Y)

B. Identifikasi Variabel-variabel Penelitian

Berdasarkan landasan teori yang ada serta rumusan hipotesis penelitian maka yang menjadi variabel dalam penelitian ini adalah :

1. Variabel Bebas : Kecerdasan Emosi
2. Variabel terikat : Kecemasan Menghadapi Pensiun

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosi adalah suatu kemampuan yang dimiliki oleh seseorang dalam mengelola, dan mengekspresikan dengan tepat emosi yang dimilikinya termasuk juga kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, serta membina hubungan dengan orang lain.

Aspek-aspek dalam kecerdasan emosi meliputi : Kesadaran diri, Mengelola emosi diri, empati, memotivasi diri, dan keterampilan sosial.

2. Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun

Kecemasan menghadapi pensiun adalah hal yang sering dihadapi oleh setiap manusia di dalam kehidupan sehari-hari ketika menghadapi berbagai masalah. Kecemasan juga diartikan sebagai perasaan tidak menentu, panik, takut tanpa mengetahui apa yang ditakutkan dan tidak dapat menghilangkan perasaan gelisah yang mencemaskan itu.

Kecemasan menghadapi pensiun, meliputi Aspek fisiologis seperti jantung berdebar-debar, kesulitan tidur, mengalami nafsu makan yang hilang, kepala pusing, dan Aspek psikologis yaitu rasa takut/khawatir, Mudah tersinggung/sensitif, cepat marah, dan tidak tenang.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah sejumlah individu yang paling sedikit memiliki sifat yang sama (Hadi, 2000). Populasi dalam penelitian ini adalah karyawan PTPN III Medan yang berjumlah 56 orang karyawan dengan usia 54 tahun (satu tahun sebelum pensiun).

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2008). Hasil penelitian sampel diharapkan dapat digeneralisasikan kepada seluruh populasi. Generalisasi adalah kesimpulan penelitian sebagai suatu yang berlaku bagi populasi. Maka sampel dalam penelitian ini diambil seluruhnya (*total sampling*) sebanyak 56 orang karyawan

E. Teknik pengambilan sampel

Mengingat jumlah populasi yang relatif sedikit, maka penelitian ini diupayakan untuk menggunakan seluruh populasi (*total sampling*). Dalam menentukan jumlah sampel Arikunto (dalam Kasmadi, 2013) menjelaskan, apabila jumlah populasi relatif sedikit (kurang dari 100 orang), maka sebaiknya seluruh populasi dijadikan subjek penelitian, sehingga penelitian ini disebut dengan penelitian populasi, atau dalam bahasa lain dinyatakan sebagai sampel total. Namun jika jumlah populasi lebih dari 100 orang, maka dapat diambil 10-15% atau 20-25% atau lebih. Berdasarkan jumlah populasi yang ada dalam penelitian ini, yaitu 56 orang, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 56 orang.

F. Metode Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam ini menggunakan teknik skala. Menurut Hadi (2000) skala adalah suatu metode penelitian dengan menggunakan daftar pernyataan yang harus dijawab dan dikerjakan oleh orang yang menjadi subjek penelitian. Sejalan dengan hal diatas, Arikunto (2001) juga mengatakan bahwa skala adalah sejumlah pernyataan tertulis yang digunakan dalam memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan atau hal-hal yang diketahuinya. Subjek akan memilih suatu jawaban yang dapat menggambarkan dirinya atau yang paling mendekati dirinya.

Pernyataan yang digunakan bersifat langsung dan tertutup. Bersifat langsung karena diisi langsung oleh responden atau tidak dapat diwakili. Bersifat tertutup karena pertanyaan yang disusun oleh penulis mempunyai jawaban yang telah diberikan. Pertimbangan penggunaan skala dalam pengukuran kontrol diri dan kecerdasan moral sebagai berikut :

1. Subjek adalah orang yang paling tahu tentang dirinya sendiri
2. Apa yang dinyatakan subjek kepada penulis adalah benar dan dapat dipercaya
3. Interpretasi subjek tentang pertanyaan-pertanyaan yang diajukan kepadanya cenderung sama dengan yang dimaksud oleh penulis Hadi (2000).

Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

a. Skala Kecerdasan Emosi

Skala Kecerdasan Emosi dalam penelitian ini diukur berdasarkan Aspek-aspek kecerdasan emosi yaitu: Aspek dari Psikologis, dan Aspek Fisiologis. Skala kecerdasan emosi ini menggunakan skala Likert, yaitu skala yang menggunakan 4 (empat) alternatif. Penelitian yang diberikan kepada masing-masing jawaban subjek pada setiap pernyataan favourable adalah Sangat Setuju (SS) mendapat nilai 4, setuju (S) mendapat nilai 3, Tidak Setuju (TS) mendapat nilai 2, dan Sangat Tidak Setuju (STS) mendapat nilai 1. Untuk pertanyaan yang bersifat unfavourable penelitian yang diberikan adalah Sangat Setuju (SS) mendapat nilai 1, Setuju (S) mendapat nilai 2, Tidak Setuju (TS) mendapat nilai 3, dan Sangat Tidak Setuju (STS) mendapat nilai 4.

3. Skala Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun

Dalam Skala Kecemasan menghadapi 36ension yang akan dilihat adalah Aspek Fisik, Aspek Mengelola Diri, Aspek Motivasi diri, Aspek Empati dan Aspek Keterampilan Sosial.

Penilaian yang diberikan kepada masing-masing jawaban subjek pada setiap pertanyaan favourable adalah Sangat Setuju (SS) mendapat nilai 4, setuju (S) mendapat nilai 3, Tidak Setuju mendapat nilai 2, Sangat Tidak Setuju (STS)

mendapat nilai . untuk pertanyaan unfavourable adalah Sangat Setuju (SS) mendapat nilai 1, Setuju (S) mendapat nilai 2, Tidak Setuju (TS) mendapat nilai 3, Sangat Tidak Setuju (STS) mendapat nilai 4.

G. Validitas dan Reliabilitas

Alat ukur yang digunakan penelitian ini adalah alat ukur yang baik. Dimana alat ukur yang baik adalah alat ukur yang valid dan reliabel. Dimana valid dan reliabel memiliki pengertian sebagai berikut :

1. Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila dapat mengungkapkan data dari variabel yang diteliti secara tepat (Arikunto, 2010).

Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur dalam penelitian ini adalah Analisis product moment dari Pearson, yakni dengan mendeklamasikan antara skor yang diperoleh pada masing-masing aitem dengan skor alat ukur. Skor total adalah nilai yang diperoleh dari hasil penjumlahan semua skor item korelasi antara skor item dengan skor total haruslah signifikan berdasarkan ukuran statistik tertentu, maka derajat korelasi dapat dicari dengan menggunakan koefisien dari pearson dengan menggunakan validitas sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - \frac{(\sum y)(\sum x)}{N}}{\left[\sqrt{[(\sum x^2) - (\frac{\sum x^2}{N})][(\sum y^2) - (\frac{\sum y^2}{N})]} \right]}$$

Keterangan :

R_{xy} = Koefisien korelasi antara variabel x (sekor subjek setiap item) variabel y

$\sum xy$ =Jumlah dari hasil perkalian antara variabel x dengan variabel y.

$\sum X$ =Jumlah skor seluruh setiap item x

$\sum Y$ =Jumlah skor seluruh tiap item y

N =Jumlah Subjek

2. Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrument tersebut sudah baik. Reliabel artinya dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan. Analisis reliabilitas skala kontrol diri dan kecerdasan moral dapat dipakai metode Alpha Cronbach's dengan rumus sebagai berikut :

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sum \sigma 1^2} \right]$$

Keterangan :

r_{11} = Reliabilitas instrumen

k =Banyak butir pertanyaan

$\sum \sigma$ = Jumlah varian butir

$\sigma 1^2$ =Varian total

H. Metode Analisis Data

Berdasarkan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, maka analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis korelasi spearman brown, dengan tujuan utama penelitian ini yakni ingin melihat apakah ada hubungan antara

kontrol diri dengan kecerdasan moral. Untuk tujuan ini, dilakukan pengukuran empirik dengan menggunakan uji statistik korelasi spearman brown dengan rumus sebagai berikut

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{N}}{\sqrt{\left[\left(\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{N} \right) \left(\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{N} \right) \right]}}$$

Keterangan :

R_{xy} = koefisien korelasi antara variabel x (skor subjek setiap aitem) dengan variabel y

$\sum xy$ = jumlah dari hasil perkalian antara variabel x dengan y.

$\sum X$ = Jumlah skor seluruh tiap item x

$\sum Y$ = Jumlah skor seluruh tiap item y

$\sum x^2$ = Jumlah kuadrat skor x

$\sum y^2$ = Jumlah kuadrat y

N = Jumlah Subjek

Sebelum data analisis dengan teknik korelasi spearman brown maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data penelitian yang meliputi :

4. Uji normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah distribusi dari penelitian, yang variabel bebas dan terikat telah menyebar secara normal.

5. Uji linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian, yaitu variabel terikat (kecerdasan moral) dan variabel bebas (kontrol diri) memiliki hubungan linear.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil-hasil yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil analisis dengan metode analisis Korelasi r Product Moment, diketahui bahwa ada hubungan negatif antara Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan menghadapi pensiun dimana $r_{xy} = -0,369$ dengan signifikan $p = 0.000 < 0,005$. Artinya semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin rendah kecemasan hipotesis diterima, begitu juga sebaliknya. Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antara variabel bebas X dengan variabel terikat Y adalah sebesar $r^2 = 0,139$. Ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosi berkontribusi terhadap kecemasan sebesar 13,9%.
2. Diketahui dari hasil penelitian ini bahwa Kecerdasan emosi sedang sebab nilai rata-rata empirik (81,73) berada diantara nilai rata-rata hipotetik (72,5), dan Kecemasan tergolong sedang sebab nilai rata-rata empirik (72,64) berada diantara nilai rata-rata hipotetik (75).

B. Saran

Sejalan dengan kesimpulan yang telah dibuat, maka berikut ini dapat diberikan beberapa saran, antara lain:

1. Saran Kepada Karyawan

Dilihat bahwa kecerdasan emosi di PT. Perkebunan Nusantara (III) tergolong sedang, hal ini akan berpengaruh terhadap karyawan dalam merasakan kecemasan menghadapi pensiun. Maka disarankan untuk lebih meningkatkan kecerdasan emosi dengan cara menyadari dan memahami keseluruhan proses yang terjadi di dalam dirinya, mengenali emosi individu untuk menyeimbangkan emosi yang dialaminya, emosi dapat berhasil dikelola apabila dapat menghibur diri Ketika sedih, dan dapat melepaskan kecemasan ataupun kekhawatiran. individu juga harus dapat memotivasi dirinya sendiri agar dapat berfikir positif dan selalu optimis terhadap apa yang dihadapi dan bertindak secara efektif untuk bertahan menghadapi kegagalan ataupun frustrasi. individu juga harus dapat menerima perubahan apapun yang terjadi dalam dirinya dengan senang hati, termasuk Ketika memasuki masa pensiun sehingga terlepas dari rasa cemas dan khawatir.

2. Saran Kepada Perusahaan

Penelitian ini juga dapat menjadi masukan kepada pihak perusahaan agar dapat memberikan informasi yang membantu pengembangan wawasan para karyawan yang akan pensiun.

Perusahaan juga dapat mengikuti program MPP (Masa Persiapan Pensiun), program ini memberi bekal pengetahuan, pengalaman dan pemikiran kepada calon pensiunan dalam mempersiapkan diri menghadapi pensiun dan mempersiapkan psikologis para calon pensiunan agar merasa tenang, lebih damai, lebih bahagia, lebih mengetahui arah tujuan yang akan

dicapai dalam kehidupan setelah pensiun serta memiliki keterampilan untuk mengelola keuangan keluarga dan memiliki gambaran lebih komprehensif mengenai bagaimana mentransformasikan diri dari karyawan menjadi wiraswasta (bagi pensiunan yang tertarik untuk berwirausaha).

3. Saran Peneliti

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka ditemukan kelemahan sekaligus kekurangan dalam penyusunan skripsi ini . Adapun kelemahan dan kekurangan dalam penelitian ini yaitu , Adanya kesenjangan antara observasi awal dengan hasil penelitian , dikarenakan pada saat penelitian adanya pandemi covid-19, dimana Sebagian karyawan diharuskan berada dirumah ,WFH (Work From Home) termasuk karyawan yang berumur 50 tahunan. hal ini yang menyebabkan penelitian menjadi kurang efektif.

Berdasarkan kelemahan dan kekurangan yang ada di skripsi ini , Hasil penelitian ini bisa digunakan sebagai bahan perbandingan dan referensi untuk peneliti selanjutnya dan sebagai bahan pertimbangan untuk lebih memperdalam penelitian selanjutnya dengan memilih faktor-faktor yang lebih bervariasi sehingga akan diperoleh gambaran yang lebih mengenai kecemasan menghadapi pensiun.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustian, Ary Ginanjar. (2001) . Rahasia sukses membangun kecerdasan emosi dan spiritual, ESQ : *Emotional Spiritual Quotient* berdasarkan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam. Jakarta : Arga Wijaya Persada.
- Anggorowati, R.P dan Purwadi. (2007). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun. *Humanitas*, Vol.4 No.1 Januari 2007.
- Brill, P.L & Hayes, J.P. (1981) . *Taming Your Turmoil : Managing The Transition of Adult Life*. Englewood Cliffs: Prentice Hall, Inc.
- Chaplin, James P. (2005) . Kamus Lengkap Psikologi. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Djuwariyah. (2002) . Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Agresivitas Remaja. Yogyakarta : Jurnal Psikologika No. 13 Tahun VII.
- Durand, V.M dan David H. Barlow. (2006). Intisari Psikologi Abnormal. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Eliana, Rika. (2003) . Konsep Diri Pensiunan. Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. Digitized by USU digital library.
- Goleman, Daniel. (2000) . Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi. Jakarta : PT.Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, Daniel. (1999) . Kecerdasan Emosional: Mengapa EQ Lebih Penting Daripada IQ (Terjemahan). Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Hadi, Sutrisno. (2004) .Metodologi Research Jilid 2. Yogyakarta: Penerbit Andi Offset
- Hurlock, E.B. (1994). Psikologi Perkembangan. Jakarta : Erlangga
- Ismiyati. (2003) . Hubungan antara Kecerdasan Emosional Dengan Perilaku Altruistik Pada Mahasiswa. Skripsi (Tidak Diterbitkan). Yogyakarta : Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Imama, Hazmi (2011). Hubungan Kecerdasan Emosi dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun. Jakarta : Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Kartini, Kartono. (2002) . Hygiene Mental. Bandung : Mandar Maju. Kedaulatan Rakyat. (2008). Agar Masa Pensiun Tak Lagi Menakutkan.

- Kurniawan, Imam. (2006) . Hubungan Kecemasan Menghadapi Pensiun Terhadap Prestasi Kerja Dan Perbedaan Tingkat Kecemasan Menghadapi Pensiun Antara Yang Memiliki Pekerjaan Sampingan Dan Tidak. Skripsi (Tidak Diterbitkan). Yogyakarta : Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Lucas, M dan Wilson, K. (1992) . Memelihara Gairah Kerja, Terjemahan Dari *How to Survive the 9 to 5*. Jakarta: Arcan.
- Mangoenprasodjo, A.S dan Hidayati, S.R. (2005) . Anak Masa Depan Dengan Multi Intelegensi. Yogyakarta: Pradipta Publishing.
- Najati, M. Utsman. (2005). Belajar EQ dan SQ dari Sunnah Nabi. Jakarta : Hikmah
- Nuraini, Dwi Erna. (2013). Kecerdasan Emosi dan Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada PNS. Samarinda : Jurnal Psikologi Vol.1 No.3 Tahun 2013.
- Rini, Jacinta F. (2001). Pensiun dan Pengaruhnya. <http://www.epsikologi.com/usia/index.htm>
- Sutrisno, Edy. (2013). Kematangan Emosional, Percaya Diri dan Kecemasan Pegawai Menghadapi Masa Pensiun. Malang : Jurnal Psikologi Vol.2 No.1 Januari Tahun 2013.

LAMPIRAN A

- 1. SKALA KECERDASAN EMOSI DAN KECEMASAN**
- 2. DATA MENTAH KECERDASAN EMOSI**
- 3. DATA MENTAH KECEMASAN**
- 4. ANALISIS RELIABILITAS DAN VALIDITAS KECERDASAN EMOSI**



1.SKALA KECERDASAN EMOSI DAN KECEMASAN

Data Identitas Diri

Isilah data-data berikut ini dengan keadaan diri saudara :

1. Nama :
2. Jenis Kelamin :
3. Usia :

Petunjuk Pengisian Skala

Berikut ini saya sajikan pernyataan kedalam dua bentuk skala ukur. Saudara diminta untuk memberikan pendapatnya terhadap pernyataan-pernyataan yang terdapat dalam skala ukur tersebut dengan cara memilih :

- SS : Bila merasa **SANGAT SESUAI** dengan pernyataan yang diajukan.
- S : Bila merasa **SESUAI** dengan pernyataan yang diajukan.
- TS : Bila merasa **TIDAK SESUAI** dengan pernyataan yang diajukan.
- STS : Bila merasa **SANGAT TIDAK SESUAI** dengan pernyataan yang diajukan.

Saudara hanya diperbolehkan memilih satu pilihan jawaban dengan cara memberikan tanda ceklis (√) pada lembar jawaban yang tersedia. Contoh nya ada dibawah ini :

No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya lebih suka diam daripada saya marah.				

Tanda ceklis (√) merupakan seseorang itu merasa SESUAI dengan pernyataan yang diajukan

1.	Apabila mendengar berita tentang pensiun jantung saya akan berdebar.				
2.	Saya tiba-tiba sering mengalami pusing ketika memikirkan hal apa yang akan saya lakukan di masa pensiun nanti.				
3.	Saya memiliki teman yang mendukung saya ketika saya akan menghadapi masa pensiun.				
4.	Saya lebih menjaga emosi saya ketika saya akan menghadapi masa pensiun nanti.				
5.	Saya lebih banyak melakukan bimbingan kepada rekan kerja yang akan menggantikan saya nanti.				
6.	Saya senang jika sudah ngumpul dengan keluarga saya.				
7.	Akhir-akhir ini saya mudah tersinggung jika ditanyain teman saya kapan saya akan pensiun.				
8.	Jam tidur saya mengalami perubahan ketika saya menyadari akan mengalami pensiun.				
9.	Saya merasa sesak didada ketika saya memikirkan tentang pensiun saya.				
10.	Banyak informasi yang saya dengar tentang pensiun. Namun, saya tetap tenang dalam menyikapinya.				
11.	Saya selalu menjaga pola makan saya.				
12.	Saya tidak memikirkan hal yang yang belum saya hadapi nanti ketika akan pensiun.				
13.	Bila memikirkan jumlah uang pensiun tiap bulannya tiba-tiba kepala saya menjadi pusing.				
14.	Saya siap menghadapi masa pensiun.				
15.	Saya sering merasa takut jika akan memikirkan masa pensiun.				
16.	Anak-anak saya sudah tidak bergantung pada saya, sehingga saya tenang menghadapi masa pensiun nanti.				
17.	Saya merasa gelisah dan tidak tenang walaupun pada saat berkumpul dengan teman dan keluarga.				
18.	Mendekati masa pensiun saya mudah marah.				
19.	Setiap bersama keluarga saya menjadi tertekan, tidak tenang jika tidak bisa memenuhi kebutuhan sehari-hari dengan tunjangan masa pensiun.				
20.	Saya menjawab dengan santai jika ditanya kapan saya				

	akan pensiun.				
21.	Saya semakin menikmati jam istirahat saya di masa menghadapi pensiun nanti.				
22.	Walaupun akan mengalami masa pensiun nafsu makan saya tetap terjaga.				
23.	Banyak informasi yang saya dengar tentang pensiun. Namun, saya tetap tenang dalam menyikapinya.				
24.	Saya sulit tidur ketika saya memikirkan pensiun yang akan tiba nanti.				
25.	Saya takut akan dijauhi oleh teman-teman saya ketika saya tidak bekerja lagi.				
26.	Saya tidak tersinggung jika teman saya membahas masa pensiun nanti.				
27.	Saya tidak terlalu memikirkan masa pensiun saya nanti.				
28.	Saya mengalami gangguan pencernaan karena memikirkan masa pensiun.				
29.	Saya sering menyalahkan rekan kerja saya ketika melakukan kesalahan				
30.	Saya tidak suka jika ada teman yang menyinggung tentang pensiun.				
31.	Saya sudah menyiapkan dana kebutuhan saya ketika saya akan pensiun nanti.				
32.	Saya tidak selera makan ketika saya memikirkan masa pensiun saya.				

No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya lebih suka diam daripada saya marah.				
2	Saya mengarahkan karyawan baru dalam melakukan tugas dalam organisasi.				
3	saya sering meminta pendapat rekan kerja saya terkait hasil kerja saya.				
4	Saya merasa tidak memiliki waktu untuk mengarahkan karyawan lain dalam melaksanakan tugas.				
5	Saya sering berperilaku yang tidak sesuai dengan apa yang saya pikirkan pada saat bekerja.				
6	Saya tahu bagaimana mengontrol emosi ketika saya mengalami keadaan yang sulit.				
7	Saya merasa banyak kekurangan dalam diri saya.				
8	Saya cenderung diam ketika ada hal yang tidak menjadi urusan saya.				
9	Saya bosan berinteraksi dengan lingkungan kerja saya.				
10	Saya akan menangani setiap konflik yang terjadi di antara rekan kerja saya.				
11	Saya memberitahu cara menyelesaikan tugas yang efektif.				
12	Saya akan berhenti jika gagal.				
13	Saya dapat memahami situasi yang sedang saya alami.				
14	Saya sulit memfokuskan pikiran ketika sedang mempunyai masalah.				
15	Saya merasa masih mampu dalam melakukan pekerjaan.				
16	Saya tidak peduli dengan tugas-tugas karyawan lain.				
17	Saya tidak mau memberikan contoh kepada orang lain agar mereka tidak menyalahkannya.				
18	Saya tidak menerima kritikan dari rekan kerja.				
19	Saya menyukai lingkungan kerja saat ini				
20	Saya memberi masukan jika ada penyimpangan yang terjadi.				

21	Saya memberi contoh dalam mengerjakan tugas agar lebih mudah dipahami oleh karyawan.				
22	Saya percaya akan berhasil jika saya mengoptimalkan apa yang akan saya lakukan.				
23	Saya mudah untuk merasa rendah diri terhadap yang saya kerjakan.				
24	Saya tidak yakin terhadap yang saya lakukan akan berhasil.				
25	Saya merasa gagal dalam melakukan pekerjaan saya.				
26	Ketika saya bekerja pikiran saya bisa fokus dengan pekerjaan saya.				
27	Saya mampu mengontrol pikiran dan tindakan saya dalam melakukan pekerjaan.				
28	Saya akan marah jika saya bermasalah dengan rekan kerja saya.				
29	Saya tidak maksimal dalam melakukan suatu pekerjaan.				
30	Saya dapat menerima hasil kerja yang sudah saya lakukan.				
31	Saya selalu optimis terhadap yang selalu saya lakukan.				
32	Saya memberikan beberapa arahan kepada karyawan baru agar lebih mudah mengerjakan tugas.				
33	Saya tidak suka bersosialisasi kalau tidak penting.				
34	Saya tidak peduli melihat karyawan baru mengalami kesusahan.				
35	Saya senang berkumpul dengan rekan kerja saya.				
36	Saya bangga dengan diri saya terutama terhadap hasil pekerjaan saya.				
37	Saya kan mencoba hal lain Ketika saya gagal.				
38	Saya bekerja dengan sangat baik agar saya dapat bekerja dengan maksimal.				
39	Saya tidak mampu dalam keadaan yang menyulitkan saya.				
40	Saya sulit mengendalikan situasi yang akan saya hadapi kedepan.				
41	Saya selalu pesimis terhadap yang saya lakukan.				
42	Saya cuek terhadap permasalahan yang terjadi lingkungan kerja saya.				

2. DATA MENTAH KECERDASAM EMOSI

RESPONDEN	DATA PENELITIAN KECERDASAN																																										Total			
	PERNYATAAN																																													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42				
1	3	3	2	4	3	3	2	1	3	4	3	4	4	2	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	3	129
2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	1	4	2	2	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	2	2	3	116	
3	1	3	2	3	2	2	2	4	2	2	4	3	1	4	2	3	4	4	3	3	4	3	3	2	4	3	3	1	4	4	3	3	4	2	4	4	3	4	3	4	2	2	3	2	120	
4	2	2	2	3	2	3	1	4	3	3	4	4	1	4	3	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	1	4	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	119	
5	2	2	2	2	3	4	3	4	3	3	4	3	2	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	140
6	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	158
7	1	3	2	1	4	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	2	3	3	2	123	
8	4	3	2	2	2	2	2	4	3	2	3	3	1	4	2	3	3	4	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	2	2	4	119	
9	1	2	2	4	1	3	4	4	4	4	2	2	2	1	4	3	3	4	4	4	2	3	2	2	4	4	4	4	4	3	2	3	3	2	3	4	4	3	3	2	1	2	4	1	122	
10	2	3	3	3	3	4	1	4	3	3	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	4	1	134		
11	1	2	3	2	2	2	2	4	2	2	3	2	1	4	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	110	
12	2	2	3	2	2	2	1	3	2	3	2	2	3	1	4	1	1	3	3	3	3	4	1	1	2	2	2	2	2	4	1	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	92	
13	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	1	3	3	118		
14	3	3	2	3	3	3	4	2	3	2	3	3	2	4	3	2	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	2	3	3	131		
15	4	3	3	4	3	2	3	1	4	3	3	2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	147	
16	3	3	2	3	2	3	2	4	3	3	4	3	1	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	2	3	132	
17	4	3	2	2	3	2	2	4	3	3	3	3	2	4	2	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	2	3	127	
18	4	3	2	3	3	3	4	2	4	2	3	3	3	4	4	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	122
19	2	3	4	2	2	3	2	2	4	2	3	4	1	1	4	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	109
20	4	4	2	3	2	2	2	2	4	1	3	4	3	2	4	3	2	3	4	4	3	4	4	3	2	3	3	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3	131	
21	4	3	2	2	2	3	2	1	3	2	3	4	1	2	4	2	2	4	3	2	4	3	2	4	3	1	3	3	2	2	4	4	4	3	1	3	4	4	4	4	2	3	3	117		
22	4	4	2	3	4	4	3	1	4	3	2	3	4	1	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	137	
23	4	4	1	3	4	4	3	1	4	3	2	3	4	1	4	2	4	4	3	3	2	4	2	4	3	4	3	3	4	2	3	4	3	4	3	4	2	2	4	4	2	2	3	3	129	
24	4	4	4	3	3	3	3	2	4	3	2	3	3	1	4	1	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	2	4	3	2	4	4	1	4	4	3	4	4	3	134			
25	4	4	2	3	4	3	3	2	4	3	2	3	3	1	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	1	4	4	3	1	3	3	135			
26	2	3	4	4	2	2	2	1	1	3	3	4	3	2	3	3	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	1	2	2	125	
27	2	3	1	4	4	3	2	1	4	4	3	4	2	1	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	2	2	3	2	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	126		
28	4	3	3	4	4	4	2	3	3	3	4	3	3	4	2	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	3	3	136	
29	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	132		
30	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	1	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	127	
31	3	4	3	3	3	3	3	1	4	3	3	3	3	1	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	133		
32	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	143		
33	4	4	3	4	3	3	4	1	4	3	4	4	2	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	149	
34	4	3	4	2	1	2	1	2	1	3	4	1	3	1	2	1	3	3	4	2	2	3	3	2	3	2	3	2	1	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	103		
35	3	4	3	1	2	4	2	1	3	4	3	2	3	1	2	1	2	2	4	3	2	3	2	1	2	3	2	1	1	3	3	2	3	1	3	2	3	4	3	1	2	1	3	99		
36	3	4	3	1	3	3	1	3	2	4	2	1	3	3	4	2	3	2	2	4	3	2	1	2	3	3	2	1	2	4	3	2	2	1	3	2	4	3	2	4	3	2	2	1	104	
37	3	2	4	2	3	4	2	3	1	3	2	1	3	3	2	2	3	2	4	3	4	2	2	1	2	2	3	1	2	2	4	3	3	1	3	2	3	4	2	3	4	2	3	2	104	
38	2	3	4	3	2	4	2	1	3	3	4	2	2	1	3	1	3	2	4	3	2	3	1	2	3	3	4	2	1	2	3	3	1	3	3	4	3	2	1	2	3	1	104			
39	3	4	2	2	1	2	2	1	2	2	4	2	2	2	4	2	3	1	4	3	2	4	3	1	2	2	4	2	3	4	3	2	2	4	3	2	2	4	3	2	3	1	2	3	104	
40	4	2	4	2	3	3	1	3	2	4	2	2	4	2	1	2	3	3	4	3	4	2	3	4	2	3	2	4	3	1	2	2	4	3	3	2	4	3	2	4	3	1	2	3	2	111
41	3	4	3	3	1	3	1	2	3	3	2	1	3	3	3	1	2	3	3	4	3	4	1	2	1	3	2	2	1	3	2	4	2	1	3	2	4	2	1	3	2	4	3	1	2	101
42	3	4	3	3	2	4	2	1	3	4	3	1	3	3	4	2	3	2	4	2	3	3	1	3	2	4	3	2	3	4	3	4	1	4	3	4	4	4	4	3	2	1	1	118		
4																																														

4. DATA MENTAH KECEMASAN

RESPONDEN	DATA PENELITIAN KECEMASAN																																Total	
	PERNYATAAN																																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32		
1	3	2	2	2	3	1	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	4	2	2	3	2	3	81
2	3	3	2	1	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	4	3	3	3	2	3	2	3	87	
3	3	3	2	2	2	1	1	1	1	1	2	3	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	4	1	1	1	1	2	1	1	52	
4	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	3	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	4	1	1	1	1	2	1	1	50	
5	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	3	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	4	1	1	1	1	2	1	1	50	
6	3	4	3	2	3	2	4	2	3	2	3	2	1	3	3	4	4	4	3	3	4	2	4	2	3	1	3	3	2	3	3	3	91	
7	4	3	2	3	2	1	3	2	3	1	2	3	3	3	3	2	4	3	2	2	2	3	1	3	2	2	3	3	4	2	3	3	82	
8	3	4	3	2	1	3	3	2	3	3	2	3	3	1	2	2	2	3	4	3	2	3	1	3	2	3	2	2	3	3	3	3	82	
9	2	4	2	3	2	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3	1	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	1	3	3	3	76	
10	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	4	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	4	2	83	
11	3	2	2	3	2	2	4	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	4	2	3	2	2	4	2	2	2	3	2	2	2	81	
12	3	4	2	3	2	1	3	3	3	3	2	2	4	2	2	2	4	3	2	2	1	2	3	3	3	3	2	4	3	2	2	3	83	
13	4	3	3	2	3	1	3	4	3	2	3	2	4	2	3	2	3	4	2	2	2	2	3	3	4	2	3	4	3	4	2	3	90	
14	4	3	3	2	3	2	2	3	2	1	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	1	3	2	2	2	2	3	4	2	2	83	
15	2	3	3	2	3	2	2	4	2	1	2	3	4	2	2	3	3	4	4	2	4	2	3	3	2	3	1	3	3	2	2	2	83	
16	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	1	3	3	2	1	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	3	2	1	3	74	
17	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	1	3	3	4	2	3	2	3	1	3	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2	2	74	
18	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	77	
19	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	4	3	1	2	3	3	2	2	2	1	3	2	3	2	2	2	3	3	3	78	
20	4	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	4	2	3	4	3	2	3	3	2	2	1	3	2	3	2	2	83	
21	4	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	4	2	2	3	2	2	2	3	1	2	3	3	2	2	3	2	2	3	78	
22	2	3	1	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	1	3	2	2	3	4	3	2	2	3	3	4	2	3	3	4	2	2	82		
23	4	2	2	3	2	2	3	4	2	3	2	3	1	2	3	3	3	2	2	1	2	3	1	1	1	1	2	3	2	3	2	2	74	
24	4	3	3	2	1	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	1	3	3	3	3	2	4	4	4	1	3	90	
25	1	2	4	3	2	3	3	2	4	3	3	2	2	2	2	4	2	2	3	4	2	3	2	4	2	2	3	3	2	3	1	2	82	
26	2	3	3	2	3	2	3	4	3	3	1	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	76	
27	4	2	2	2	3	2	4	2	1	3	3	4	3	1	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	2	3	2	2	3	84	
28	3	4	3	2	3	1	3	2	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	4	3	2	3	3	3	2	2	4	86	
29	3	2	2	3	2	2	4	2	2	2	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	4	2	2	3	3	2	3	1	2	83	
30	3	2	2	2	1	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	77	
31	4	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	1	3	3	3	2	2	3	1	2	2	3	3	2	4	3	2	2	2	4	81	
32	3	4	2	3	1	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	1	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	84	
33	4	2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	3	3	2	2	2	4	3	2	2	3	1	3	3	2	1	2	2	3	4	3	3	78	
34	2	3	1	3	2	1	3	3	3	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	4	2	3	3	2	4	3	2	2	2	80	
35	4	2	2	2	4	2	2	3	4	2	1	1	4	2	1	3	3	4	3	2	3	1	2	2	2	2	2	3	4	3	1	3	80	
36	4	3	1	1	1	1	2	3	4	2	3	1	3	3	2	2	4	3	2	2	1	2	1	4	3	1	3	3	4	3	1	3	76	
37	4	4	1	1	3	2	4	3	3	4	2	3	4	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	3	2	1	2	1	3	3	3	79	
38	3	3	1	2	3	1	3	3	4	1	1	1	4	1	4	1	4	3	2	2	1	3	1	3	4	2	3	3	4	3	2	3	79	
39	3	2	1	3	4	3	1	2	1	3	4	3	1	2	1	4	2	4	3	3	4	3	2	1	3	2	3	3	2	4	3	2	82	
40	3	2	1	2	2	2	3	4	3	2	1	2	2	2	4	2	3	4	3	2	3	2	3	3	3	1	1	4	4	3	2	4	82	
41	3	3	1	2	3	2	4	3	3	1	2	3	3	3	3	2	4	2	3	3	2	3	3	3	2	2	1	3	2	3	2	4	83	
42	4	3	1	3	2	1	2	3	4	3	2	1	3	3	3	1	3	3	4	2	3	2	2	4	3	3	1	3	2	3	1	2	80	
43	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	1	4	2	3	3	4	2	2	3	2	2	1	2	4	3	3	2	2	4	4	2	4	84	
44	3	4	2	3	2	1	3	2	3	1	2	3	3	1	3	1	3	2	3	1	2	2	2	4	3	3	2	3	2	3	1	3	76	
45	3	4	2	3	2	1	3	2	3	1	2	3	3	1	3	3	3	4	2	2	1	2	2	4	3	1	2	4	2	3	1	3	78	
46	4	4	3	2	1	2	2	4	3	3	2	1	3	3	4	2	4	3	2	3	2	2	1	3	2	1	2	4	3	2	1	3	81	
47	3	2	2	1	3	2	2	3	4	2	3	2	4	2	2	1	3	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	1	2	1	3	3	73	
48	4	3	3	2	4	3	1	3	2	2	3	2	3	1	2	1	3	4	3	3	2	1	2	2	3	2	2	3	3	3	1	3	79	
49	4	4	1	1	1	1	3	3	3	1	1	1	3	1	3	1	4	4	4	4	1	1	1	4	4	4	4	1	1	3	3	2	77	
50	3	2	1	3	2	2	3	4	2	3	3	3	3	1	3	2	4	4	3	1	1	1	4	4	2	2	2	4	3	3	4	86		
51	3	4	1	2	2	2	4	4	3	2	1	2	3	1	2	1	2	3	3	3	1	2	1	2	3	2	2	2	2	2	1	1	69	
52	3	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	4	1	2	1	3	1	3	1	3	1	2	2	3	1	3	2	2	3	2	2	3	69	
53	4	3	3	2	2	1	4	3	2	2	1	4	2	4	2	3	4	4	2	2	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	1	3	87	
54	4	4	1	1	1	3	3	4	4	4	1	2	4	4	3	4	4	4	1	3	4	4	2	3	3	1	2	3	4	3	2	3	93	
55	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	2	2	3	1	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	78	
56	2	4	1	2	2	2	4	4	2	2	4	3	2	3	3	3	4	3	2	2	3	2	2	4	4	3	3	2	2	2	2	3	142	

4.UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS ALAT UKUR PENELITIAN

Reliability

Scale: Kecerdasan Emosi

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	56	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	56	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,862	42

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
aitem_1	3,05	,980	56
aitem_2	3,21	,653	56
aitem_3	2,68	,834	56
aitem_4	2,52	,972	56
aitem_5	2,43	,892	56
aitem_6	2,91	,769	56
aitem_7	2,39	,928	56
aitem_8	1,88	,875	56

aitem_9	2,96	1,008	56
aitem_10	3,07	,684	56
aitem_11	2,82	,690	56
aitem_12	2,75	1,031	56
aitem_13	2,82	,876	56
aitem_14	1,93	,912	56
aitem_15	3,48	,763	56
aitem_16	2,32	,897	56
aitem_17	2,66	,900	56
aitem_18	2,86	,862	56
aitem_19	3,45	,711	56
aitem_20	3,29	,594	56
aitem_21	3,09	,668	56
aitem_22	3,27	,751	56
aitem_23	2,48	1,009	56
aitem_24	2,93	2,904	56
aitem_25	2,96	,894	56
aitem_26	3,05	,672	56
aitem_27	2,98	,700	56
aitem_28	2,23	,934	56
aitem_29	2,70	1,094	56
aitem_30	3,07	,759	56
aitem_31	3,29	,706	56
aitem_32	3,09	,581	56
aitem_33	2,50	1,062	56
aitem_34	2,75	,939	56
aitem_35	3,36	,724	56
aitem_36	3,25	,879	56
aitem_37	3,32	,690	56
aitem_38	3,41	,596	56

aitem_39	2,30	,872	56
aitem_40	2,38	,776	56
aitem_41	2,57	,735	56
aitem_42	2,36	,980	56

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem_1	115,77	236,400	-,091	,868
aitem_2	115,61	233,625	,029	,864
aitem_3	116,14	237,070	-,122	,867
aitem_4	116,30	214,761	,664	,852
aitem_5	116,39	220,134	,518	,856
aitem_6	115,91	231,901	,091	,863
aitem_7	116,43	215,013	,689	,852
aitem_8	116,95	232,524	,050	,865
aitem_9	115,86	216,416	,579	,854
aitem_10	115,75	238,300	-,196	,867
aitem_11	116,00	229,636	,216	,861
aitem_12	116,07	216,395	,566	,854
aitem_13	116,00	232,145	,064	,864
aitem_14	116,89	228,788	,181	,862
aitem_15	115,34	224,046	,438	,858
aitem_16	116,50	218,291	,586	,854

aitem_1 7	116,16	217,192	,627	,854
aitem_1 8	115,96	218,617	,599	,854
aitem_1 9	115,38	225,511	,403	,858
aitem_2 0	115,54	231,490	,154	,862
aitem_2 1	115,73	228,200	,396	,860
aitem_2 2	115,55	223,488	,471	,857
aitem_2 3	116,34	212,956	,701	,851
aitem_2 4	115,89	217,588	,100	,890
aitem_2 5	115,86	215,943	,681	,852
aitem_2 6	115,77	223,309	,541	,857
aitem_2 7	115,84	228,428	,369	,861
aitem_2 8	116,59	218,428	,555	,855
aitem_2 9	116,13	214,875	,578	,854
aitem_3 0	115,75	229,136	,314	,861
aitem_3 1	115,54	226,762	,346	,859
aitem_3 2	115,73	230,963	,188	,862
aitem_3 3	116,32	214,840	,599	,853
aitem_3 4	116,07	216,540	,622	,853
aitem_3 5	115,46	225,526	,394	,859

aitem_3 6	115,57	232,031	,068	,864
aitem_3 7	115,50	229,091	,342	,861
aitem_3 8	115,41	226,101	,455	,858
aitem_3 9	116,52	217,854	,622	,854
aitem_4 0	116,45	230,433	,152	,862
aitem_4 1	116,25	222,809	,514	,857
aitem_4 2	116,46	218,471	,524	,855

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
118,82	234,622	15,317	42

DATASET ACTIVATE DataSet1.

RELIABILITY

```

/VARIABLES=aitem_1 aitem_2 aitem_3 aitem_4 aitem_5 aitem_6 aitem_7 aitem_8
aitem_9 aitem_10 aitem_11 aitem_12 aitem_13 aitem_14 aitem_15 aitem_16 aitem_17
aitem_18 aitem_19 aitem_20 aitem_21 aitem_22 aitem_23 aitem_24 aitem_25
aitem_26 aitem_27 aitem_28 aitem_29 aitem_30 aitem_31 aitem_32
    
```

```

/SCALE('Kecemasan') ALL
    
```

```

/MODEL=ALPHA
    
```

```

/STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE
    
```

```

/SUMMARY=TOTAL.
    
```

Reliability

Notes

Output Created	20-JAN-2021 17:29:16
Comments	

Input	Active Dataset	DataSet1	
	Filter	<none>	
	Weight	<none>	
	Split File	<none>	
	N of Rows in Working Data File		56
Missing Value Handling	Matrix Input		
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.	
Syntax	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.	
		RELIABILITY	
		<pre> /VARIABLES=aitem_1 aitem_2 aitem_3 aitem_4 aitem_5 aitem_6 aitem_7 aitem_8 aitem_9 aitem_10 aitem_11 aitem_12 aitem_13 aitem_14 aitem_15 aitem_16 aitem_17 aitem_18 aitem_19 aitem_20 aitem_21 aitem_22 aitem_23 aitem_24 aitem_25 aitem_26 aitem_27 aitem_28 aitem_29 aitem_30 aitem_31 aitem_32 /SCALE('Kecemasan') ALL /MODEL=ALPHA /STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE /SUMMARY=TOTAL. </pre>	
Resources	Processor Time		00:00:00,03
	Elapsed Time		00:00:00,08

[DataSet1]

Scale: Kecemasan

Case Processing Summary

	N	%

	Valid	56	100,0
Cases	Excluded ^a	0	,0
	Total	56	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,936	32

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
aitem_1	2,46	,785	56
aitem_2	2,46	,660	56
aitem_3	2,52	,660	56
aitem_4	2,52	,738	56
aitem_5	2,48	,809	56
aitem_6	2,52	,713	56
aitem_7	2,41	,682	56
aitem_8	2,39	,755	56
aitem_9	2,38	,648	56
aitem_10	2,50	,739	56
aitem_11	2,55	,851	56
aitem_12	2,52	,738	56
aitem_13	2,41	,682	56
aitem_14	2,48	,713	56

aitem_15	2,75	,792	56
aitem_16	2,52	,763	56
aitem_17	2,59	,708	56
aitem_18	2,52	,660	56
aitem_19	2,55	,711	56
aitem_20	2,50	,688	56
aitem_21	2,43	,806	56
aitem_22	2,45	,829	56
aitem_23	2,55	,784	56
aitem_24	2,61	,705	56
aitem_25	2,55	,711	56
aitem_26	2,63	,676	56
aitem_27	2,50	,714	56
aitem_28	2,46	,738	56
aitem_29	2,55	,761	56
aitem_30	2,50	,714	56
aitem_31	1,96	,738	56
aitem_32	2,55	,761	56

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem_1	77,32	173,204	,497	,934
aitem_2	77,32	173,168	,605	,933
aitem_3	77,27	172,454	,646	,933
aitem_4	77,27	173,363	,524	,934
aitem_5	77,30	173,197	,481	,934

aitem_6	77,27	171,909	,625	,933
aitem_7	77,38	172,784	,605	,933
aitem_8	77,39	175,552	,399	,935
aitem_9	77,41	173,774	,579	,933
aitem_10	77,29	172,971	,545	,934
aitem_11	77,23	170,036	,601	,933
aitem_12	77,27	171,945	,600	,933
aitem_13	77,38	174,202	,524	,934
aitem_14	77,30	172,033	,618	,933
aitem_15	77,04	180,326	,148	,938
aitem_16	77,27	170,200	,669	,932
aitem_17	77,20	172,415	,602	,933
aitem_18	77,27	173,109	,607	,933
aitem_19	77,23	175,745	,416	,935
aitem_20	77,29	172,644	,608	,933
aitem_21	77,36	169,761	,652	,932
aitem_22	77,34	169,246	,656	,932
aitem_23	77,23	170,945	,611	,933
aitem_24	77,18	171,204	,672	,932
aitem_25	77,23	175,054	,454	,935
aitem_26	77,16	175,592	,449	,935

aitem_27	77,29	172,571	,588	,933
aitem_28	77,32	173,277	,529	,934
aitem_29	77,23	171,527	,602	,933
aitem_30	77,29	171,081	,670	,932
aitem_31	77,82	183,386	,008	,939
aitem_32	77,23	171,527	,602	,933

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
79,79	184,099	13,568	32

LAMPIRAN B

1. UJI NORMALITAS

2. UJI LINEARITAS

3. UJI KORELASI



1. UJI NORMALITAS ALAT UKUT PENELITIAN

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Kecerdasan Emosi	Kecemasan
N		56	56
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	81,73	72,64
	Std. Deviation	14,175	14,310
Most Extreme Differences	Absolute	,153	,169
	Positive	,153	,169
	Negative	-,125	-,078
Kolmogorov-Smirnov Z		1,147	1,262
Asymp. Sig. (2-tailed)		,144	,083

a. Test distribution is Normal.

2. UJI LINEARITAS ALAT UKUR PENELITIAN

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kecemasan * Kecerdasan Emosi	56	100,0%	0	0,0%	56	100,0%

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan * Kecerdasan Emosi	(Combined)	6657,357	29	229,564	1,296	,254
	Between Groups	1533,293	1	1533,293	8,656	,007
	Linearity	5124,064	28	183,002	1,033	,469
	Deviation from Linearity	4605,500	26	177,135		
	Within Groups	11262,857	55			
Total						

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Kecemasan * Kecerdasan Emosi	-,369	,136	,769	,591

3.UJI HIPOTESIS KOLERASI ALAT UKUR PENELITIAN

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Kecerdasan Emosi	81,73	14,175	56
Kecemasan	72,64	14,310	56

Correlations

		Kecerdasan Emosi	Kecemasan
Kecerdasan Emosi	Pearson Correlation	1	-,369**
	Sig. (2-tailed)		,005
	N	56	56
Kecemasan	Pearson Correlation	-,369**	1
	Sig. (2-tailed)	,005	
	N	56	56

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran Surat Izin Penelitian



UNIVERSITAS MEDAN AREA FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 73/FPSI/31.10/XII/2020
Lampiran : -
Hal : Pengambilan Data

Medan, 08 Desember 2020

Yth. Direktur Operasional PTPN III Medan
c.q. Bagian BUMU
Di
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:


Nama : Indah Safira Permata
NPM : 168600014
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

Untuk melaksanakan pengambilan data di PTPN III Medan, Jalan Sei Batang Hari No.2, Simpang Tanjung, Medan Sunggal, Simpang Tj, Kec. Medan Sunggal, Kota Medan, Sumatera Utara 20122 guna penyusunan skripsi yang berjudul "*Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada Karyawan PT. Perkebunan Nusantara (III) Medan*".

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan dan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di Perusahaan yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya yang baik diucapkan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,

Laili Aifita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan
- Mahasiswa Ybs
- Arsip



Lampiran Surat Selesai Penelitian



Perkebunan Nusantara
Medan, 27 Januari 2021

Nomor : BUMU/XI/47 / 2021
Lamp. : -
Hal : **Selesai Riset**

Kepada Yth :
**Wakil Dekan Bidang Akademik
Fakultas Psikolog
Universitas Medan Area**
Jl. Kolam No.1 Medan Estate
di -
Medan

Menghunjuk Surat Saudara Nomor : 735/FPSI/01.10/X/2020 tanggal 19 Oktober 2020 perihal Izin Pengambilan Data, dengan ini kami sampaikan bahwa:

No	Nama	NPM	Prodi	Judul
1	Indah Safira Permata	168600014	Ilmu Psikologi	Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada Karyawan PT. Perkebunan Nusantara (III) Medan

telah selesai melaksanakan Riset di PT. Perkebunan Nusantara III (Persero) **Bagian Operasional SDM (BSDM)** PT. Perkebunan Nusantara III (Persero) mulai tanggal **11 s/d 15 Januari 2021**.

Demikian disampaikan agar maklum.

BAGIAN UMUM

Ganda Wiatmaja
Kepala Bagian Umum

Tembusan:
Mahasiswa yth
D/Unit Pk. & Riset/UMA/SELISARISSET/PakPaling

AKHLAK – Amanah, Kompeten, Harmonis, Loyal, Adaptif, Kolaboratif

Jakarta
Gedung Agro Plaza Lantai 15
Jl. H. R. Rasuna Said Kav X2 – 1, Jakarta 12950
telp : +62 21 29183300, fax : +62 21 5203030
email : sekretariat@holding-perkebunan.com

PT Perkebunan Nusantara III (Persero)

Medan
Jl. Sei Batanghari No.2, Medan, 20122
telp : +62 61 8452244, fax : +62 61 8455177
email : cs@email.ptpn3.co.id