

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN KECEMASAN
MENGHADAPI PENSIUN PADA KARYAWAN DI PTPN IV
UNIT KEBUN MARIHAT**

SKRIPSI

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

diajukan oleh
Ridho Nainggolan
17.860.0172



FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2021

LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING

Judul Skripsi : Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan
Menghadapi Pensiun Pada Karyawan Di PTPN IV Unit
Kebun Marihat

Nama Mahasiswa : Ridho Nainggolan

Nim : 178600172

Bagian : Psikologi Industri dan Organisasi

Menyetujui

Komisi Pembimbing

Pembimbing

Zuhdi Budiman S.Psi, M.Psi

Mengetahui

Kepala bagian

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

Dekan Psikologi

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

Tanggal Sidang Meja Hijau

01- Oktober- 2021

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Karya Tulis Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagai Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Si

PADA TANGGAL
01 Oktober 2021

Mengesahkan
Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area
Dekan



Dr. Hj. Risydah Fachrudin, S.Psi, M.Psi, Psikolog

Dosen Penguji

Tanda Tangan

1. Andy Chandra, S.Psi, M.Psi, Psikolog
2. Meri Hafni, S.Psi, M.Psi, Psikolog
3. Zuhdi Budiman S.Psi, M.Psi
4. Istiana, S.Psi, M.Pd, M.Psi, Psikolog

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 unsur plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 01 Oktober 2021



Ridho Nainggolan

(178600172)

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

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang

bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ridho Nainggolan
NPM : 178600172
Program Studi : Psikologi Industri & Organisasi
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak **Bebas Royalti Non Eklusif (*Non- exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul: **Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Menghadapi Pensiun Pada Karyawan Di PTPN IV Unit Kebun Marihat**. Dengan Hak Bebas Royalti Noneklusif/format-kan, mengelola - dalam bentuk pembagian data (database), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Dibuat di: Medan
Pada tanggal: 01-
OKTOBER 2021
Yang mengatakan



(RIDHO NAINGGOLAN)

Persembahan

Puji Tuhan

Salah satu anugrah yang terindah untuk saya

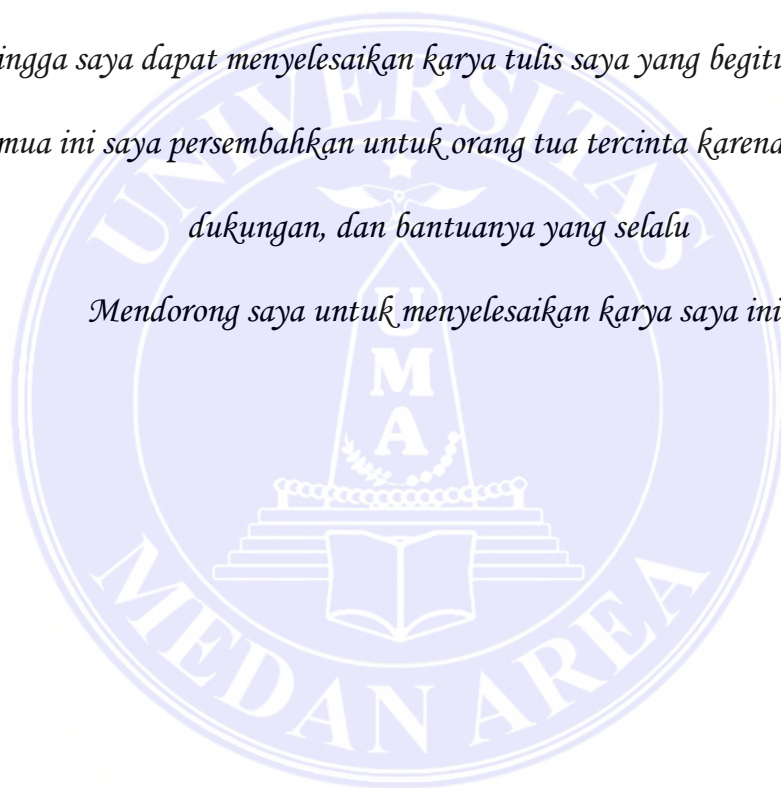
Karena atas kesehatan dan kemudahan

Sehingga saya dapat menyelesaikan karya tulis saya yang begitu sederhana

Semua ini saya persembahkan untuk orang tua tercinta karena atas doa,

dukungan, dan bantuannya yang selalu

Mendorong saya untuk menyelesaikan karya saya ini.



MOTTO

“Hidup bukan tentang benar atau salah”

Bukan tentang baik atau buruk

Bukan tentang menang atau kalah

Hidup adalah sebuah perjuangan

Dari awal kita bernafas dan sampai kita menghembuskan nafas

“Lebih baik terlihat pendek namun berdiri di kaki sendiri

Daripada terlihat tinggi namun berdiri di atas bahu orang lain”

“belajar dari kesalahan

Bukan berarti kamu tidak boleh lagi melakukan hal yang ingin kamu lakukan

Namun dari kesalahan, kita akan tau hal yang lebih benar untuk dilakukan”

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur saya ucapkan atas khadirat Tuhan Yang Maha Esa yang senantiasa melimpahkan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan proposal penelitian ini. Adapun maksud dan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui “Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada Karyawan Di PTPN IV Unit Kebun Marihat”

Peneliti menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan proposal ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan dan kerjasama yang baik dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Yayasan Haji Agus Salim Universitas Medan Area
2. Prof. Dr. Dandan Ramdan, M.Eng, M.Sc Rektor Universitas Medan Area.
3. Ibu Dr. Hj. Risydah Fadillah, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
4. Bapak Zuhdi Budiman, S.Psi, M.Psi selaku dosen pembimbing, yang dengan sabar memberikan bimbingan dan arahan dalam proses menyelesaikan skripsi ini.
5. Para dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan memotivasi peneliti sehingga dapat memperlancar penyelesaian proposal ini.
6. Kepada Bapak Benhard HS.Purba selaku Manajer PTP Nusantara IV unit Kebun Marihat yang telah memberikan wadah untuk menyelesaikan penelitian ini.

7. Kepada semua karyawan yang telah bersedia untuk membantu mengisi angket penelitian saya.
8. Kepada kedua orang tua saya, bapak Lumba Singal Nainggolan dan Ibu Elli Saragi yang selalu mendukung, mendoakan anaknya ini agar diberi kemudahan dalam mengerjakan skripsi ini hingga selesai .
9. Kepada kakak saya Santi Nainggolan terimakasih telah membimbing, mengajari dan mensupport adik mu ini dalam pembuatan skripsi hingga selesai.
10. Kepada Amelina Aqsofia yang selalu menemani, memberikan doa, semangat serta memberikan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Kepada seluruh keluarga saya yang tersayang yang tulus mendoakan untuk kelancaran dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Kepada teman teman terdekat saya yang selalu memberikan bantuan dan dukungan.

HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI PENSIUN PADA KARYAWAN DI PTPN IV UNIT KEBUN MARIHAT

OLEH:

RIDHO NAINGGOLAN

NPM: 17.860.0172

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada Karyawan Di PTPN IV Unit Kebun Marihat, dimana yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah karyawan Di PTPN IV Unit Kebun Marihat. Penyebaran skala pada kecerdasan emosi menggunakan skala Likert. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi product moment dari karl pearson. Berdasarkan hasil analisis dengan metode korelasi *r Product Moment* dengan nilai atau koefisien (r_{xy}) = -0.411 dan Koefisien determinan (r^2) = 0,169 dengan signifikan $p=0.000 < 0.05$. hasil ini menunjukkan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu ada hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi pension. Artinya semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin rendah kecemasan menghadapi pension. Hal ini dibuktikan melalui perhitungan Koefisien determinan (r^2) = 0,169 menunjukkan sumbangan efektif yang di berikan kecemasan dengan Kecerdasan emosional sebesar 16,90%. Selanjutnya hasil nilai rata-rata empirik kecemasan 9.64 dan nilai rata-rata hipotetikny=27,500 dan untuk rata empirik kecerdasan emosi =65.903 sedangkan rata-rata hipotetikny 70,000

Kata kunci : kecerdasan emosi,kecemasan

CORRELATION BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE AND ANXIETY FACING RETIREMENT IN EMPLOYEES AT PTPN IV MARIHAT PLANTATION UNIT

By :

RIDHO NAINGGOLAN

NPM: 17.860.0172

ABSTRACT

This study aims to see the correlation between Emotional Intelligence and Anxiety Facing Retirement in Employees at PTPN IV Marihat Plantation Unit, where the subject is in this study were employees at PTPN IV Marihat Plantation Unit. The distribution of the scale on emotional intelligence uses a Likert scale. The data analysis method used in this research is the product moment correlation technique of Karl Pearson. Based on the results of analysis to method of correlation r Product Moment by value or coefficient ($r_{xy} = -0.411$ and coefficient determinant ($r^2 = 0.169$ with significant $p = 0.000 < 0.05$. these results suggest the hypothesis proposed in this study received, that have relationship a negative between emotional intelligence and anxiety face a pension. This means that the higher intelligence emotional then more lower anxiety facing pension. This is evidenced by the calculation of The coefficient determinant ($r^2 = 0.169$ shows contribution effective that at give worry to intelligence emotional for 16,90%. The results of the average value of 9.64 and anxiety empirical average value hypothetic = 27,500 and for empirical average emotional intelligence = 65 903 while the average hypothetic 70,000

Key words: Emotional Intelligence, Anxiety

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI.....	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERNYATAAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR/ SKRIPSI/ TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	Error! Bookmark not defined.
<i>Persembahan</i>	vi
<i>MOTTO.....</i>	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xiii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	11
C. Batasan Masalah	12
D. Rumusan Masalah.....	12
E. Tujuan Penelitian	12
F. Manfaat iPenelitian	13
BAB II	13
LANDASAN TEORI.....	13
A. Kecemasan	13
1. Pengertian Kecemasan	13
2. Faktor-Faktor Kecemasan	15
3. Aspek-Aspek Kecemasan.....	21
4. Ciri-ciri Kecemasan	24
B. Kecerdasan Emosi	25
1. Pengertian Kecerdasan Emosi	25
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi.....	27
3. Aspek-Aspek Kecerdasan Emosi	28
4. Ciri-Ciri Kecerdasan Emosi.....	31
C. PTPN IV.....	32

1. Pengertian PTPN IV.....	32
2. Tujuan Dan Kegiatan PTPN IV.....	34
D. Karyawan.....	35
1. Pengertian Karyawan.....	35
E. Pensiun.....	36
1. Pengertian Pensiun.....	36
2. Manfaat Pensiun.....	37
3. Tujuan Program Pensiun.....	39
F. Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun.....	40
G. Kerangka Konseptual.....	47
H. Hipotesis.....	47
BAB III.....	50
METODE PENELITIAN.....	50
A. Tipe Penelitian.....	50
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	50
C. Defenisi Oprasional Variabel.....	51
1. Kecemasan.....	51
2. Kecerdasan Emosi.....	51
D. Populasi , Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.....	51
1. Populasi Penelitian.....	51
2. Sampel.....	52
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	52
E. Metode Pengumpulan Data.....	52
1. Skala Kecerdasan Emosi.....	53
2. Skala Kecemasan Menghadapi Pensiun.....	54
F. Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur.....	54
1. Validitas.....	54
2. Reliabilitas.....	55
G. Analisis Data.....	56
BAB IV.....	56
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	56
A. Orientasi Kancah Penelitian.....	56
1. Visi idan iMisi iPT iPerkebunan iNusantara iV iUnit iKebun iMarihat.....	59
B. Persiapan Penelitian.....	60
1. Persiapan Administrasi.....	60
2. Persiapan Alat Ukur.....	61
C. Pelaksanaan Penelitian.....	63
1. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	65
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	67
1. Uji Asumsi.....	67
2. Hasil Analisis Korelasi Product Moment.....	69
3. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	70
KETERANGAN.....	71
E. Pembahasan.....	72
BAB V.....	77
KESIMPULAN DAN SARAN.....	77

A. Simpulan	77
B. Saran.....	78
DAFTAR PUSTAKA	77



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Jumlah Karyawan Pimpinan Unit Kebun Marihat Tahun 2021	59
Tabel 2 Distribusi Skala Kacemasan Menghadapi Pensiun	62
Tabel 3 Distribusi Skala Kecerdasan Emosi	63
Tabel 4 Distribusi Skala Kecemasan Setelah Penelitian	66
Tabel 5 Distribusi Skala Kcerdasan Setelah Penelitian	67
Tabel 6 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran	68
Tabel 7 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linearitas Hubungan	69
Tabel 8 Rangkuman Analisa Korelasi <i>Product Moment</i>	70
Tabel 9 Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Mean Empirik	71

No. Gambar	DAFTAR GAMBAR Judul	Halaman
2.1	Kerangka Konseptual	47



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran A	
Alat Ukur Penelitian Uji Coba	80
Lampiran B	
Distributor Skor Uji Coba Skala Kecemasan.....	85
Lampiran C	
Hasil Uji Coba Validitas dan Reliabilitas	94
Lampiran D	
Uji Asumsi, Uji Linearitas dan Korelasi	99
Lampiran E	
Surat Keterangan Penelitian	108
Lampiran F	
Surat Keterangan Plagiasi	115

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bekerja adalah salah satu usaha manusia dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Ada pula kebutuhan manusia yang dikemukakan oleh Abraham Maslow meliputi kebutuhan fisiologis, rasa nyaman, memiliki-dimiliki serta kasih sayang, harga diri, serta aktualisasi diri. Kelima kebutuhan tersebut bertabiat hierarkis. Opsi pekerjaan yang dicoba manusia sangat beragam macam, pekerjaan yang diseleksi merupakan salah satu perlengkapan pemenuh kebutuhan dalam tingkatan yang berbeda. Misalnya, terdapat seseorang yang bekerja guna memenuhi kebutuhan fisiologis, lalu ada pula yang memilah sesuatu pekerjaan guna memenuhi kebutuhan aktualisasi diri.

Manusia juga mempunyai kebutuhan psikologis seperti berprestasi, berkuasa dan kebutuhan lain yang menunjukkan eksistensi dirinya. Dalam era modern seperti sekarang ini, pekerjaan merupakan salah satu faktor terpenting yang mendatangkan kepuasan karena uang, jabatan dan memperkuat harga diri..Seiring berjalannya waktu, manusia akan mempunyai keterbatasan sehingga tidak selamanya dapat bekerja. Semakin bertambahnya usia seseorang, maka orang tersebut akan menghadapi penyusutan keahlian khususnya, seperti dalam hal fisiologis contohnya sehingga tidak lagi mampu melaksanakan suatu pekerjaan sebaik di saat usianya masih muda, maka dari itu diwajibkan untuk menyudahi pekerjaannya. Sebagian orang memilih bekerja dengan cara berwirausaha ataupun mengendalikan sendiri pekerjaannya, lalu adapun sebagian orang yang bekerja di industri mengalami keadaan sebaliknya, yaitu diatur dalam perihal bekerja, mempunyai jam kerja, masa kerja, serta batas umur tertentu. Disaat pekerja tersebut merambah batasan umur yang sudah diresmikan untuk tidak bekerja lagi, maka pekerja tersebut wajib meninggalkan pekerjaannya. Secara awam hal ini diketahui dengan sebutan pensiun(Tarigan, 2009).

Makna kerja telah menjadi fokus yang sering muncul dan ditemukan untuk kemudian dituliskan dalam beberapa penelitian, juga memegang peran sentral hasil penelitian. Orientasi penelitian ini terletak dari bekerja pada lingkungan masyarakat modern. pada eksplorasi, penemuan dan logika sehingga dalam dunia industry, kerja dan hasilnya termasuk dalam kategori analisis induktif dengan dipertimbangkan menjadi sesuatu yang mendasar. Metode pengambilan data wawancara terbuka dan signifikan pada sebagian besar kehidupan Penulis terlibat langsung dan mengadakan kontak sehari-hari manusia untuk memenuhi penelitian kualitatif yaitu diperolehnya kebutuhan makan dan ekonomi yang mendasar. pemahaman menyeluruh tentang sebagian besar kehidupan dapat dicapai terutama pada fenomena yang akan diteliti. Desain penelitian melalui bekerja lebih dari peran instrumental bersifat fleksibel dan digunakan sebagai acuan tersebut, ada bukti kuat yang menunjukkan jika bukan patokan yang bersifat kaku, karena signifikansi aspek non-finansial dari bekerja, penelitian ini bersifat dinamis dan berkembang. contohnya, kerja menjadi sumber penting karena sejalan dengan berkembangnya pekerjaan kreasi identifikasi dan citra diri (*self-image*) lapangan. Fleksibilitas ini mendukung seperti yang ditunjukkan oleh studi konsekuensi karakteristik penelitian kualitatif yang sirkuler, negatif dan traumatik pada pengangguran, yaitu adanya keterkaitan antara suatu aspek pensiunan (Wibowo,2010) Pada saat memasuki umur tertentu seseorang hendak mengakhiri masa bekerjanya atau biasa dikenal dengan pensiun. Pensiun merupakan masa dimana seorang pegawai atau pekerja diberhentikan dari pekerjaannya sebab aspek umur serta pegawai tersebut juga dituntut agar dapat pula membiasakan diri dalam menghadapinya.

Di Indonesia, kebijakan yang mengatur tentang batas usia pensiun bagi karyawan adalah Peraturan Menteri Tenaga Kerja R.I Nomor: PER.02/MEN/1993 Tentang Usia Pensiun Normal Dan Batas Usia Pensiun Maksimum Bagi Peserta Peraturan Dana Pensiun. Disebutkan dalam Pasal 2 ayat (i) Usia pensiun normal bagi peserta ditetapkan 55 (lima puluh lima) tahun. Dan ayat (ii) Dalam hal pekerja tetap dipekerjakan oleh Pengusaha setelah mencapai usia 55 (lima puluh

lima tahun), maka batas usia pensiun maksimum ditetapkan 60 (enam puluh) tahun. Berdasarkan Peraturan Menteri tersebut dapat disimpulkan bahwa usia pensiun pekerja di Indonesia berkisar antara 55 – 60 tahun. Namun kebijakan mengenai batas usia pensiun, pekerja ini dapat disesuaikan oleh masing-masing perusahaan dengan kondisi di dalam perusahaan itu sendiri. Ini berarti perusahaan memiliki kewenangan untuk mengatur batas usia pensiun pekerjanya sendiri, yang biasanya disepakati bersama dengan serikat pekerja perusahaan itu, dan dicantumkan di dalam Perjanjian Kerja Bersama (PKB) antara perusahaan dan serikat pekerja di perusahaan itu (Dini Atika Rahmi,2013).

Akan tetapi kenyataannya dilapangan banyak orang yang belum siap memasuki masa pensiun, pensiun seringkali dianggap sebagai kenyataan yang tidak menyenangkan sehingga menjelang masanya tiba, sebagian orang akan merasa cemas karena tidak tahu kehidupan yang bagaimana yang kelak akan dihadapi. hal tersebut akan ditunjukkan oleh perilaku mudah marah,tegang ,sulit berkonsentrasi dan menurun nya semangat kerja. kondisi ini tentu saja akan menurunkan produktivitas kerja karyawan(pradono,2010) Oleh sebab itu dapat pula banyak permasalahan yang terjadi jikalau orang-orang tidak memiliki pemikiran yang positif tentang pensiun, perihal tersebut terjalin sebab ketidaksiapan seseorang dalam menghadapi pensiun yang hendak dijalaninya. Biasanya jika seseorang mendekati pensiun mereka membayangkan keadaan yang terus menjadi kurang baik, adapun diantaranya yaitu, penurunan status serta penghormatan, kekurangan pemasukan, kehabisan sarana serta merasa mudah tersisihkan dari pergaulan lama dan perasaan menjadi tua . Masa pensiun kerap memunculkan perasaan tidak bermanfaat untuk orang yang akan memasuki masa pensiun baik di lingkungan keluarga ataupun lingkungan masyarakat.

Seharusnya pensiun menjadi hal yang di idamkan oleh orang-orang karena terlalu lama bekerja secara terus-menerus sehingga memerlukan istirahat, Dengan demikian dapat dikemukakan bahwa gejala kecemasan yang dapat muncul pada diri seseorang dengan merasa ada nya tekanan, beban, konflik, keletihan, ketegangan, panik, anxiety, kemurungan dan hilang daya. Dalam kenyataan,

menjelang seorang suami memasuki masa pensiun, istri pun cenderung terkena imbasnya, istri turut merasa stress memikirkan sang suami yang “berubah” secara psikologis. Lalu masalah yang muncul semakin berat tatkala keadaan keuangan tidak lagi stabil seperti dulu dan ternyata waktu berlalu begitu cepat. Terlebih lagi, pensiun sering dilakukan tanpa persiapan apa-apa. Akibatnya, di masa tua mengalami stress, jenuh, susah, dan cenderung marah-marah. Hidup terasa tidak lagi bermakna, menapaki waktu dari pagi hingga malam sangatlah lama. Tidak ada lagi yang dikerjakan, bagi sebagian orang pensiun bisa menyebabkan frustrasi murung atau marah-marah, imbasnya pun istri dan anak-anaknya menjadi stress, bingung harus berbuat apa. Ditambah harus memikirkan bagaimana membagi uang pensiun yang minim untuk kebutuhan sehari-hari. Reaksi-reaksi eksplosif, seperti kehilangan kendali, emosi yang tidak terkontrol, marah-marah yang tidak berujung pangkal, merupakan salah satu ciri dari post power syndrome. Pada realitanya orang takut apabila mengalami masa pensiun, mereka akan takut kehabisan masa keberartiannya.

Perubahan-perubahan yang terjadi pada masa pensiun akan 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, maka dari itu akan ada perasaan cemas dan khawatir, hal ini apabila berlebihan dapat mengganggu keadaan fisik dan psikologis seseorang. Individu yang mengalami masa pensiun akan mengalami kecemasan dan guncangan perasaan yang begitu berat. Kecemasan ini terjadi karena mereka harus meninggalkan teman-teman baik sebagai atasan ataupun bawahannya. Status sosial ekonomi serta fasilitas-fasilitas lain yang mereka peroleh selama bekerja. Kekhawatiran, kecemasan dan ketakutan yang berkelanjutan akan berdampak pada keseimbangan emosional individu dan akhirnya akan termanifestasi dalam berbagai keluhan fisik, keadaan seperti itu dikenal dengan sebutan postpower syndrome (Rahmat:2016)

Masalah kesehatan jiwa akan muncul bila usia tua tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap perubahan-perubahan yang terjadi seiring dengan proses penuaan, salah satunya timbul dalam bentuk depresi. Kemampuan usia tua dalam beradaptasi tersebut dipengaruhi oleh tipe kepribadian yang mereka miliki. Tipe kepribadian akan menentukan kerentanan usia tua terhadap terjadinya depresi. Menjalani masa tua dengan bahagia dan sejahtera, merupakan dambaan semua orang. Keadaan seperti ini hanya dapat dicapai oleh seseorang apabila orang tersebut merasa sehat secara fisik, mental dan sosial, merasa dibutuhkan, merasa dicintai, mempunyai harga diri serta dapat berpartisipasi dalam kehidupan. Post-power syndrome banyak dialami oleh mereka yang baru saja menjalani masa pensiun. Istilah tersebut muncul untuk mereka yang mengalami gangguan psikologis saat memasuki waktu pensiun. Stress, depresi, tidak bahagia merasa kehilangan harga diri dan kehormatan adalah beberapa hal yang dialami oleh mereka yang terkena post-power syndrome (Puspasari, 2013)

Uraian di atas dapat diinterpretasi bahwa bagi seseorang yang memasuki masa pensiun akan membutuhkan waktu untuk merubah orientasi kehidupannya dari suasana bekerja ke suasana waktu luang yang panjang. Masa pensiun, khususnya di Indonesia merupakan masa yang akan menimbulkan gejala psikologis mengingat ketika seseorang berusia 55 tahun ia harus memasuki masa pensiun. Hal ini menyebabkan timbulnya gejala psikologi, yaitu suatu perasaan yang ditandai dengan emosi yang tidak stabil, mudah tersinggung dan marah, serta sering berada dalam keadaan gelisah dan cemas(Puspasari, 2013)

Pada masa pensiun idealnya seseorang dapat merasakan ketenangan karena telah mencapai titik puncak karirnya dalam bekerja. Individu tidak lagi menanggung tanggung jawab dan kewajiban pekerjaan yang diberikan oleh instansi atau tempat seseorang bekerja. Dengan demikian seharusnya individu dapat merasakan perasaan yang tenang, damai, lega, rileks serta emosi-emosi positif lainnya (Lesmana, 2014).

Meski begitu pada kenyataannya masa pensiun kerap kali dianggap sebagai kenyataan yang tidak menyenangkan terlebih bagi individu yang terbiasa untuk bekerja. Hal ini dikarenakan individu akan mengalami perubahan drastis dalam hidupnya, baik dari segi pendapatan ekonomi, aktivitas sehari-hari, dan lingkungan sosial yang juga akan berubah, hal ini dapat menimbulkan kecemasan dalam diri individu (Safitri, 2013).

Kecemasan diartikan sebagai perasaan tidak menentu, panik, takut tanpa mengetahui apa yang ditakutkan dan tidak dapat menghilangkan perasaan gelisah yang mencemaskan itu. Schwartz mengemukakan pensiun sebagai penghentian pola hidup atau transisi menuju pola hidup yang baru. kecemasan menghadapi masa pensiun adalah gangguan perasaan yang ditandai dengan perasaan kekhawatiran mendalam yang timbul sebagai reaksi diri ketika menghadapi perubahan keadaan dari bekerja menjadi tidak bekerja atau disebut juga pensiun. Menurut Hamilton (dalam Methagagarin, 2012) aspek kecemasan dibagi menjadi dua yaitu aspek fisiologis, dan aspek psikologis.

Rasa khawatir, gelisah, takut, waswas, tidak tenteram, panik dan sebagainya merupakan gejala umum akibat cemas. Bila kecemasan hebat sekali mungkin terjadi panik. Individu dalam keadaan ini menjadi berbahaya dengan sikap yang agresif dan mengancam. (Maramis dalam Erna 2013). Kecemasan pada masa pensiun sering muncul pada setiap individu yang sedang menghadapinya karena dalam menghadapi masa pensiun dalam dirinya terjadi guncangan perasaan yang begitu berat karena individu harus meninggalkan pekerjaannya.

Walaupun reaksi seseorang terhadap masa pensiun bisa berbedabeda, tetapi dampak yang paling nyata dalam kehidupan sehari-hari adalah berkurangnya jumlah pendapatan keluarga. (Dharmawan, 2011). Kecemasan merupakan kekhawatiran akan suatu pengalaman yang subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dan ketidakmampuan menghadapi masalah atau adanya rasa aman. Perasaan ini dapat menimbulkan gejala fisiologis

seperti gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat. Selain menimbulkan gejala fisiologis kecemasan juga dapat menimbulkan gejala psikologis seperti panik, tegang, bingung, dan tidak dapat berkonsentrasi (Sandjaja, Sarjana & Jusup, 2017).

Berdasarkan Prapenelitian yang saya lakukan di PTPN IV unit kebun Marihat menyatakan jika pegawai merasa tidak nyaman saat akan mengalami masa pensiun sebab terdapat ketakutan akan ketidaktercukupi nya kebutuhan sehari-hari ataupun kebutuhan mendadak, semisalnya terdapat salah satu anggota keluarga yang sakit ataupun kala hendak menyelenggarakan resepsi pernikahan putra/putrinya. Biasanya karyawan tersebut berpikiran jika mereka masih aktif bekerja sebagai pegawai, mereka akan merasa terbantu dengan fasilitas- fasilitas yang dapat meringankan kebutuhan sehari-hari ataupun kebutuhan mendadak mereka. Tidak hanya sampai disitu pula terdapat anggapan pegawai tersebut akan menemukan dorongan moril ataupun materil dari rekan- rekan sekantor.

Kurangnya keyakinan individu untuk menjalankan kegiatan yang akan menunjang masa tuanya nanti, mereka merasa khawatir ketika setelah pensiun mereka sudah tidak produktif lagi. Hal ini menimbulkan rasa cemas untuk menghadapi masa pensiun, karena individu menganggap masa pesiun adalah situasi yang tidak pasti dan tidak menentu bagi kehidupan mereka kelak, juga adanya rasa ketidakmampuan dalam menghadapi situasi tersebut (Ghufron & Risnawati 2010) .bahwa individu yang akan menghadapi masa pensiun sering merasa cemas dan mengalami goncangan yang hebat karena individu harus meninggalkan pekerjaanya, teman-teman dan segala aktivitas yang diperoleh selama bekerja. Individu yang mengalami kecemasan saat mereka sadar bahwa eksistensinya terancam hancur dan dapat menjadi seorang yang ‘bukan apa-apa’ .

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap tiga orang karyawan yang akan pensiun di PTPN IV unit kebun Marihat mengungkapkan:

Pensiun bukan hal yang baru lagi sebenarnya tapi menghadapinya masih sulit ,apalagi ada tuntutan yang belum tercapai. Ada rasa pesimis dan seperti ada yang hilang dalam hidup bapak. Membayangkan di rumah tanpa kegiatan saja sudah bosan sendiri.Bapak sendiri merasa cemas dan khawatir dengan kemungkinan-kemungkinan buruk yang akan terjadi setelah pensiun nanti terutama masalah kesehatan yang menurun (Wawancara personal , 2 juni 2021)

“Saya sendiri menyadari dan meyakini kalau pensiun akan membawa perubahan besar dalam hidup saya nak. Kehilangan pekerjaan yang bertahun-tahunyang saya dijalani, kehilangan teman-teman kantor membuat saya sadar kalau sudah tua. Dulu waktu muda kalau teringat pensiun masih santai aja bawaannya kalau sekarang makin mau pensiun makin banyak kebutuhan yang harus dipenuhi.Kalau mengandalkan uang pensiun saja rasanya kurang apalagi anak saya ada dua yang belum menikah.Kalau semakin dipikirkan rasanya kepala ini berat, tidur juga gak nyenyak dan kalau kata orang rumah lebih sensitive”. (Wawancara personal ,4juni 2021)

Bersumber pada penjabaran di atas bisa disimpulkan kalau karyawan yang tidak dapat menerima masa pensiunnya hendak mengalami kecemasan di dalam dirinya. Permasalahan itu terjadi sebab pegawai tersebut belum siap secara keseluruhan dalam perihal menghadapi pensiun. Ketidaksiapan itu diwujudkan dengan timbulnya gejala- gejala kecemasan semacam berkeringat, kepala pusing ataupun pening, ujung- ujung jari terasa dingin, susah tidur, otot- otot leher kaku ataupun tegang, nafsu makan lenyap, rasa khawatir, takut, waspada, kilat marah, gampang tersinggung ataupun sensitif, tidak puas, tidak tenang, tidak tentram, tertekan(tekanan pikiran), risau, serta tidak dapat berkonsentrasi .

Menurut Horney (dalam saragih,2019) faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya kecemasan menghadapi masa pensiun itu sendiri terbagi menjadi dua yaitu faktor eksternal yang meliputi penolakan sosial, kritikan dari orang lain, dan situasi lingkungan, sedangkan faktor internal meliputi perasaan tidak mampu, tidak percaya diri, perasaan bersalah, kecerdasan emosi, dan penerimaan terhadap diri sendiri. Pada penelitian ini dari berbagai variabel yang mempengaruhi kecemasan menghadapi masa pensiun peneliti tertarik untuk meneliti variabel kecerdasan emosi pada karyawan. Peneliti berasumsi kecerdasan emosi sebab kecerdasan emosi sangat dibutuhkan oleh seseorang kala mengalami sesuatu permasalahan yang mungkin memunculkan tekanan atau kecemasan untuk orang tersebut. yang menyatakan bahwa kecerdasan emosi diperlukan oleh seseorang ketika menghadapi suatu masalah yang dapat menimbulkan tekanan atau kecemasan bagi orang tersebut.

Kecerdasan Emosional adalah salah satu faktor yang mempengaruhi kinerja karyawan. Adapun menurut (Daud,2012) kecerdasan emosional (emotional intelligence) adalah kemampuan untuk mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dalam hubungan dengan orang lain. Seperti kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, keterampilan sosial.

Menurut (Prastika & Noor 2012) seseorang yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi, akan lebih mampu mengatur emosinya sehingga dapat meminimalisasi atau bahkan menghindari perasaan cemas dalam menghadapi masa pensiun. (Prastika & Noor 2012) juga menyatakan orang yang mampu mengendalikan emosinya dengan baik akan memahami diri sendiri yang pada akhirnya dapat mencegah ketegangan atau kecemasan dalam diri sendiri. 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 (Nuraini,2013). Sebaliknya orang yang mempunyai kecerdasan emosi rendah, akan sulit mengendalikan emosinya agar tidak terlalu tinggi dan sulit mengarahkannya ke hal-hal yang 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. Orang yang mempunyai kecerdasan emosi yang rendah tidak mampu mengelola emosinya, sehingga rasa cemas akan menguasai dirinya, dan sulit bangkit dari kecemasannya

Seseorang yang memiliki kecerdasan emosi rendah tidak mampu membina hubungan dengan orang lain, sehingga ketika memasuki masa pensiun akan merasa terkucil dari lingkungan dan membuat kecemasannya bertambah karena merasa akan dikucilkan dari masyarakat setelah memasuki masa pensiun (Nuraini,2013).

Uraian di atas sejalan dengan hasil penelitian Nuraini yang menyatakan bahwa kecerdasan emosi sangat berperan penting dalam mengatasi atau bahkan menghindari kecemasan dalam menghadapi masa pensiun. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti lebih jauh tentang hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun.

Berdasarkan uraian di atas, penulis akan melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Di PTPN IVUnit Kebun Marihat”

B. Identifikasi Masalah

Kehadiran masa pensiun bukanlah keadaan tiba-tiba tetapi suatu waktu yang dapat diketahui sebelumnya. Justru seseorang merasa lebih sehat karena tidak adanya stress terkait dengan perasaan hilangnya pekerjaan (suadirman:2011). Orang justru merasa lega terbebas dari pekerjaan, dan menerima dengan lapang dada hadirnya masa pensiun. Penelitian menunjukkan bahwa mereka yang lebih siap untuk pensiun memiliki sikap positif daripada mereka yang tidak. Kenyataan yang dihadapi oleh seseorang yang akan pensiun pada dasarnya sama, pertama akan menghadapi masalah berkurangnya penghasilan dan ketidak sibukan kerja. Pada masa pensiun dirasakan sebagai ancaman terhadap kehidupan yang akan datang akibatnya banyak karyawan yang mengalami kecemasan menghadapi datangnya pensiun. Kecemasan ini dirasakan mulai dari beberapa tahun menjelang masa pensiun datang. Permasalahan yang terjadi merupakan untuk karyawan yang belum siap seluruhnya menghadapi pensiun. Ketidaksiapan mereka diwujudkan dengan timbulnya rasa takut, cemas dan khawatir memikirkan hari-hari sehabis pensiun nantinya.

Karena dari ketidaksiapan mereka dipengaruhi oleh bermacam perihail, antara lain: keadaan ekonomi yang belum mapan, secara mental belum siap menerima pensiun, merasa masih sehat serta sanggup bekerja, berkurangnya pemasukan sehabis pensiun ditambah lagi ia merupakan satu-satunya tulang punggung keluarga dalam mencari kebutuhan keluarga serta isteri tidak

bekerja. Kecemasan tersebut diwujudkan dengan terdapatnya perilaku menolak untuk dipensiunkan. Walaupun nanti ketika pensiun mendapatkan uang pensiun akan tetapi uang pensiun tersebut tidak sebesar daripada gaji mereka ketika dalam keadaan masih bekerja. Selain daripada itu, sewaktu mereka masih bekerja mereka memiliki jabatan, dan status namun saat pensiun mereka tidak mendapatkannya lagi. Takut atau tidaknya individu dikala mengalami masa pensiun banyak ditentukan oleh kecerdasan emosi. Kecerdasan emosi yang besar bisa memusatkan orang pada keadaan tidak takut, kebalikannya kecerdasan emosi yang rendah bisa memusatkan orang pada kondisi kecemasan

C. Batasan Masalah

Dalam sebuah penelitian permasalahan yang akan diteliti perlu dibatasi agar sebuah penelitian lebih terfokus apa diharapkan dan dapat menjawab permasalahan penelitian dengan lebih efektif dan efisien. Pada penelitian ini, peneliti hanya membatasi pada masalah “karyawan yang sedang menghadapi pensiun di PTPN IV unit kebun Marihat”.

D. Rumusan Masalah

Pada latar belakang yang telah di kemukakan diatas maka dapat dirumuskan bahwa masalah yang akan diteliti adalah “Apakah ada hubungan antara Kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi pensiun di PTPN IV unit kebun Marihat “

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan penelitian ini adalah ingin mengetahui Apakah ada hubungan antara Kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi pensiun di PTPN IV unit kebun Marihat.

F. Manfaat iPenelitian

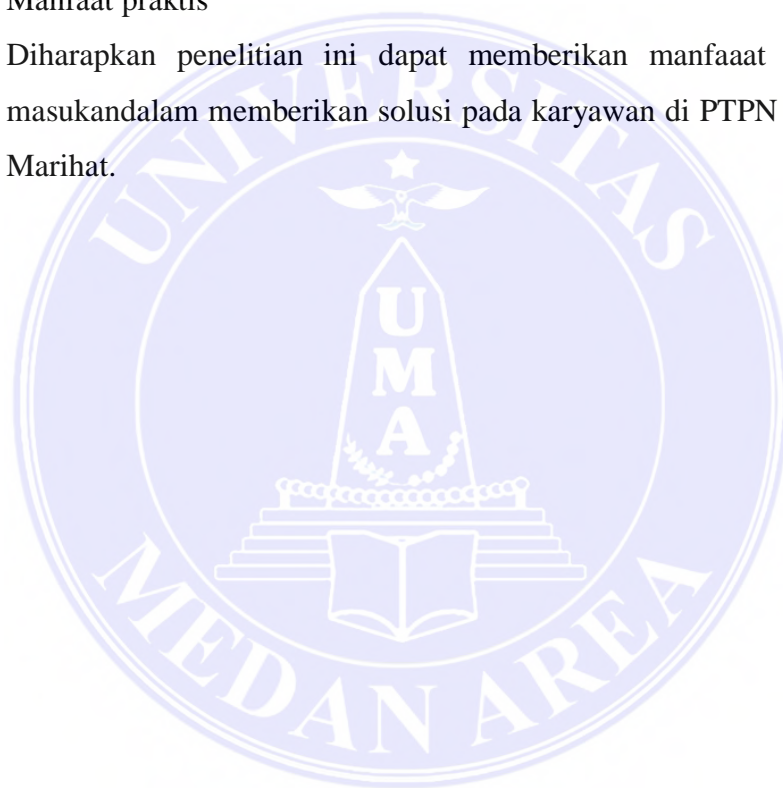
Adapun manfaat penelitian ini sebagai berikut:

A. Manfaat teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini berguna memberikan informasi dan sumbangan pengetahuan bagi penelitian lebih lanjut, khusus nya psikologi industry dan organisasi.

B. Manfaat praktis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaaat yaitu sebagai masukandalam memberikan solusi pada karyawan di PTPN IV unit kebun Marihat.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan

Kecemasan adalah hal normal yang dirasakan oleh setiap manusia, akan tetapi bagi beberapa individu kecemasan dapat keluar kendali hingga menyebabkan ataupun mengacaukan gaya hidup. Ini biasanya terjadi saat si penderita menjadi sangat ketakutan terhadap gejala-gejala fisik yang dirasakan dan mulai menghindari tempat-tempat atau situasi situasi yang akan memunculkan gejala-gejala itu. Rasa khawatir. Gelisah, takut, was-was, tidak tenteram, panik dan sebagainya merupakan gejala umum akibat cemas. Bila kecemasan hebat sekali mungkin terjadi panik. Kecemasan dengan berbagai macam gejalanya dapat mengganggu konsentrasi individu dalam bekerja dan dapat membuat individu kesulitan untuk berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Apabila hal ini terjadi pada karyawan atau pegawai yang akan mengalami masa pensiun, maka akan sangat mengganggu pekerjaannya sehingga individu tidak dapat mengakhiri tugasnya dengan baik dan justru akan semakin mempersulit penyesuaiannya ketika pensiun nanti (Dewi,2013)

Pekerja(karyawan) yang berusia diatas 50 tahun atau yang berusia lanjut menimbulkan masalah kompleks baik masalah fisik maupun psikososial ,masalah psikososial yang sering terjadi pada lansia seperti kesepian,perasaan sedih,

kecemasan termasuk masalah kesehatan jiwa yang sering muncul (tamber dan Noorkasiani 2010)

Kecemasan dapat didefinisikan sebagai kondisi emosional yang tidak menyenangkan, yang ditandai oleh perasaan subjektif seperti ketegangan, ketakutan, kekhawatiran dan juga ditandai dengan aktifnya sistem saraf pusat, (Muarifah, Indonesia Psychological Journal, 2012). Kecemasan merupakan perasaan takut yang tidak jelas yang disertai dengan adanya perasaan ketidakpastian, ketidakamanan, ketidakberdayaan dan isolasi (Stuart, 2016). Menurut Vye (dalam Purnamarini, Setiawan & Hidayat, 2018), gejala kecemasan dapat diidentifikasi melalui 3 komponen yaitu: Komponen kognitif :cara individu memandang, Komponen fisik/ sensasi fisiologis(Gejala yang dapat dirasakan langsung seperti sakit kepala, sesak nafas, tremor) ,Komponen perilaku Melibatkan perilaku atau tindakan seseorang yang overcontrolling. Menurut Freud (dalam Hawari, 2010) terdapat tiga jenis kecemasan: Kecemasan realistik, Kecemasan neorotik, Kecemasan moral.

Kecemasan adalah rasa takut yang tidak jelas disertai dengan perasaan ketidakpastian, ketidakberdayaan, isolasi, dan ketidakamanan. Kecemasan adalah keadaan emosi tanpa objek tertentu. Hal ini dipicu oleh hal yang tidak diketahui dan menyertai semua pengalaman baru (Stuart, 2016). Kecemasan juga merupakan respon yang penuh dengan ketakutan yang mempengaruhi tubuh dengan respon-respon seperti berkeringat ketegangan otot detak jantung yang cepat dan nafas yang cepat. Kecemasan adalah keadaan emosional yang tidak menyenangkan, berupa respon psikofisiologis yang timbul pada diri seseorang

sebagai antisipasi bahaya yang tidak nyata atau khayalan terhadap suatu keadaan.(Arismunandar,2019)

Menurut James, dalam Smith, (2010) yang berkaitan dengan kecemasan wanita lebih rentan dibandingkan dengan laki – laki, karena laki – laki lebih aktif dan eksploratif dalam merespon kecemasannya, sedangkan wanita lebih sensitif dan memilih memendam semua perasaannya, wanita merasa tabu untuk bercerita akan stressor sehingga lebih cenderung berkoping maladaftif, laki – laki lebih sering berinteraksi dengan dunia luar sedangkan wanita lebih banyak diam di tempat atau di rumah.

Berdasarkan pengertian diatas peneliti menyimpulkan bahwa yang dimaksud dengan kecemasan adalah suatu kondisi ataupun perasaan yang tidak menyenangkan yang bersifat subjektif biasanya bersumber dari dalam diri orang tersebut, sumbernya bersifat tidak jelas sehingga orang merasa khawatir, tidak aman benak serta perasaan, bimbang untuk mengalami kejadian yang akan datang.

2. Faktor-Faktor Kecemasan

Blackburn & Davidson (Triantoro, 2012) menjelaskan faktor-faktor yang menimbulkan kecemasan, seperti pengetahuan yang dimiliki seseorang mengenai situasi yang sedang dirasakannya, apakah situasi tersebut mengancam atau tidak memberikan ancaman, serta adanya pengetahuan mengenai kemampuan diri untuk mengendalikan dirinya (seperti keadaan emosi serta fokus ke permasalahannya). Kemudian Adler dan Rodman (M. Nur Ghufroon 2014) menyatakan terdapat dua faktor yang dapat menimbulkan kecemasan, yaitu.

1. Pengalaman negatif pada masa lalu

Sebab utama dari timbulnya rasa cemas kembali pada masa kanak-kanak, yaitu timbulnya rasa tidak menyenangkan mengenai peristiwa yang dapat terulang lagi pada masa mendatang, apabila individu menghadapi situasi yang sama dan juga menimbulkan ketidaknyamanan, seperti pengalaman pernah gagal dalam mengikuti tes.

2. Pikiran yang tidak rasional

Pikiran yang tidak rasional terbagi dalam tiga bentuk, yaitu.

- a. Kegagalan katastrofik, yaitu adanya asumsi dari individu bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi pada dirinya. Individu mengalami kecemasan serta perasaan ketidakmampuan dan ketidakpercayaan dalam mengatasi permasalahannya.
- b. Kesempurnaan, individu mengharapkan kepada dirinya untuk berperilaku sempurna dan tidak memiliki cacat. Individu menjadikan ukuran kesempurnaan sebagai sebuah target dan sumber yang dapat memberikan inspirasi.
- c. Generalisasi yang tidak tepat, yaitu generalisasi yang berlebihan, ini terjadi pada orang yang memiliki sedikit pengalaman.

Safitri (2003) menyebutkan bahwa ada empat faktor utama yang mempengaruhi perkembangan pola dasar yang menunjukkan reaksi rasa cemas :

A. Lingkungan

Lingkungan mempengaruhi cara berpikir tentang diri sendiri dan orang lain. Hal ini disebabkan pengalaman seseorang dalam

keluarga, dengan sahabat, dengan rekan kerja, dan lain-lain. Kecemasan akan timbul jika seseorang merasa tidak aman terhadap lingkungannya.

B. Emosi yang ditekan Kecemasan biasa terjadi jika seseorang tidak mampu menemukan jalan keluar untuk perasaan dalam hubungan personal. Terutama jika seseorang menekan rasa marah atau frustrasi dalam jangka waktu yang lama sekali.

C. Sebab-sebab fisik

Pikiran atau tubuh senantiasa saling berinteraksi dan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan. Selama ditimpa kondisi-kondisi ini, perubahan perasaan lazim muncul, dan ini dapat menyebabkan timbulnya kecemasan.

D. Keturunan

Sekalipun gangguan emosi ada yang ditemukan dalam keluarga-keluarga tertentu, ini bukan merupakan penyebab penting dari kecemasan.

(Pradono & Purnamasari, 2010) menyebutkan bahwa ada empat faktor utama yang mempengaruhi perkembangan pola dasar yang menunjukkan reaksi rasa cemas :

1. Faktor Fisik

Bertambah nya usia mengandung konsekuensi akan berkurangnya kekuatan fisik, kesehatan dan daya ingat yang semakin menurun.

2. Faktor sosial

Tidak adanya dukungan sosial dari masyarakat yang berupa penghargaan terhadap kerjanya, akan membuat individu merasa tidak berguna

3. Faktor Ekonomi

Berkurangnya penghasilan pokok dan penghasilan tambahan yang biasanya diperoleh ketika masih bekerja sebagai beban sehingga menimbulkan kecemasan

4. Faktor Psikologis

ketika menghadapi masa pensiun individu merasa tidak dibutuhkan lagi dengan kondisi fisik yang menurun, daya ingat berkurang serta merasa tidak dihormati, tidak dihargai serta merasa diremehkan membuat individu merasa cemas

Menurut Horney (Saragih, 2019) faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya kecemasan menghadapi masa pensiun itu sendiri terbagi menjadi dua yaitu: Faktor Eksternal dan Internal.

a. Faktor Eksternal

1. Penolakan Sosial. Braca 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, 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. Karyawan yang telah pensiun dan tinggal dalam lingkungan sesama pensiun mempunyai semangat atau keyakinan diri lebih tinggi dari pada 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

1. Perasaan tidak mampu, 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.

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.

3. Perasaan bersalah.

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 emosional, menyatakan orang yang mempunyai kecerdasan emosi akan mampu menyikapi dengan tepat sebuah situasi tanpa harus berlebih-lebihan sehingga kecemasannya dapat diatasi.

Berdasarkan uraian diatas bisa disimpulkan faktor-faktor kecemasan adalah pengalaman negatif di masa lalu, Pemikiran yang tidak rasional, lingkungan, emosi yang ditekan. Kecemasan bisa terjadi jika seseorang tidak mampu menemukan jalan keluar untuk perasaan dalam hubungan personal dan sebab-sebab fisik karena pikiran dan tubuh saling berinteraksi sehingga dapat menimbulkan kecemasan.

3. Aspek-Aspek Kecemasan

Sue, dkk (2010) menyebutkan bahwa aspek kecemasan menghadapi pensiun terdiri dari:

a. Aspek Afektif (perasaan)

Yaitu komponen kecemasan yang berkaitan dengan persepsi individu tentang pensiun terhadap pengaruh psikologis dari kecemasan. Individu yang terus- menerus mengalami perasaan gelisah tentang suatu bahaya memandang dirinya sangat sensitif dan merasa tidak berdaya. Individu mengalami perasaan tegang yang tidak menyenangkan dan muncul karena luapan emosi yang berlebihan seperti dihadapkan pada masa pensiun yang semakin dekat.

b. Aspek kognitif (pikiran)

Terwujud dalam pikiran seseorang yang seringkali memikirkan tentang ketakutan terhadap suatu hal yang akan terjadi di masa depan dan keyakinan sesuatu yang buruk akan terjadi, seperti: konsekuensi dari pensiun yang mungkin mengganggu individu memenuhi tuntutan lingkungannya. Reaksi kognitif juga muncul dalam bentuk kesukaran dalam konsentrasi dan membuat individu sulit mengambil keputusan.

c. Aspek Motorik (pergerakan tubuh)

Kecemasan seseorang terwujud dalam gerakan tidak beraturan seperti melangkah tidak menentu. Perilaku lain yang dimunculkan berupa perilaku yang tidak menyenangkan dan muncul dalam bentuk tingkah laku seperti gemetar dan gugup.

d. Aspek Somatik (reaksi fisik dan biologis)

Merupakan keadaan tidak menyenangkan yang muncul dalam bentuk gangguan pada fungsi biologis, dan ketegangan otot. Individu yang mengalami kecemasan juga menunjukkan peningkatan pada detak jantung

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

1. 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.
2. 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 gemeretak, 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, amenorrhoe. 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.

Shah (dalam M. Nur Ghufroon & Rini Risnawita, S, 2014) membagi kecemasan menjadi tiga aspek, yaitu.

1. Aspek fisik, seperti pusing, sakit kepala, tangan mengeluarkan keringat, menimbulkan rasa mual pada perut, mulut kering, grogi, dan lain-lain
2. Aspek emosional, seperti timbulnya rasa panik dan rasa takut.
3. Aspek mental atau kognitif, timbulnya gangguan terhadap perhatian dan memori, rasa khawatir, ketidakteraturan dalam berpikir, dan bingung.

Berdasarkan uraian di atas, 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.

4. Ciri-ciri Kecemasan

Kecemasan adalah suatu keadaan yang menggoncangkan karena adanya ancaman terhadap kesehatan. Individu-individu yang tergolong normal kadang kala mengalami kecemasan yang menampak, sehingga dapat disaksikan pada penampilan yang berupa ciri-ciri fisik maupun mental. Ciri-ciri yang bersifat fisik diantaranya adalah : jari tangan dingin, detak jantung makin cepat, berkeringat dingin, kepala pusing, nafsu makan berkurang, tidur tidak nyenyak, dada sesak. ciri yang bersifat mental adalah: ketakutan merasa akan ditimpa bahaya, tidak dapat memusatkan perhatian, tidak tenteram, ingin lari dari kenyataan

Kecemasan berasal dari perasaan tidak sadar yang berada didalam kepribadian sendiri, dan tidak berhubungan dengan objek yang nyata atau keadaan yang benar-benar ada. (dalam M. Nur Ghufroon & Rini Risnawita, S, 2014) mengemukakan beberapa gejala-gejala dari kecemasan antara lain :

- a. Ada saja hal-hal yang sangat mencemaskan hati, hampir setiap kejadian menimbulkan rasa takut dan cemas. Kecemasan tersebut merupakan bentuk ketidakberanian terhadap hal-hal yang tidak jelas.
- b. Adanya emosi-emosi yang kuat dan sangat tidak stabil. Suka marah dan sering dalam keadaan exited yang memuncak, sangat irritable, akan tetapi sering juga dihinggapi depresi.
- c. Diikuti oleh bermacam-macam fantasi, delusi, ilusi, dan delusion of persecution (delusi yang dikejar-kejar).
- d. Sering merasa mual dan muntah-muntah, badan terasa sangat lelah, banyak berkeringat, gemetar, dan seringkali menderita diare.

- e. Muncul ketegangan dan ketakutan yang kronis yang menyebabkan tekanan jantung menjadi sangat cepat atau tekanan darah tinggi.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan ciri-ciri kecemasan adalah yang berupa ciri-ciri fisik maupun mental. Ciri-ciri yang bersifat fisik diantaranya adalah : jari tangan dingin, detak jantung makin cepat, berkeringat dingin, kepala pusing, nafsu makan berkurang, tidur tidak nyenyak, dada sesak. ciri yang bersifat mental adalah: ketakutan merasa akan ditimpa bahaya, tidak dapat memusatkan perhatian, tidak tenteram, ingin lari dari kenyataan.

B. Kecerdasan Emosi

1. Pengertian Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosional pertama kali dilontarkan pada tahun 1990 oleh psikolog Peter Salovey dari Harvard University dan John Mayer dari University of New Hampshire. Salovey dan Mayer mendefinisikan kecerdasan emosional atau yang sering disebut EQ sebagai: "Himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan sosial yang melibatkan kemampuan pada orang lain, memilah-milah semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan." (elly,2016).

Kecerdasan emosi atau emotional intelligence merujuk pada kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain (empati). Goleman(2010) mengemukakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk menyadari emosi dan perasaannya sendiri di samping mengerti apa yang

dirasakan oleh orang lain, memiliki kemampuan untuk mengendalikan emosinya, serta menggunakan perasaannya dalam berpikir dan bertindak laku. Tingkat kecerdasan emosi anak yang tinggi akan memudahkan mereka dalam menjalani proses belajar di lingkungan luas.

Baron (dalam Nurlita, 2012) menyebutkan bahwa kecerdasan emosi adalah suatu rangkaian emosi, pengetahuan emosi dan kemampuan-kemampuan yang mempengaruhi kemampuan keseluruhan individu untuk mengatasi masalah tuntutan lingkungan secara efektif. Hal-hal yang dapat mempengaruhi seseorang dalam menerima masa pensiun sebenarnya adalah masalah emosional para pekerja terhadap pensiun itu sendiri. Jika ia mampu mengendalikan dorongan hati atau emosi dengan baik, maka ia akan menemukan banyak sisi positif yang dapat diambil. Disinilah dibutuhkan adanya kecerdasan secara emosional pada diri individu (Santrock, 2012). Menurut Goleman (2010), kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupannya dengan intelegensi (to manage our emotional life with intelligence); menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya (the appropriateness of emotion and its expression) melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial. Daniel Goleman mengatakan bahwa kecerdasan emosi bukan berarti memberikan kebebasan kepada perasaan untuk berkuasa melainkan mengelola perasaan sedemikian rupa sehingga terekspresikan secara tepat dan efektif.

Berdasarkan uraian diatas, kecerdasan emosi adalah kemampuan dari dalam diri seseorang dalam mengenali dan memahami perasaan dalam diri sendiri sehingga diri sendiri dapat berempati terhadap orang lain dan lingkungan sekitar

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosional yang dimiliki seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu:

1. Faktor lingkungan keluarga, lingkungan sekolah dan lingkungan sosial. Lingkungan adalah semua kondisi di dunia dengan cara tertentu dapat mempengaruhi tingkah laku seseorang, pertumbuhan, perkembangan proses hidup kecuali gen .
2. Faktor lingkungan sosial adalah tempat berinteraksi bagi manusia. Manusia dituntut untuk dapat menyesuaikan diri secara efektif. Saat anak tidak mampu menyalurkan seluruh energinya di sekolah maka akan menyalurkan energi tersebut di luar sekolah, dan sering meluapkan energi tersebut ke arah negatif. Hal ini menunjukkan betapa besar emosi yang dimiliki anak remaja saat berinteraksi dengan lingkungannya .
3. Faktor lingkungan sekolah adalah pendidikan formal yang secara sistematis melaksanakan program pengajaran bimbingan. Tingkat pendidikan seseorang dapat mempengaruhi pemanfaatan pengetahuan dan keterampilan hal ini dinyatakan Siagian dalam Ardiana bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin tinggi pula keinginan orang tersebut untuk

memanfaatkan atau mengaplikasikan kecerdasan emosional pengetahuan dan keterampilannya (Ardiana, 2010).

Kecerdasan emosional yang dimiliki seseorang bukanlah bawaan sejak lahir, melainkan kecerdasan emosional di dapat melalui beberapa proses. Keluarga merupakan lingkungan pendidik yang pertama dan utama bagi seorang anak, Anak akan mampu mencapai tingkat kematangan. Kematangan disini bisa dikatakan sebagai seorang individu yang mana ia merasa mampu menguasai lingkungannya secara aktif. Pertama, lingkungan keluarga bagi seseorang untuk mempelajari emosi, dalam lingkungan tersebut seseorang belajar bagaimana merasakan perasaan sendiri dan bagaimana anggota keluarga menanggapi perasaan tersebut (Goleman, 2003). Orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam perkembangan emosi anak, sebab segala perilaku orang tua adalah subjek pertama yang dipelajari oleh anak, dimana nanti akan mempengaruhi kepribadian yang dimiliki anak.

Berdasarkan uraian diatas faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi adalah faktor lingkungan keluarga, lingkungan sosial, dan lingkungan sekolah.

3. Aspek-Aspek Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosi bukan lawan dari kecerdasan intelektual, namun keduanya berhubungan secara dinamis. Pada realitanya kecerdasan emosi mempunyai kedudukan yang sangat berarti buat menggapai kesuksesan tiap hari dalam hubungannya dengan lingkungan. . Salovey dan Mayer (dalam Goleman, 2015) membagi aspek-aspek kecerdasan emosional ke dalam empat aspek yaitu:

1. Kesadaran diri

Mengetahui apa yang dirasakan oleh diri sendiri dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri, memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan yang kuat. Kesadaran seseorang terhadap titik lemah serta kemampuan pribadi juga merupakan bagian dari kesadaran diri. Kemampuan ini juga berfungsi untuk memantau perasaan dari waktu ke waktu. Ketidakmampuan untuk mencermati diri sendiri menandakan bahwa individu tersebut sedang dalam kekuasaan emosi.

2. Pengaturan diri

Untuk menghibur diri sendiri maka perlu melepaskan kecemasan, Menangani emosi kita sedemikian rupa hingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran, mampu pulih kembali dari tekanan emosi. Orang yang buruk dalam kemampuan ini akan terus menerus berperang melawan perasaan murung, sementara mereka yang bijak mengelola emosi akan dapat bangkit lagi lebih cepat.

3. Empati

Kemampuan ini merupakan keterampilan dasar dalam bersosial. Merasakan yang dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perspektif mereka serta mampu menghargai perbedaan perasaan. Empati menekankan pentingnya penginderaan perasaan dari perspektif orang lain, menunjukkan minat aktif terhadap kepentingan mereka dan mampu menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang.

4. Keterampilan sosial

Menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan dengan cermat membaca situasi dalam jaringan sosial, berinteraksi dengan lancar, menggunakan keterampilan-keterampilan ini untuk mempengaruhi dan memimpin serta bermusyawarah dan menyelesaikan perselisihan untuk bekerja sama dalam tim.

Goleman dalam (siregar2019) juga mengungkapkan aspek-aspek kecerdasan emosi. aspek kecerdasan emosi ada 5, yaitu :

1. Kesadaran diri adalah mengenali emosi diri sendiri pada saat perasaan itu muncul. Ketidakmampuan untuk menyadari perasaan diri sendiri membuat orang berada di bawah kekuasaan emosi.yaitu suatu kemampuan untuk membedakan antara emosi-emosi yang berbeda dan memilih mana di antara emosi-emosi tersebut yang dapat mempengaruhi proses berpikir.
2. Pengendalian diri yaitu setelah mampu menyadari emosi dari dalam diri seseorang akan mengalami kemajuan emosi dengan berkembangannya kemampuan untuk mengendalikan emosinya.
3. Motivasi yaitu kemampuan seseorang untuk menata emosinya, memusatkan perhatian pada perasaan yang positif dan mengesampingkan perasaan yang bersifat negatif.
4. Mengenali emosi orang lain yaitu kemampuan untuk menyadari dan mengendalikan emosi diri tidak akan lengkap apabila tidak diimbangi dengan

kemampuan untuk menyadari emosi dan perasaan dari orang-orang disekelilingnya.

5. Membina hubungan keterampilan untuk memberikan pengaruh bagi orang lain tersebut.

Berdasarkan penjelasan di atas, bisa disimpulkan jika aspek- aspek kecerdasan emosi meliputi kesadaran diri (mengidentifikasi emosi diri), mengelola emosi, pengaturan diri, empati (mengidentifikasi emosi orang lain), serta keterampilan sosial (membina hubungan dengan orang lain).

4. Ciri-Ciri Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosi bukan lawan dari kecerdasan intelektual, namun keduanya berinteraksi secara dinamis. Pada kenyataannya kecerdasan emosi memiliki peran yang sangat penting untuk mencapai kesuksesan sehari-hari dalam hubungannya dengan lingkungan. Untuk itu ada beberapa ciri-ciri dalam kecerdasan emosi ini menurut Goleman (2015) 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 ciri-ciri kecerdasan emosi meliputi persepsi, asimilasi, pemahaman dan pengolahan.

C. PTPN IV

1. Pengertian PTPN IV

Perkebunan Nusantara IV adalah perusahaan yang bergerak pada bidang usaha agroindustri. PTPN IV mengusahakan perkebunan dan pengolahan komoditas kelapa sawit dan teh yang mencakup pengolahan areal dan tanaman, kebun bibit dan pemeliharaan tanaman menghasilkan, pengolahan komoditas menjadi bahan baku berbagai industri, pemasaran komoditas yang dihasilkan dan kegiatan pendukung lainnya. PTPN IV memiliki 30 Unit Usaha yang mengelola budidaya Kelapa Sawit dan 1 Unit Usaha yang mengelola budidaya Teh dan 1 Unit Kebun Plasma Kelapa Sawit, serta 1 Unit Usaha Perbengkelan (PMT Dolok Ilir) yang menyebar di 9 Kabupaten, yaitu Kabupaten Langkat, Deli Serdang, Serdang Bedagai, Simalungun, Asahan, Labuhan Batu, Padang Lawas, Batubara dan Mandailing Natal.

Organisasi Perusahaan PT Perkebunan Nusantara IV (Persero) dibentuk berdasarkan Peraturan Pemerintah Nomor 9 Tahun 1996 tentang Peleburan Perusahaan Perseroan (Persero) PT Perkebunan Nusantara VI, Perusahaan Perseroan (Persero) PT Perkebunan Nusantara VII dan Perusahaan Persero (Persero) PT Perkebunan Nusantara VIII Menjadi Perusahaan Perseroan (Persero) PT Perkebunan Nusantara IV. Pada tahun 2014 sesuai dengan Peraturan Pemerintah Nomor 72 Tahun 2014 Tentang Penambahan Penyertaan Modal Negara Republik Indonesia Ke Dalam Modal Saham Perusahaan Perseroan (Persero) PT Perkebunan Nusantara III, status PTPN IV berubah menjadi anak perusahaan BUMN. Nama perusahaan PT Perkebunan Nusantara IV (Persero) berubah menjadi PT Perkebunan Nusantara IV atau disingkat PTPN IV PT Perkebunan Nusantara IV didirikan berdasarkan akta pendirian perusahaan perseroan (Persero) PT Perkebunan Nusantara IV No. 37 tanggal 11 Maret 1996 yang dibuat dihadapan Notaris Harun Kamil, SH, Notaris di Jakarta, anggaran dasar yang mendapat pengesahan dari Menteri Kehakiman Republik Indonesia telah dimaksud dalam Surat Keputusan Nomor: C2-8332.HT.01.01.Th.96 tanggal 8 Agustus 1996 dan telah diumumkan dalam Berita Negara Republik Indonesia tanggal 8 Oktober 1996 Nomor 81 dan Tambahan Berita Negara No. 8675. Anggaran Dasar Perseroan telah mengalami beberapa kali perubahan, perubahan terakhir berdasarkan keputusan Para Pemegang Saham Nomor: SK-44 / MBU / 03/2016 dan Nomor: KPJAK / Hold / AD.NIV / 03 / 2016 yang dinyatakan dalam akta No. 05 tanggal 14 Maret 2016 yang dibuat dihadapan Notaris Nanda Fauz Iwan SH, M.Kn.dan telah mendapat pengesahan dari Kementerian Hukum

dan HAM sesuai Surat Keputusan Nomor: AHU-AH.01.03-0036415 tanggal 01 April 2016.

Kantor Pusat PT Perkebunan Nusantara IV beralamat di Jalan Letjen Suprpto No. 2 Medan. Jumlah unit usaha yang dikelola PT Perkebunan Nusantara IV sebanyak 30 kebun yang dikelola Budidaya Kelapa Sawit, 1 kebun yang dikelola, 1 kebun Plasma Kelapa Sawit dengan membentuk 4 Distrik yang berlokasi di 9 kabupaten, yaitu kabupaten Langkat, Deli Serdang, Serdang Bedagai. Simalungun, Asahan, Labuhan Batu, Padang Lawas, Batubara dan Mandailing Natal. Dalam proses pengolahan, PTPN IV memiliki 16 unit Pabrik Kelapa Sawit (PKS) dengan kapasitas 635 ton Tandan Buah Segar (TBS) perjam, 2 Unit Pabrik teh dengan kapasitas total 140 ton Daun teh Basah (DTB) per hari, dan 2 unit pabrik pengolahan Inti Sawit dengan kapasitas 400 ton perhari.

2. Tujuan Dan Kegiatan PTPN IV

Tujuan dan Kegiatan Perusahaan didirikan perusahaan sesuai dengan anggaran dasar adalah melakukan usaha di bidang agroindustri serta optimalisasi pemanfaatan sumberdaya perusahaan untuk menghasilkan barang dan / atau jasa yang bermutu tinggi dan berdaya saing kuat, untuk mendapatkan / mengejar keuntungan guna meningkatkan nilai perusahaan . Untuk mencapai maksud dan tujuan perusahaan tersebut diatas, kegiatan utama yang dilakukan oleh perusahaan adalah sebagai berikut:

1. Pengusahaan budidaya tanaman termasuk pembukaan dan pengolahan lahan, pembibitan, penanaman dan pemeliharaan dan pemungutan hasil tanaman serta melakukan kegiatan-kegiatan lain yang berhubungan dengan pengusahaan budidaya tanaman tersebut.
2. Produksi, pengelolaan hasil tanaman sendiri maupun dari pihak lain menjadi barang yang setengah jadi dan barang jadi serta produk turunannya.

3. Perdagangan, termasuk penyelenggaraan kegiatan pemasaran berbagai macam hasil produksi serta melakukan kegiatan perdagangan lainnya yang berhubungan dengan kegiatan usaha perusahaan.
4. Pengembangan usaha bidang perkebunan, agrowisata dan agrobisnis.
5. Selain kegiatan usaha utama di atas, perusahaan dapat melakukan kegiatan usaha dalam rangka optimalisasi pemanfaatan sumberdaya yang dimiliki.

D. Karyawan

1. Pengertian Karyawan

Menurut Robbins (2006) karyawan adalah orang pribadi yang bekerja dan pemberi kerja, baik sebagai pegawai tetap atau tidak, berdasarkan kesepakatan kerja baik tertulis maupun tidak tertulis untuk melaksanakan suatu pekerjaan dalam jabatan atau kegiatan tertentu yang ditetapkan oleh pemberi kerja.

Menurut Soedaryono (2000) karyawan adalah seseorang yang melakukan penghidupannya dengan bekerja dalam kesatuan organisasi, baik kesatuan kerja pemerintah maupun kesatuan kerja swasta. Hasibuan menyatakan bahwa karyawan adalah kekayaan utama suatu perusahaan, karena tanpa keikutsertaan mereka aktivitas perusahaan tidak akan terjadi.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka bisa disimpulkan bahwa karyawan merupakan seorang yang mempunyai tugas serta tanggung jawab dan terikat pada sesuatu organisasi buat menciptakan jasa ataupun benda guna yang mempunyai pengaruh terhadap kegiatan organisasi ataupun mencapai tujuan dari organisasi.

E. Pensiun

1. Pengertian Pensiun

Pensiun merupakan suatu proses dimana berakhirnya masa kerja secara rutin dan mulainya untuk memasuki masa beristirahat, karena masa kerja secara aktif telah berakhir. Masa pensiun tersebut, kadang merupakan masa yang cukup memprihatinkan, karena adanya persepsi yang kurang tepat dalam memaknai masalah pensiun tersebut (Subianto, 2012). Pensiun adalah penghasilan yang diterima setiap bulan oleh seorang bekas pegawai yang tidak dapat bekerja lagi, untuk membiayai kehidupan selanjutnya agar tidak terlantar apabila tidak berdaya lagi untuk mencari penghasilan yang lain. Berdasarkan UU No.11 Tahun 1969, Pensiun diberikan sebagai jaminan hari tua dan sebagai penghargaan atas jasa-jasa pegawai negeri selama bertahun-tahun bekerja dalam dinas pemerintah.

Pengertian pensiun menurut Kasmir (2012) adalah hak seseorang untuk memperoleh penghasilan setelah bekerja sekian tahun dan sudah memasuki usia pensiun atau ada sebab-sebab lain sesuai dengan perjanjian yang telah ditetapkan. Penghasilan dalam hal ini biasanya diberikan dalam bentuk uang dan besarnya tergantung dari peraturan yang ditetapkan. telah menggolongkan pensiun menjadi dua, yaitu : sukarela dan wajib. Sukarela yaitu individu yang bersangkutan memiliki keinginan untuk menghabiskan sisa hidupnya dengan melakukan hal-hal yang lebih berarti untuk diri individu itu sendiri daripada pekerjaannya. Wajib yaitu individu terpaksa melakukan pensiun karena organisasi tempat individu bekerja menetapkan usia tertentu sebagai batas seseorang untuk pensiun tanpa mempertimbangkan suka 2 atau tidak. Masa pensiun biasanya jatuh bertepatan

dengan usia pertengahan (40- 60 tahun) yang dinyatakan oleh para ahli sebagai masa krisis. Lebih lanjut masa pensiun yang dimaksud adalah masa pensiun wajib, dimana individu terpaksa melakukan pensiun karena organisasi tempat individu bekerja menetapkan usia tertentu sebagai batas usia seseorang untuk berhenti bekerja tanpa pertimbangan suka atau tidak.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan, Pensiun merupakan suatu pendapatan yang diterima tiap bulan oleh seorang sisa pegawai yang tidak bisa bekerja lagi, untuk membiayai kebutuhan sehari hari agar seseorang tersebut tidak merasa terlantar apabila tidak berdaya lagi untuk mencari penghasilan lain .

2. Manfaat Pensiun

Manfaat pensiun merupakan suatu janji pembayaran suatu jumlah uang yang dibayarkan kepada peserta program dana pensiun, yang pembayarannya dikaitkan dengan pencapaian usia tertentu (Dina,2019)

Menurut Pasal 1 UUDP manfaat pensiun antara lain:

- a) Manfaat Pensiun Normal, adalah manfaat pensiun bagi peserta yang mulai dibayarkan pada saat peserta pensiun setelah mencapai usia pensiun normal atau sesudahnya.
- b) Manfaat Pensiun Dipercepat, adalah manfaat pensiun bagi peserta yang dibayarkan apabila peserta pensiun pada usia tertentu sebelum usia pensiun normal.
- c) Manfaat Pensiun Cacat, adalah manfaat pensiun bagi peserta yang dibayarkan bila peserta menjadi cacat.

d) Pensiun Ditunda, adalah manfaat pensiun bagi peserta yang berhenti bekerja sebelum mencapai usia pensiun normal, yang ditunda pembayarannya sampai pada saat peserta pensiun.

Pihak-pihak yang berhak menerima manfaat pensiun (Wahab, 2001) adalah:

a) Janda/duda Timbul apabila peserta/pensiunan meninggal dunia dan dibayarkan seumur hidup, kecuali bila janda/duda kawin lagi atau meninggal dunia.

b) Anak Timbul apabila janda/duda meninggal dunia atau kawin lagi atau peserta/pensiunan meninggal dunia dan tidak meninggalkan janda/duda. Wajib dibayarkan sampai usia 21 tahun dan usia setinggi-tingginya 25 tahun.

c) Pihak yang ditunjuk Timbul apabila peserta/pensiunan meninggal dunia dan tidak meninggalkan janda/duda dan anak serta dibayarkan secara sekaligus, dengan ketentuan:

1. penunjukan harus dilaksanakan pada saat yang bersangkutan menjadi peserta dan batal demi hukum sejak saat peserta menikah/mempunyai anak;
2. penunjukan dapat diubah apabila dikehendaki peserta;
3. dalam hal pihak yang ditunjuk meninggal dunia lebih dulu dari peserta, maka peserta harus menunjuk penggantinya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan, manfaat pensiun mencakup manfaat pensiun normal, manfaat pensiun cacat, manfaat pensiun dipercepat, manfaat pensiun ditunda.

3. Tujuan Program Pensiun

Tujuan penyelenggaraan dan penerimaan pensiun dapat dilihat dari dua pihak yang terlibat yaitu (Sri,2016):

A. Pemberi kerja

1. Memberikan penghargaan kepada para karyawannya yang telah mengabdikan di perusahaan tersebut.
2. Agar di masa usia pensiun karyawan tersebut tetap dapat menikmati hasil yang diperoleh setelah bekerja di perusahaan.
3. Memberikan rasa aman dari segi batiniah sehingga dapat menurunkan turnover karyawan.
4. Meningkatkan motivasi karyawan dalam melaksanakan tugas sehari-hari.
5. Meningkatkan citra perusahaan dimata masyarakat dan pemerintah.

B. Karyawan.

1. Kepastian memperoleh penghasilan di masa yang akan datang sesudah pensiun.
2. Memberikan rasa aman dan dapat meningkatkan motivasi untuk bekerja.

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan, tujuan program pensiun ada 2 yaitu pemberi kerja yang memberikan penghargaan yang telah bekerja dan karyawan yang mendapat penghasilan di masa pensiun.

F. Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun

Menghadapi masa pensiun semakin tinggi kecerdasan emosi yang dimiliki oleh seseorang. Pada masa pensiun idealnya seseorang dapat merasakan ketenangan karena telah mencapai titik puncak karirnya dalam bekerja. Individu tidak lagi menanggung tanggung jawab dan kewajiban pekerjaan yang diberikan oleh instansi atau tempat seseorang bekerja. Dengan demikian seharusnya individu dapat merasakan perasaan yang tenang, damai, lega, rileks serta emosi-emosi positif lainnya (Lesmana, 2014). Meski begitu pada kenyataannya masa pensiun kerap kali dianggap sebagai kenyataan yang tidak menyenangkan terlebih bagi individu yang terbiasa untuk bekerja. Hal ini dikarenakan individu akan mengalami perubahan drastis dalam hidupnya, baik dari segi pendapatan ekonomi, aktivitas sehari-hari, dan lingkungan sosial yang juga akan berubah, hal ini dapat menimbulkan kecemasan dalam diri individu (Safitri, 2013).

Menurut Horney (dalam Safitri, 2003) faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya kecemasan menghadapi masa pensiun itu sendiri terbagi menjadi dua yaitu faktor eksternal yang meliputi penolakan sosial, kritikan dari orang lain, dan situasi lingkungan, sedangkan faktor internal meliputi perasaan tidak mampu, tidak percaya diri, perasaan bersalah, kecerdasan emosi, dan penerimaan terhadap diri sendiri. Pada penelitian ini dari berbagai variabel yang mempengaruhi kecemasan menghadapi masa pensiun peneliti tertarik untuk meneliti variabel kecerdasan emosi pada karyawan. Peneliti memilih variabel kecerdasan emosi sebab kecerdasan emosi sangat dibutuhkan oleh seseorang saat mengalami sesuatu

permasalahan yang mungkin memunculkan tekanan atau kecemasan untuk orang tersebut. Bersumber pada hasil wawancara subjek yang menghadapi kecemasan diakibatkan oleh keahlian subjek dalam mengelola emosi serta memotivasi diri lumayan rendah . (Nuraini, 2013) yang menyatakan bahwa kecerdasan emosi diperlukan oleh seseorang ketika menghadapi suatu masalah yang dapat menimbulkan tekanan atau kecemasan bagi orang tersebut.

Kecemasan merupakan kekhawatiran akan suatu pengalaman yang subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dan ketidakmampuan menghadapi masalah atau adanya rasa aman. Perasaan ini dapat menimbulkan gejala fisiologis seperti gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat. Selain menimbulkan gejala fisiologis kecemasan juga dapat menimbulkan gejala psikologis seperti panik, tegang, bingung, dan tidak dapat berkonsentrasi (Sandjaja, Sarjana & Jusup, 2017). Kecemasan menghadapi masa pensiun adalah gangguan perasaan yang ditandai dengan perasaan kekhawatiran mendalam yang timbul sebagai reaksi diri ketika menghadapi perubahan keadaan dari bekerja menjadi tidak bekerja atau disebut juga pensiun. Lebih lanjut tingkat kecemasan yang dialami seseorang ketika menjelang masa pensiun dipengaruhi oleh kecerdasan emosi yang dimilikinya Kecerdasan Emosional adalah salah satu faktor yang mempengaruhi kinerja karyawan. Adapun menurut (Daud,2012) kecerdasan emosional (emotional intelligence) adalah kemampuan untuk mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dalam hubungan dengan orang

lain. Seperti kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, keterampilan sosial. 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.

Secara tidak langsung orang yang mempunyai kecerdasan emosi memiliki keahlian bertahan serta berupaya dikala orang lain mengalami kecemasan, berupaya mencari jalan keluar, tidak cuma diam, tetapi berupaya untuk mengatasi permasalahan yang sedang dialami. Kecerdasan emosi sanggup membuat orang berpikir lebih positif tentang diri sendiri. Perihal ini membuat orang yang memiliki kecerdasan emosi besar tidak menghadapi takut yang berlebihan menjelang masa pensiunnya. Sebaliknya orang yang mempunyai kecerdasan emosi rendah, yaitu orang yang tidak mampu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain, akan sulit mengendalikan emosinya agar tidak terlalu tinggi dan sulit mengarahkannya ke hal-hal yang positif, sehingga mempunyai tingkat kecemasan yang lebih tinggi.

Shah (dalam M. Nur Ghufroon & Rini Risnawita, S, 2014) membagi kecemasan menjadi tiga aspek, yaitu

1. Aspek fisik, seperti pusing, sakit kepala, tangan mengeluarkan keringat, menimbulkan rasa mual pada perut, mulut kering, grogi, dan lain-lain
2. Aspek emosional, seperti timbulnya rasa panik dan rasa takut.

3. Aspek mental atau kognitif, timbulnya gangguan terhadap perhatian dan memori, rasa khawatir, ketidakteraturan dalam berpikir, dan bingung.

Lebih lanjut tingkat kecemasan yang dialami seseorang ketika menjelang masa pensiun dipengaruhi oleh kecerdasan emosi yang dimilikinya. Menurut Goleman (2015), 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 (2015), 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.

Berdasarkan pendapat Goleman (2015) tentang aspek-aspek kecerdasan emosi, maka dapat dilihat hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun, yaitu bahwa orang yang mempunyai kecerdasan emosi yang tinggi akan mampu mengenali emosi dirinya. Mengenali emosi yaitu mengenal dan merasakan emosi sendiri, dimana individu mampu mengenali, merasakan bahkan menamai emosi dirinya yang dirasakan saat emosi itu muncul. Setelah mengenali emosi yang dialami individu yang memiliki kecerdasan juga memahami penyebab perasaan emosi yang timbul, sehingga ketika seseorang merasa cemas menghadapi masa pensiun orang tersebut akan sepenuhnya sadar

mengenai apa yang dirasakannya serta dapat menentukan tindakan yang harus dilakukannya untuk mengatasi masalah tersebut dan bukan hanya membiarkan kecemasannya berlarut-larut tanpa solusi (Goleman, 2015)

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 terdoda 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 terdoda oleh dorongan negatif atau rasa cemas yang mengganggu ketika akan menghadapi masa pensiun (Goleman, 2015). . Pada realitanya kecerdasan emosi mempunyai kedudukan yang sangat berarti buat menggapai kesuksesan tiap hari dalam hubungannya dengan lingkungan.

(siregar2019) juga mengungkapkan aspek-aspek kecerdasan emosi. aspek

kecerdasan emosi ada 5, yaitu :

1. Kesadaran diri adalah mengenali emosi diri sendiri pada saat perasaan itu muncul. Ketidakmampuan untuk menyadari perasaan diri sendiri membuat orang berada di bawah kekuasaan emosi. yaitu suatu kemampuan untuk membedakan antara emosi-emosi yang berbeda dan

memilih mana di antara emosi-emosi tersebut yang dapat mempengaruhi proses berpikir.

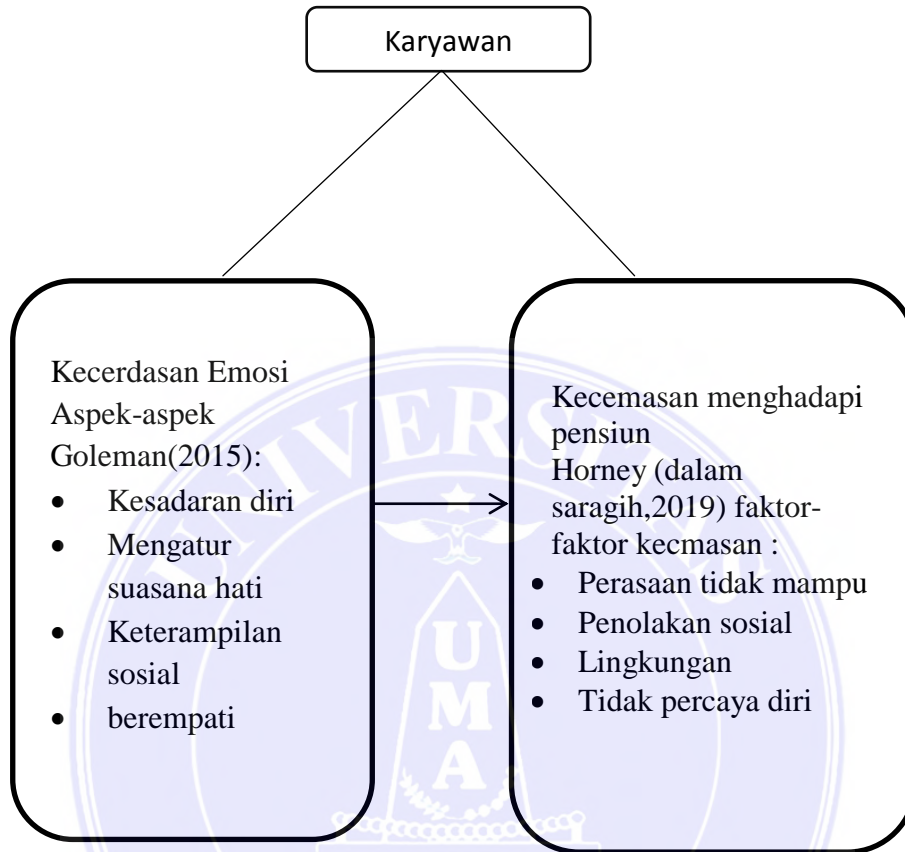
2. Pengendalian diri yaitu setelah mampu menyadari emosi dari dalam diri seseorang akan mengalami kemajuan emosi dengan berkembangnya kemampuan untuk mengendalikan emosinya
3. Motivasi yaitu kemampuan seseorang untuk menata emosinya, memusatkan perhatian pada perasaan yang positif dan mengesampingkan perasaan yang bersifat negatif
4. Mengenali emosi orang lain yaitu kemampuan untuk menyadari dan mengendalikan emosi diri tidak akan lengkap apabila tidak diimbangi dengan kemampuan untuk menyadari emosi dan perasaan dari orang-orang disekelilingnya.
5. Membina hubungan keterampilan untuk memberikan pengaruh bagi orang lain tersebut.

Uraian di atas sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya (Nuraini, 2013) 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 tersebut, maka kecemasan yang dihadapi pun akan semakin menurun.

Seseorang yang memiliki kecerdasan emosi yang baik, akan mampu mengolah emosi yang ada dalam dirinya sehingga menjadi sesuatu kekuatan yang

lebih positif. Keahlian dalam mengendalikan emosi hendak membuat seorang jadi terampil dalam membebaskan diri dari perasaan negatif yang terdapat, sehingga kecemasan yang timbul pada dikala menghadapi pensiun bisa diminimalkan. Sehingga kecerdasan emosi yang dimiliki akan menolong seseorang keluar dari tekanan ataupun suasana yang tidak menyenangkan. Dijabarkan oleh Afriyani (2017) yang berjudul hubungan kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi pensiun terhadap 50 karyawan yang akan menghadapi pensiun hasil penelitiannya menemukan adanya hubungan negatif antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi pensiun pada karyawan. Menurut penelitian yang dilakukan Dewi (2011) yang berjudul hubungan kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi pensiun dilakukan pada 50 orang Pegawai Negeri Sipil di Kantor Pusat Universitas Sebelas Maret Surakarta menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif

G. Kerangka Konseptual



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual

H. Hipotesis

Berdasarkan penjelasan serta beberapa teori yang dijelaskan diatas, maka peneliti menyimpulkan bahwa hipotesis dari penelitian ini yaitu terdapat hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi pensiun. dengan asumsi bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi maka akan semakin rendah kecemasan tersebut, dan ketika kecerdasan emosi rendah maka maka semakin tinggi kecemasan.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, Menurut Sugiyono (2014) metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif korelasional antara dua variabel dengan pengumpulan data yang menggunakan instrumen penelitian dan analisa data statistik tertentu sehingga akan diketahui ada atau tidak hubungan antara dua variabel yang diteliti

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah atribut/sifat/nilai dari orang/obyek/kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Identifikasi variabel penelitian merupakan langkah penetapan variabel - variabel utama dalam penelitian dan penentuan fungsi-fungsinya masing-masing (Azwar, 2012). Dalam penelitian ini variabel-variabel yang digunakan ialah:

1. Variabel Bebas (X) : kecerdasan emosi
2. Variabel tergantung (Y) : kecemasan

C. Defenisi Oprasional Variabel

1. Kecemasan

Kecemasan adalah gangguan perasaan seperti perasaan gelisah dan khawatir akan suatu hal yang tidak menyenangkan dan tidak jelas, dimana gangguan tersebut menjadi suatu ancaman bagi kehidupan seseorang terhadap gambaran masa depannya. Kecemasan menghadapi pensiun dapat diukur dengan beberapa aspek yaitu perasaan tidak mampu, penolakan sosial, lingkungan, tidak percaya diri.

2. Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosi atau *emotional intelligence* adalah kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain (empati) di lingkungan sekitarnya. Kecerdasan emosi diukur menggunakan aspek-aspek yaitu : kesadaran diri, mengatur suasana hati, keterampilan sosial, berempati.

D. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi Penelitian

Dalam penelitian masalah populasi dan sampel yang dipakai merupakan salah satu faktor yang harus diperhatikan. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti (Sugiono, 2014). Populasi dalam penelitian

ini adalah karyawan yang akan menjalani pensiun di PTPN IV unit kebun Marihat yang berjumlah 62 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugyono, 2014). Hasil penelitian sampel diharapkan dapat digeneralisasikan kepada seluruh populasi. Generalisasi adalah kesimpulan penelitian sebagai suatu yang berlaku bagi populasi. syarat utama agar dapat dilakukan generalisasi adalah bahwa sampel yang digunakan dalam penelitian harus dapat mencerminkan keadaan populasinya. Dalam istilah teknik statistik dikatakan, sampel harus berupa populasi dalam bentuk kecil.. Mengingat jumlah populasi dalam penelitian ini berjumlah 62 karyawan, maka keseluruhan sampel dijadikan sampel penelitian. Oleh karena itu, jumlah sampel penelitian ini berjumlah 62 orang karyawan di PTPN IV unit kebun Marihat.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling yang artinya keseluruhan populasi digunakan menjadi sampel dalam penelitian (Sugiyono, 2014). Hal yang mendasari peneliti menggunakan teknik ini karena jumlah populasi tidak mencapai 100 orang (Sugiyono, 2014).

E. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan salah satu unsur yang penting dalam suatu penelitian. Tujuan untuk mengetahui (goal of knowing) haruslah dicapai dengan menggunakan metode atau cara-cara yang efisien dan akurat (Azwar, 2015).

Menurut Azwar (2015), metode skala menggunakan daftar pertanyaan secara

langsung dan terarah. Dalam penelitian ini, menggunakan skala kecerdasan emosional dan kecemasan menghadapi pensiun serta melakukan sedikit wawancara guna mengambil informasi dari karyawan.

1. Skala Kecerdasan Emosi

Kuesioner pada kecerdasan emosi menggunakan skala Likert. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok tentang fenomena sosial (Sugiono,2014) yang masing-masing terdiri atas empat alternatif jawaban untuk favorable yaitu Sangat Sesuai (SS) dengan skor 4, Sesuai (S) dengan skor 3, Tidak sesuai (TS) dengan skor 2, Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan skor 1 sedangkan pada aitem unfavorable diberlakukan sebaliknya yaitu Sangat Sesuai (SS) = 1, Sesuai (S) = 2, Tidak sesuai (TS) = 3, dan Sangat tidak Sesuai (STS) = 4.

Kuesioner kecerdasan emosi terdiri atas 14 pertanyaan untuk kecerdasan emosi dengan skor berkisar antara 1-4 untuk setiap pertanyaan. Sehingga nilai terendah yang mungkin dicapai responden adalah 14 dan nilai tertinggi yang mungkin dicapai adalah 56. Maka tindakan dikategorikan dengan skala berikut:

- a. Apabila karyawan mempunyai kecerdasan emosional yang baik jika skor diperoleh responden $\geq 75\%$ atau skor ≥ 42
- b. Apabila karyawan mempunyai kecerdasan emosional yang baik jika skor diperoleh responden $\leq 75\%$ atau skor ≤ 42

2. Skala Kecemasan Menghadapi Pensiun

Kuesioner pada kecemasan menggunakan skala Likert. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok tentang fenomena sosial (Sugiono,2014) yang masing-masing terdiri atas empat alternatif jawaban untuk favorable yaitu Sangat Sesuai (SS) dengan skor 4, Sesuai (S) dengan skor 3, Tidak sesuai (TS) dengan skor 2, Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan skor 1 sedangkan pada aitem unfavorable diberlakukan sebaliknya yaitu Sangat Sesuai (SS) = 1, Sesuai (S) = 2, Tidak sesuai (TS) = 3, dan Sangat tidak Sesuai (STS) = 4.

Kuesioner kecemasan terdiri atas 32 pertanyaan untuk kecemasan dengan skor berkisar antara 1-4 untuk setiap pertanyaan. Sehingga nilai terendah yang mungkin dicapai responden adalah 14 dan nilai tertinggi yang mungkin dicapai adalah 56. Maka tindakan dikategorikan dengan skala berikut:

- a. Apabila karyawan mempunyai kecemasan yang tinggi jika skor diperoleh responden $\geq 75\%$ atau skor ≥ 42
- b. Apabila karyawan mempunyai kecemasan yang rendah jika skor diperoleh responden $\leq 75\%$ atau skor ≤ 42

F. Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Validitas adalah sejauh mana ketepatan suatu skala psikologi dalam mengukur apa yang hendak diukur (Azwar, 2012). Alat ukur dapat dikatakan valid apabila kemampuan alat ukur itu mampu mencapai tujuan pengukuran yang dikehendaki dengan tepat. Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat

ukur, dalam hal ini angket diuji validitasnya dengan menggunakan teknik analisis Product Moment rumus angka kasar dari pearson, yaitu mencari koefisien korelasi antar tiap butir dengan skor total (Azwar, 2012).

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

keterangan:

r_{xy} : koefisien korelasi antara variabel x (skor subjek setiap item) dengan variabel y (total skor seluruh item)

$\sum xy$: jumlah dari hasil perkalian antara Vx dan Vy

$\sum x$: jumlah skor keseluruhan subjek setiap item

$\sum y$: jumlah skor item pada subjek

$\sum x^2$: jumlah kuadrat skor

$\sum y^2$: jumlah skor kuadrat y

N : jumlah subjek

2. Reliabilitas

Reliabilitas menyangkut tingkat keajegan atau ketetapan hasil pengukuran. Pengukuran yang tidak reliabel akan menghasilkan skor yang tidak konsisten. Apabila datanya memang sesuai dengan kenyataan, maka berapa kali pun diambil tetap saja hasilnya akan sama. Analisis reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dengan bantuan SPSS Versi 18.0 For Windows. Analisis reliabilitas skala kecerdasan emosional dan kecemasan menghadapi pensiun dapat dipakai metode *Alpha Cronbach's* dengan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

r_{11} : Reliabilitas instrumen

k : Banyaknya butir pertanyaan

$\sum \sigma$: Jumlah varian butir

$\sigma 1^2$: Varian total

G. Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi product moment dari Karl Pearson. Alasan digunakannya teknik korelasi ini disebabkan karena pada penelitian ini memiliki tujuan ingin melihat hubungan antara satu variabel bebas (kecerdasan emosional) dengan satu variabel terikat (kecemasan menghadapi pensiun). Formula dari teknik product moment yang dimaksud adalah sebagai berikut (Sugiyono, 2009) Rumusnya yaitu:

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

Keterangan:

r_{xy} : koefisien korelasi antara variabel x (skor subjek setiap item) dengan variabel y (total skor dari seluruh item)

$\sum xy$: jumlah dari hasil perkalian antara V_x dan V_y

$\sum x$: jumlah skor keseluruhan subjek setiap item

$\sum y$: jumlah skor keseluruhan item pada subjek

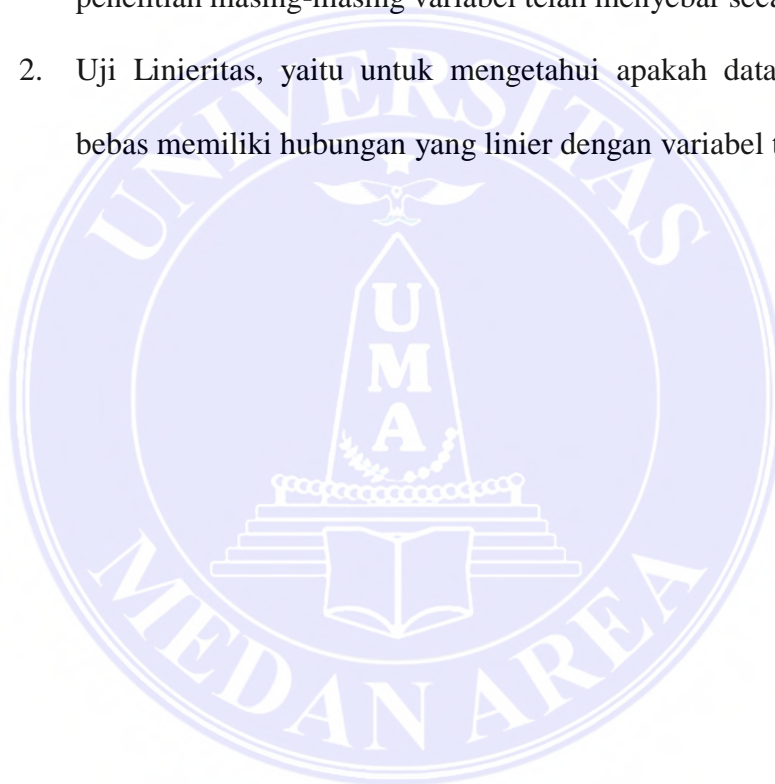
$\sum x^2$:jumlah kuadrat skor

$\sum y^2$:jumlah skor kuadrat

Y N: Jumlah Subjek

Sebelum dilakukan analisis data dengan teknik analisis Product Moment, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data penelitian yang meliputi:

1. Uji normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel telah menyebar secara normal.
2. Uji Linieritas, yaitu untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan variabel tergantung.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Dalam bab ini akan diuraikan simpulan dan saran yang berhubungan dengan hasil yang telah diperoleh dari penelitian ini. Pada bagian pertama akan dijabarkan simpulan dari penelitian ini dan bagian berikutnya akan di kemukakan saran-saran yang mungkin akan dapat digunakan oleh pihak terkait.

A. Simpulan

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

1. Terdapat hubungan negatif antara kecemasan dengan kecerdasan emosi di PTPN IV kebun Marihat dimana $r_{xy} = -0.411$ dengan signifikan $p = 0.000 < 0.05$ Artinya hipotesis yang diajukan semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin rendah kecemasan pada karyawan yang akan pensiun di PTPN IV kebun Marihat dinyatakan diterima.
2. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, sumbangan efektif yang diberikan kecemasan dengan Kecerdasan emosional sebesar 16,90% Sementara itu 83,1% lainnya dipengaruhi oleh sisanya dari faktor yang tidak di ungkap dalam penelitian.
3. Berdasarkan hasil penelitian yang telah lakukan, perempuan memiliki kecemasan yang lebih tinggi yang memiliki SD 4.15 sedangkan laki-laki memiliki SD 3.80.
4. Secara umum hasil penelitian ini menyatakan bahwa kecemasan tergolong rendah dan kecerdasan emosi tergolong baik(tinggi).hal ini didukung oleh

nilai rata-rata empirik kecemasan 9.64 dan nilai rata-rata hipotetiknya=27,500 dan nilai SD nya=3.866 .untuk rata empirik kecerdasan emosi =65.903 sedangkan rata-rata hipotetiknya 70,000 dan nilai SD nya=14.265

B. Saran

Berpedoman pada hasil penelitian diatas yang menyatakan bahwa para karyawan memiliki kecemasan yang tinggi dalam menghadapi masa pensiun untuk itu peneliti menyarankan agar

1. 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 membuat seminar peningkatan ESQ Masa Persiapan Pensiun untuk membantu karyawan mengatasi kecemasan dan bantuan modal untuk usaha. Dengan demikian karyawan dapat mengatasi pemikiran negatif tentang pensiun serta menghilangkan kecemasan agar menjadikan masa tua menjadi lebih bermakna bagi kehidupan karyawan.

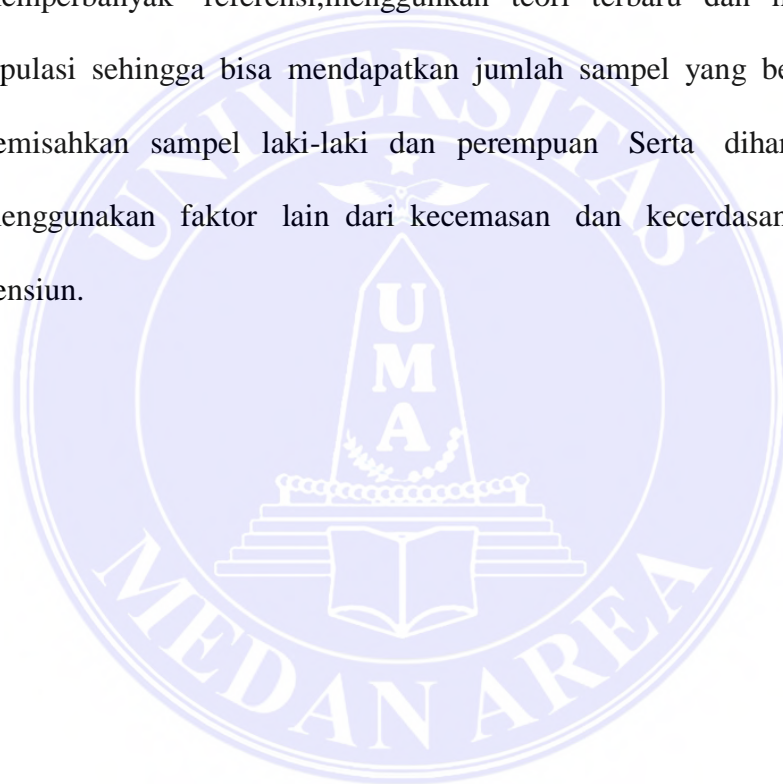
2. Kepada subjek penelitian

Ketika pensiun tiba karyawan dapat menyibukkan diri dengan memperluas interaksi sosial seperti mengikuti kegiatan-kegiatan sosial di daerah tempat tinggal. Pensiun adalah hal yang pasti dialami karyawan tetapi bukan karena telah pensiun hidup karyawan akan berakhir justru ketika karyawan mampu menggunakan kecerdasan

emosionalnya dengan baik dapat membantu karyawan untuk mewujudkan masa tua yang bahagia dan sejahtera.

3. Peneliti iSelanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian kecemasan menghadapi pensiun, diharapkan lebih memperhatikan dan memperbanyak referensi, menggunakan teori terbaru dan memperbanyak populasi sehingga bisa mendapatkan jumlah sampel yang besar agar bisa memisahkan sampel laki-laki dan perempuan Serta diharapkan untuk menggunakan faktor lain dari kecemasan dan kecerdasan menghadapi pensiun.



DAFTAR PUSTAKA

- Afriyani, Masitah (2017), “*Hubungan Kecerdasan Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada Pegawai Universitas Mercu Buana*”, Skripsi. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). *Konsep kecemasan (anxiety) pada lanjut usia (lansia)*. *Konselor*, 5(2), 93-99.
- Arismunandar, A., Suharyono, S., & Aryani, A. (2019). *Hubungan Tingkat Kecemasan Pasien Dengan Tindakan Pencabutan Gigi Di Poli Gigi Puskesmas* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
- Azwar, S. (2012), “Reliabilitas dan Validitas”, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015), “Dasar-Dasar Psikometrika” Edisi II, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bintang,s (2013). *KESIAPAN MENGHADAPI MASA PENSIUN DITINJAU DARI PERAN GENDER KARYAWAN* No Judul. *Jurnal psikologi industri organisasi* , Vol. 01, No.02,.
- Dharmawan, Budhi, P. 2011. *Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Pegawai Kementerian Agama Yang Istrinya Bekerja Dan Tidak Bekerja (Studi Komparatif Pada Pegawai Kementerian Agama Kabupaten Banjarnegara)*.Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.<http://lib.unnes.ac.id/7692/1/10562.pdf> diakses tanggal 13 Desember 2016.
- Erna, D. N, 2013.*Kecerdasan Emosi Dan Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada PNS*. *eJournal Psikologi*, 2013, 1 (3): 324-331 ISSN 0000-0000 [http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wpcontent/uploads/2014/02/eJournal%20%20Psikologi%20\(02-27-14-01-42-03\).pdf](http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wpcontent/uploads/2014/02/eJournal%20%20Psikologi%20(02-27-14-01-42-03).pdf) diakses pada 13 Desember 2016.
- Goleman, D. (2010) .*The Complete Summary: Working With Emotional Intelligence*.
- Goleman, Daniel (2015). Emotional Intelligence : Kecerdasan emosional mengapa EI lebih penting daripada IQ, Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.**Concordville: Soundview*
- HM, Ely Manizar. *Mengelola Kecerdasan Emosi. Tadrib*, 2016, 2.2: 198-213..
- IV, Pt.perkebunan. (2016, December 6). *Pedoman Perilaku*. Retrieved 11 11, 2020, from *Pedoman Perilaku*: <https://www.ptpn4.co.id/wp-content/uploads/2017/02/Pedoman-Perilaku.pdf>

- Kasmir. 2012. *Bank dan Lembaga Keuangan Lainnya*. Jakarta: Rajawali Pers
- Lesmana, D. (2014). *Kecerdasan spiritual dengan kecemasan menghadapi masa pensiun*. *Jurnal Psikologi Terapan*. 02(01). 168-183.
- Metha Gagarin. (2012). *Kecemasan (Anxiety)*. Jakarta : Binarupa Aksara.
- Muarifah, A. (2012). Hubungan kecemasan dan agresivitas. *Humanitas (Jurnal Psikologi Indonesia)*, 2(2), 102-112..
- Nuraini, D. E. (2013). *Kecerdasan emosi dan kecemasan menghadapi pensiun pada pns*. *Psikoborneo*, 1(3).
- Nurlita. (2012). *Korelasi antara self disclosure dengan kemampuan hubungan interpersonal pada remaja*. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Malang: Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang.
- Prasojo, Dharmawan. (2011). *Kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai kementerian agama yang istrinya bekerja dan tidak bekerja (studi komparatif pada pegawai kementerian agama kabu*
- Prastika, N. D., & Noor, A. (2012). *Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Kecerdasan Adversitas Dengan Stres Kerja Pada Karyawan*. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 1(2), 127- 147.
- Puspasari, Y.(2013). Hubungan antara Dukungan Sosial Teman dengan Tingkat Depresi pada Lanjut Usia di Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta. eprints.undip.ac.id.
- Rahmat, A. (2016). Post-Power Syndrome dan Perubahan Perilaku Sosial Pensiunan Guru. *Psychathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(1), 77-94.
- Risbi, (2012). “*Hubungan kecerdasan emosional terhadap kecemasan menghadapi pensiun Pegawai Negeri Sipil Universitas Andalas Padang*” . *Skripsi Fakultas Keperawatan, Universitas Andalas Padang*.
- Sandjaja, A., Widodo. S., Jusup. I. (2017). *Hubungan antara tingkat kecemasan dengan tingkat sugestibilitas pada mahasiswa fakultas kedokteran tahun pertama*. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*.6(2). 235-243
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Developmen*. UK: McGraw-Hill Education
- saragih, s. r. (2019). *HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL MENGHADAPI PENSIUN*. MEDAN: Skripsi.
- Setiawan, Aditia, Hidayat (2018) *Tanda dan Gejala Kecemasan*. Pandega Martha Yogyakarta.

- Siregar, D. Sa. (2019). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada Personil POLRI di POLRESTABES Medan. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699
- Stuart G. C. (2016). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart Edisi Indonesia*. Singapore: ELSEVIER
- Suardiman. S.P. (2011). Psikologi usia lanjut. Yogyakarta. Gadjah Mada University Press.
- Subianto, Achmad, 2012, "Jaminan Sosial Pegawai Negeri Sipil", Makalah disajikan dalam Seminar Sistem Perlindungan dan Jaminan Sosial di Bappenas.
- Sue, David, dkk (2010), "Understanding Abnormal Behavior" Edisi Kesembilan
- Sugiyono, (2014), "Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D", Bandung: Alfabeta..
- Suliswati. 2005. *Konsep Dasar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC
- Tamher, S. dan Noorkasiani. (2009). *Kesehatan Usia Lanjut Dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Triantoro Safaria & Nofrans Eka Saputra. (2012). *Manajemen Emosi: Sebuah panduan cerdas bagaimana mengelola emosi positif dalam hidup Anda*. Jakarta: Bumi Aksara.
- UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA NOMOR 11 TAHUN 1992
TENTANG DANA PENSIUN
- UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA NOMOR No.11 Tahun 1969,
TENTANG PENSIUN
- Wibowo. (2010). *Manajemen Kinerja*, Edisi Ketiga. Rajawali Pers, Jakarta
- Wijayanti, Martina P.. 2010. "Analisis Hubungan Auditor-Klien: Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Auditor Switching di Indonesia". Skripsi S1 Fakultas Ekonomi Universitas Diponegoro, Semarang.
- Yunawati, S. (2016). Analisis Sistem Pemberian Tunjangan Pensiun Terhadap Manfaat Pensiun Pada PTPN V (Persero) Sei Rokan. *Cano Ekonomos*, 5(2), 117-124

LAMPIRAN A

ALAT UKUR PENELITIAN UJI COBA

1. Uji Coba Skala kecemasan

LEMBAR PERSETUJUAN PARTISIPAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama (Inisial) :
Umur : Tahun
Profesi :
Alamat :

Menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian :

Nama : RIDHO NAINGGOLAN
NPM : 178600172
Fakultas : Psikologi

PETUNJUK Pengerjaan

Saudara diminta memilih salah satu jawaban dari empat alternatif jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan. Baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan di bawah ini. Kemudian kemukakan pilihan anda, apakah pernyataan-pernyataan tersebut sesuai dengan diri anda. Berilah tanda centang (✓) pada lembar jawaban yang telah disediakan. Adapun makna dari masing-masing skor adalah sebagai berikut :

(SS) sangat sesuai	: Jika pernyataan itu Sangat sesuai dengan anda
(S) Sesuai	: Jika pernyataan itu sesuai dengan anda
(TS) Tidak sesuai	: Jika pernyataan itu tidak sesuai dengan anda
(STS) Sangat tidak sesuai	: Jika pernyataan itu Sangat tidak sesuai dengan anda

SELAMAT BEKERJA**ANGKET KECEMASAN**

- | | | | | |
|---|----|---|----|-----|
| 1. saya takut setelah pensiun orang tidak memperhitungkan keberadaan saya lagi | SS | S | TS | STS |
| 2. Saya khawatir tidak bisa membiayai kebutuhan keluarga | SS | S | TS | STS |
| 3. saya tidak yakin akan berhasil dalam usaha lain | SS | S | TS | STS |
| 4. Saya bingung akan menjadi apa setelah pension nanti | SS | S | TS | STS |
| 5. Istri saya jadi lebih pendiam sebab penghasilan akan berkurang | SS | S | TS | STS |
| 6. Teman-teman menjauh saat saya mendekati masa pension | SS | S | TS | STS |
| 7. Orang-orang akan meremehkan saya ketika sudah pensiun | SS | S | TS | STS |
| 8. Saya khawatir akan kehilangan fasilitas kantor jika pensiun nanti | SS | S | TS | STS |
| 9. Enggan berpartisipasi dalam kegiatan sekitar tanpa jabatan lama | SS | S | TS | STS |
| 10. saya Saya akan lebih sering dirumah setelah pensiun nanti | SS | S | TS | STS |
| 11. Saya gugup tiap kali mendengar berita pensiun | SS | S | TS | STS |
| 12. Saya akan lebih banyak diam saat sudah tidak memiliki jabatan lagi | SS | S | TS | STS |
| 13. Akhir-akhir ini saya mudah tersinggung bila ada yang menanyakan kapan pensiun | SS | S | TS | STS |
| 14. Saudara saya yang lain akan menjauhi saya karna tidak memiliki jabatan lagi | SS | S | TS | STS |
| 15. Menjalani hidup tanpa pekerjaan membuat saya cemas | SS | S | TS | STS |

16.	Orang-orang akan mengolok saya karena sudah pensiun	SS	S	TS	STS
17.	Saya yakin setelah pensiun kehidupan keluarga saya tetap terjamin	SS	S	TS	STS
18.	saya tidak takut jika orang tidak memperhitungkan keberadaan saya	SS	S	TS	STS
19.	Saya akan beralih menjadi seorang wirausaha ketika pensiun tiba	SS	S	TS	STS
20.	Saya memiliki bakat dibidang usaha yang akan saya kembangkan	SS	S	TS	STS
21.	Saya akan mengusahakan yang terbaik untuk keluarga	SS	S	TS	STS
22.	saya Saya merasa lebih tenang dengan sedikit teman	SS	S	TS	STS
23.	Saya akan tetap menjadi orang yang dibutuhkan sekalipun sudah pensiun	SS	S	TS	STS
24.	Masa pensiun tidak membuat saya khawatir	SS	S	TS	STS
25.	Saya senang jika diajak berpartisipasi dalam kegiatan sekitar	SS	S	TS	STS
26.	Saya semakin sering berkumpul dengan teman ketika sudah tidak aktif lagi bekerja	SS	S	TS	STS
27.	Berita pensiun saya tanggapi dengan santai	SS	S	TS	STS
28.	Saya akan fokus pada hobby saya dan bepergian keluar	SS	S	TS	STS
29.	Saya tidak ambil pusing akan seperti apa sikap saudara saya terhadap saya	SS	S	TS	STS
30.	Membayangkan pensiun hal yang wajar, sehingga tidak perlu membuat saya murung	SS	S	TS	STS
31.	Saya akan tetap menjadi diri saya dengan atau tanpa penghasilan tetap	SS	S	TS	STS
32.	Hidup tanpa menyandang jabatan membuat lebih nyaman	SS	S	TS	STS

2. Uji Coba Skala kecemasan

BAGIAN II PETUNJUK PENGISIAN

Saudara diminta memilih salah satu jawaban dari empat alternatif jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan. Baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan di bawah ini. Kemudian kemukakan pilihan anda, apakah pernyataan-pernyataan tersebut sesuai dengan diri anda. Berilah tanda centang (✓) pada lembar jawaban yang telah disediakan. Adapun makna dari masing-masing skor adalah sebagai berikut :

(SS) sangat sesuai : Jika pernyataan itu Sangat sesuai dengan anda

(S) Sesuai : Jika pernyataan itu sesuai dengan anda

(TS) Tidak sesuai : Jika pernyataan itu tidak sesuai dengan anda

(STS) Sangat tidak sesuai : Jika pernyataan itu Sangat tidak sesuai dengan anda

- | | | | | | |
|----|--|----|---|----|-----|
| 1. | Saya membiasakan diri untuk berdamai dengan diri sendiri dahulu sebelum bertindak | SS | S | TS | STS |
| 2. | Saya malas untuk mencoba lagi jika pernah gagal pada pekerjaan yang sama | SS | S | TS | STS |
| 3. | Saya membiasakan diri untuk mengingat Tuhan untuk meredam perasaan tidak nyaman yang muncul | SS | S | TS | STS |
| 4. | Saya tidak bisa menutupi kesedihan yang saya rasakan (seperti melamun, nangis) | SS | S | TS | STS |
| 5. | Saya mencari kesibukan/kegiatan menyenangkan yang positif untuk mengalihkan ketidaknyamanan saya | SS | S | TS | STS |
| 6. | Saya terkadang mudah marah tanpa sebab yang jelas | SS | S | TS | STS |
| 7. | Saya biasa mengutarakan sesuatu yang menjadi beban kepada orang yang dipercaya | SS | S | TS | STS |
| 8. | Saya merasa tidak mampu mengendalikan keinginan-keinginan saya | SS | S | TS | STS |

9.	Saya mampu beradaptasi dengan lingkungan baru	SS	S	TS	STS
10.	Saya kesulitan memulai pembicaraan dengan orang yang baru saya kenal	SS	S	TS	STS
11.	Saya mampu membawa diri dengan baik pada situasi dan kondisi apapun yang saya hadapi	SS	S	TS	STS
12.	Jika seorang rekan kerja menyinggung perasaan saya, saya tidak mau bertegur sapa dengannya lagi	SS	S	TS	STS
13.	Saya selalu ikut kegiatan positif(keagamaan) yang ada di lingkungan saya	SS	S	TS	STS
14.	Saya tidak mau tahu dengan keadaan hubungan sosial saya	SS	S	TS	STS
15.	Saya selalu berusaha menjaga hubungan baik dengan semua orang lain	SS	S	TS	STS
16.	Saya tidak mau tahu pada teman saya yang sedang ada masalah	SS	S	TS	STS

LAMPIRAN B

DISTRIBUTOR SKOR UJI COBA SKALA KECEMASAN

NO.	KE1	KE2	KE3	KE4	KE5	KE6	KE7	KE8	KE9	KE10	KE11	KE12	KE13	KE14	KE15	KE16	KE17	KE18
1	3	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	1	1
2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	3	1	1
3	3	1	3	1	1	3	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	1
4	3	1	3	3	1	1	1	3	4	3	3	3	3	3	1	3	1	3
5	3	1	1	1	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	1	4	3	1
6	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1
7	3	3	3	3	3	3	1	1	3	1	1	1	1	3	1	4	3	3
8	1	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	3	3	3
9	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	1	3	1	1
10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	1	1
11	3	1	3	3	3	1	1	1	3	1	3	3	1	3	1	3	3	3
12	4	3	3	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	1
13	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1	1
14	4	1	3	1	1	3	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	1
15	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	1	3	1	1
16	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	1	3	1	1
17	4	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	1	3	1	1
18	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	1

19	3	3	3	3	3	4	4	3	3	1	3	4	3	3	3	3	3	1
20	3	1	3	3	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	1	3	1	1
21	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
22	3	1	3	3	4	4	4	1	4	1	1	1	1	3	1	3	1	1
23	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	1	3	1	1
24	3	3	3	3	3	4	4	3	3	1	3	4	3	3	3	3	3	1
25	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	4	3	1	1
26	3	1	3	1	3	3	4	1	3	1	3	3	3	3	3	3	1	1
27	3	1	3	4	3	4	3	1	1	1	3	1	3	4	3	4	1	1
28	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1
29	4	1	1	1	1	3	3	1	3	1	3	3	3	3	1	3	1	1
30	4	1	3	1	1	3	1	1	4	1	3	3	4	4	1	4	3	1
31	3	3	3	3	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	1	1
32	3	1	3	1	4	4	4	3	3	1	4	1	4	3	1	4	1	4
33	4	1	4	3	4	1	3	4	4	1	3	3	3	3	3	3	1	3
33	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	2	3	3
34	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	2	3	3
35	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	2	3
36	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2
37	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2
38	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3
39	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	2	3
40	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	2	3	2	1
41	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	3	4	3	3	1	3	1	2
42	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	3	4	3	3	1	3	1	2
43	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4

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 24/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)24/12/21

44	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	1	2
45	3	1	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2
46	4	3	3	3	4	4	3	2	4	3	3	4	4	4	3	3	1	1
47	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	1	1
48	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1
49	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	2	2
50	4	4	4	4	4	3	3	2	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4
51	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2
52	4	4	2	2	3	4	3	2	4	2	3	4	3	4	1	4	2	2
53	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	1	3
54	3	4	3	4	4	3	2	3	4	3	4	3	4	2	2	2	1	2
55	3	4	4	3	4	4	3	2	3	4	3	4	3	4	1	4	2	1
56	3	4	3	3	4	4	3	2	3	4	3	4	3	4	2	2	2	1
57	4	4	4	3	3	3	3	1	3	3	3	4	3	3	3	4	2	2
58	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3
59	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	2	3	3
60	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	2	3	3
61	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	2	3
62	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2

DISTRIBUTOR SKOR UJI COBA SKALA KECERDASAN EMOSI

NO.	KE19	KE20	KE21	KE22	KE23	KE24	KE25	KE26	KE27	KE28	KE29	KE30	KE31	KE32
1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	3	1	1	1	3
2	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
5	1	1	1	1	1	3	1	1	3	3	3	3	1	3
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
7	1	1	1	3	3	3	1	3	3	1	1	3	1	3
8	3	3	1	1	1	3	1	3	3	1	1	3	1	4
9	1	1	1	1	1	3	1	1	3	1	1	1	1	1
10	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
11	1	1	1	1	1	1	1	3	1	3	1	1	1	1
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	4
19	1	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1
20	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

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 24/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)24/12/21

21	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4
22	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
23	1	1	1	1	1	1	1	3	1	3	1	1	3	3
24	1	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1
25	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
26	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
27	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
28	1	3	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1
29	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	3
30	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3
31	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
32	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3
33	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
33	2	2	2	4	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2
34	2	2	2	4	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2
35	2	2	2	4	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2
36	1	2	1	3	2	2	1	1	2	3	3	2	2	2
37	1	2	1	3	1	1	2	2	1	3	2	2	1	2
38	2	1	14	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2
39	2	2	1	4	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2
40	1	1	1	3	2	2	1	2	2	3	1	1	2	3
41	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3
42	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3
43	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2
44	2	2	1	3	1	1	1	2	2	3	2	2	1	2
45	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3

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 24/12/21

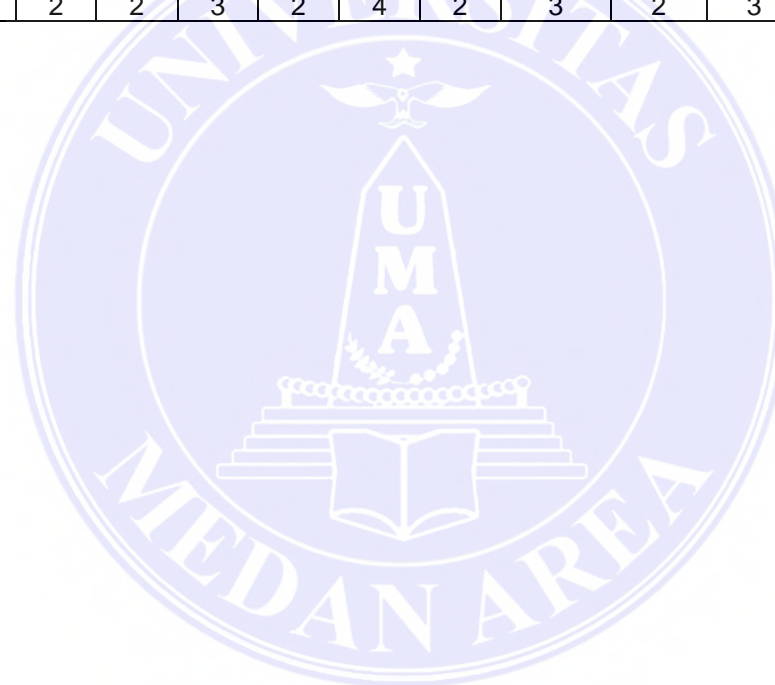
Access From (repository.uma.ac.id)24/12/21

46	1	2	1	3	1	1	1	2	2	3	3	2	1	2
47	1	2	1	4	4	1	1	1	1	4	1	1	1	1
48	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
49	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1
50	1	2	1	4	2	2	1	1	2	4	4	3	3	4
51	1	2	1	3	2	2	1	1	2	3	3	2	2	2
52	2	1	1	3	2	2	1	2	2	3	2	1	2	2
53	2	2	1	3	1	2	1	2	2	3	4	2	2	3
54	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2
55	2	2	1	3	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2
56	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2
57	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2
58	2	2	1	4	3	3	1	3	2	3	4	2	2	3
59	2	2	2	4	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2
60	2	2	2	4	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2
61	2	2	2	4	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2
62	1	2	1	3	2	2	1	1	2	3	3	2	2	2

NO.	KC1	KC2	KC3	KC4	KC5	KC6	KC7	KC8	KC9	KC110	KC11	KC12	KC13	KC14	KC15	KC16
1	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	4	2	3	2	3
2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3
3	2	4	1	1	1	4	1	4	2	1	1	4	1	4	1	4
4	2	3	2	3	2	3	2	3	1	3	1	4	2	3	1	4
5	2	2	1	2	2	4	2	3	2	3	2	3	2	3	1	3
6	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3
7	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	1	4
8	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	1	3	2	3	2	3
9	1	3	2	2	2	3	1	2	2	2	2	3	2	3	2	2
10	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3
11	2	2	1	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	4	2	3
12	1	4	1	3	1	3	2	3	1	3	1	4	1	4	1	4
13	2	3	1	2	2	2	2	3	3	2	2	3	1	3	2	3
14	2	4	1	1	1	4	1	4	2	1	1	4	1	4	1	4
15	2	3	1	3	1	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2
16	2	3	1	3	1	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2
17	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2
18	1	4	1	4	1	4	4	4	1	4	1	4	1	4	1	4
19	1	3	1	2	1	3	2	3	1	3	1	4	2	4	1	1
20	2	3	2	2	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3
21	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
22	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2
23	1	3	1	1	1	1	2	3	1	1	1	1	2	3	1	3
24	1	3	1	2	1	3	2	3	1	3	1	4	2	4	1	1
25	1	3	1	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	4
26	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2
27	1	4	1	3	2	4	2	3	1	3	2	4	1	4	1	3

28	2	1	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	1	1
29	2	3	2	2	1	2	2	4	2	3	2	3	1	4	1	3
30	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
31	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	4
32	2	4	1	2	1	1	4	4	1	3	2	3	1	4	1	3
33	1	4	1	4	1	2	1	3	2	3	1	3	2	2	1	4
34	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	2	2	1	4	1	4
35	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	1	4	1	4
36	2	3	2	3	1	3	2	3	1	3	2	4	1	4	1	4
37	1	3	1	3	2	3	2	3	2	3	1	3	1	3	1	3
38	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	4	1	4
39	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	1	4	1	4
40	3	1	3	1	3	2	3	2	3	2	3	1	4	1	4	4
41	2	3	1	3	1	3	2	3	2	3	2	3	1	4	1	4
42	2	3	1	3	1	3	2	4	2	3	2	4	1	4	1	4
43	1	4	1	4	1	4	1	4	2	3	2	4	1	4	1	4
44	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	1	3	1	3
45	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3
46	2	4	2	3	2	3	2	3	1	3	2	4	2	4	1	4
47	1	3	1	4	2	4	3	3	1	3	1	4	1	4	1	4
48	1	3	1	3	1	4	2	4	2	3	1	4	1	4	1	4
49	1	3	1	4	2	3	3	3	2	1	1	3	2	3	1	4
50	1	3	1	3	1	4	2	4	2	3	1	4	1	4	1	4
51	1	2	1	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	1	3
52	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	3	1	2
53	2	3	1	2	2	3	2	4	2	3	2	3	2	3	1	4
54	1	3	2	3	1	3	2	3	1	3	1	3	1	3	1	3
55	1	3	2	3	1	3	2	3	1	3	1	3	1	3	1	3
56	1	3	2	3	1	3	2	3	1	3	1	3	1	3	1	3

57	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3
58	2	3	1	2	2	3	3	4	2	3	2	3	1	4	1	3
59	1	3	1	3	1	4	2	4	2	3	1	4	1	4	1	4
60	1	2	1	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	1	3
61	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	3	1	2
62	2	3	1	2	2	3	2	4	2	3	2	3	2	3	1	4





RELIABILITY

```

/VARIABLES=KE1 KE2 KE3 KE4 KE5 KE6 KE7 KE8 KE9 KE10 KE11 KE12 KE13 KE14
KE15 KE16 KE17 KE18 KE19 KE20 KE21 KE22 KE23 KE24 KE25 KE26 KE27 KE28
KE29 KE30 KE31 KE32
/SCALE('KECERDASAN EMOSI') ALL
/MODEL=ALPHA
/STATISTICS=SCALE
/SUMMARY=TOTAL.
    
```

Reliability

Notes	
Output Created	25-JUN-2021 08:15:31
Comments	
Input	Active Dataset DataSet0 Filter <none> Weight <none> Split File <none> N of Rows in Working Data 62 File Matrix Input Definition of Missing Missing Value Handling User-defined missing values are treated as missing. Cases Used Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
Syntax	RELIABILITY /VARIABLES=KE1 KE2 KE3 KE4 KE5 KE6 KE7 KE8 KE9 KE10 KE11 KE12 KE13 KE14 KE15 KE16 KE17 KE18 KE19 KE20 KE21 KE22 KE23 KE24 KE25 KE26 KE27 KE28 KE29 KE30 KE31 KE32 /SCALE('KECERDASAN EMOSI') ALL /MODEL=ALPHA /STATISTICS=SCALE /SUMMARY=TOTAL.
Resources	Processor Time 00:00:00.00 Elapsed Time 00:00:00.02

[DataSet0]

Scale: KECERDASAN EMOSI

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	62	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	62	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.921	32

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
KE1	70.6452	246.036	.197	.921
KE2	71.3387	220.326	.736	.915
KE3	70.8710	235.721	.540	.918
KE4	71.1774	232.378	.546	.918
KE5	70.9032	236.023	.476	.919
KE6	70.7742	238.669	.393	.920
KE7	70.9032	238.417	.395	.920
KE8	71.4032	228.900	.523	.918
KE9	70.7258	239.973	.442	.919
KE10	71.3548	223.872	.676	.916
KE11	70.8548	234.454	.571	.918
KE12	70.7097	231.882	.600	.917
KE13	70.8065	232.618	.598	.917
KE14	70.6129	236.995	.595	.918
KE15	71.7419	233.113	.483	.919
KE16	70.7097	243.095	.289	.921
KE17	72.1290	237.754	.402	.920
KE18	72.0806	231.616	.560	.918
KE19	72.4839	237.762	.583	.918
KE20	72.3871	238.799	.508	.919
KE21	72.5000	231.730	.285	.927
KE22	71.7258	223.481	.691	.915
KE23	72.4839	242.221	.294	.921
KE24	72.2903	241.357	.337	.920

KE25	72.6452	237.872	.677	.918
KE26	72.3710	241.877	.358	.920
KE27	72.3548	237.938	.533	.918
KE28	71.9355	226.324	.692	.916
KE29	72.2419	229.695	.693	.916
KE30	72.4194	236.018	.621	.917
KE31	72.4677	234.843	.733	.917
KE32	71.9516	238.178	.365	.920

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
73.9355	249.766	15.80400	32

RELIABILITY

/VARIABLES=K1 K2 K3 K4 K5 K6 K7 K8 K9 K10 K11 K12 K13 K14 K15 K16
 /SCALE('KECEMASAN') ALL
 /MODEL=ALPHA
 /STATISTICS=SCALE
 /SUMMARY=TOTAL.

Reliability

Notes

Output Created	25-JUN-2021 08:16:22
Comments	
Input	Active Dataset DataSet0 Filter <none> Weight <none> Split File <none> N of Rows in Working Data 62 File Matrix Input Definition of Missing Missing Value Handling Cases Used
	User-defined missing values are treated as missing. Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.

Syntax		RELIABILITY /VARIABLES=K1 K2 K3 K4 K5 K6 K7 K8 K9 K10 K11 K12 K13 K14 K15 K16 /SCALE('KECEMASAN') ALL /MODEL=ALPHA /STATISTICS=SCALE /SUMMARY=TOTAL.
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.08

[DataSet0]

Scale: KECEMASAN

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	62	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	62	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.769	16

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
K1	35.8387	24.531	.450	.751
K2	34.5323	25.138	.293	.763
K3	36.0645	25.406	.263	.765
K4	34.8710	23.721	.429	.751
K5	35.8387	24.892	.364	.757
K6	34.6290	24.139	.385	.755
K7	35.3548	24.626	.379	.756
K8	34.4516	24.580	.393	.755
K9	35.6129	25.061	.318	.761
K10	34.8548	23.929	.476	.748
K11	35.7742	24.407	.468	.750
K12	34.3710	24.368	.372	.756

K13	35.8548	25.077	.267	.765
K14	34.2419	25.170	.251	.767
K15	36.1129	24.725	.341	.759
K16	34.3387	23.375	.387	.756

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
37.5161	27.533	5.24714	16





D-1 UJI NORMALITAS

NPAR TESTS

/K-S(NORMAL)=X Y

/STATISTICS DESCRIPTIVES

/MISSING ANALYSIS.

NPar Tests

Notes	
Output Created	25-JUN-2021 08:45:23
Comments	
Input	Active Dataset DataSet0
	Filter <none>
	Weight <none>
	Split File <none>
	N of Rows in Working Data 62
	File
Missing Value Handling	Definition of Missing User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used Statistics for each test are based on all cases with valid data for the variable(s) used in that test.
Syntax	NPAR TESTS /K-S(NORMAL)=X Y /STATISTICS DESCRIPTIVES /MISSING ANALYSIS.
Resources	Processor Time 00:00:00.02
	Elapsed Time 00:00:00.01
	Number of Cases Allowed ^a 157286

a. Based on availability of workspace memory.

DataSet0]

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
KECERDASAN EMOSI	62	65.9032	14.26530	34.00	110.00
KECEMASAN	62	29.6403	3.86557	11.00	44.00

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		KECERDASAN EMOSI	KECEMASAN
N		62	62
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	65.9032	29.6403
	Std. Deviation	14.26530	3.86557
Most Extreme Differences	Absolute	.111	.204
	Positive	.111	.204
	Negative	-.078	-.174
Kolmogorov-Smirnov Z		.875	1.305
Asymp. Sig. (2-tailed)		.429	.052

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

EXAMINE VARIABLES=X Y
 /PLOT BOXPLOT
 /COMPARE GROUPS
 /STATISTICS EXTREME
 /MISSING LISTWISE
 /NOTOTAL.

Explore

Notes

Output Created		25-JUN-2021 08:47:16
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	62
Missing Value Handling	File	
	Definition of Missing	User-defined missing values for dependent variables are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on cases with no missing values for any dependent variable or factor used.

Syntax		EXAMINE VARIABLES=X Y /PLOT BOXPLOT /COMPARE GROUPS /STATISTICS EXTREME /MISSING LISTWISE /NOTOTAL.
Resources	Processor Time	00:00:00.42
	Elapsed Time	00:00:00.47

[DataSet0]

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
KECERDASAN EMOSI	62	100.0%	0	0.0%	62	100.0%
KECEMASAN	62	100.0%	0	0.0%	62	100.0%

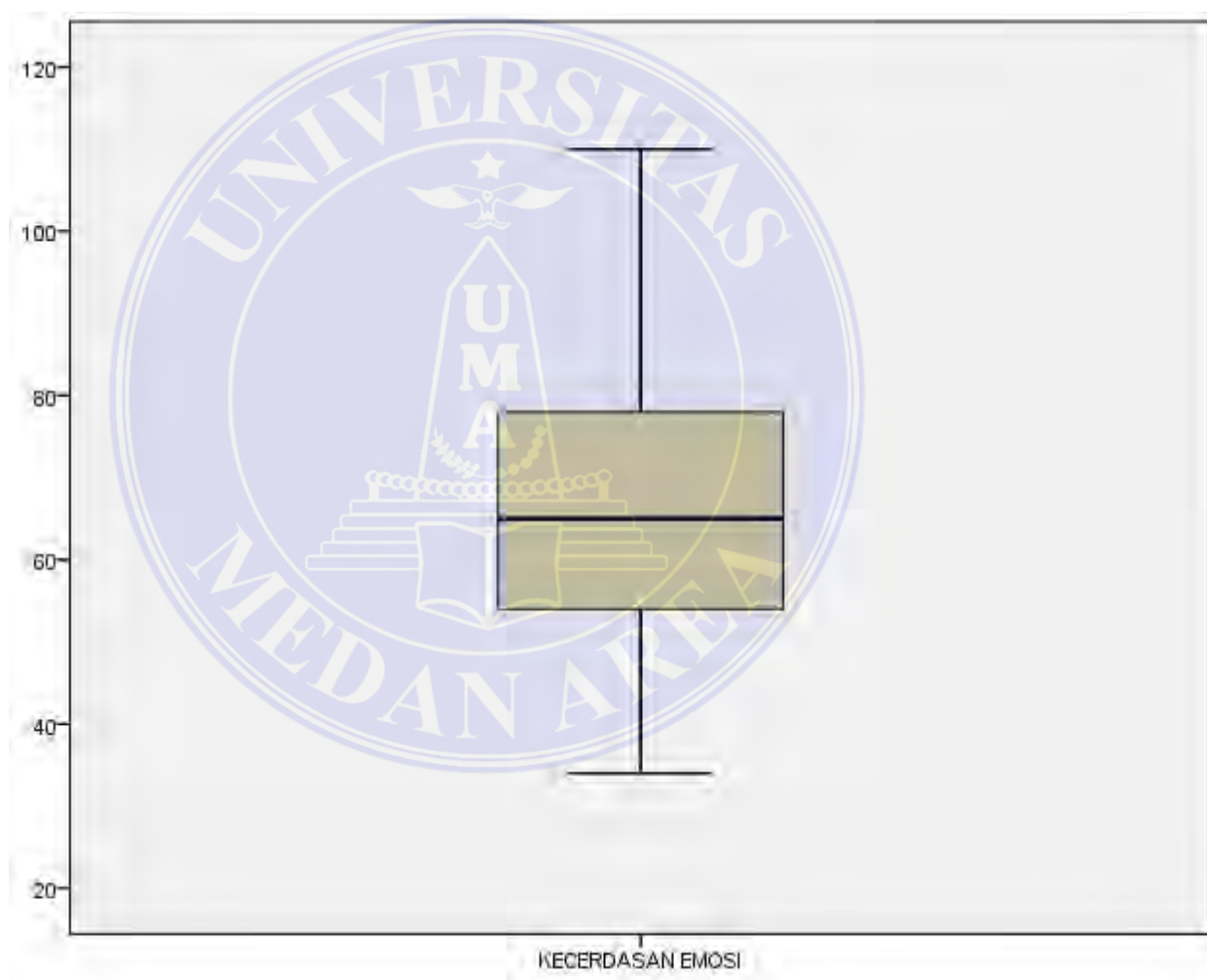
Extreme Values

		Case Number	Value
KECERDASAN EMOSI	Highest	1	21
		2	44
		3	51
		4	50
		5	59
KECEMASAN	Lowest	1	2
		2	28
		3	29
		4	22
		5	4
KECEMASAN	Highest	1	21
		2	40
		3	18
		4	25
		5	31
KECEMASAN	Lowest	1	30
		2	23
		3	24

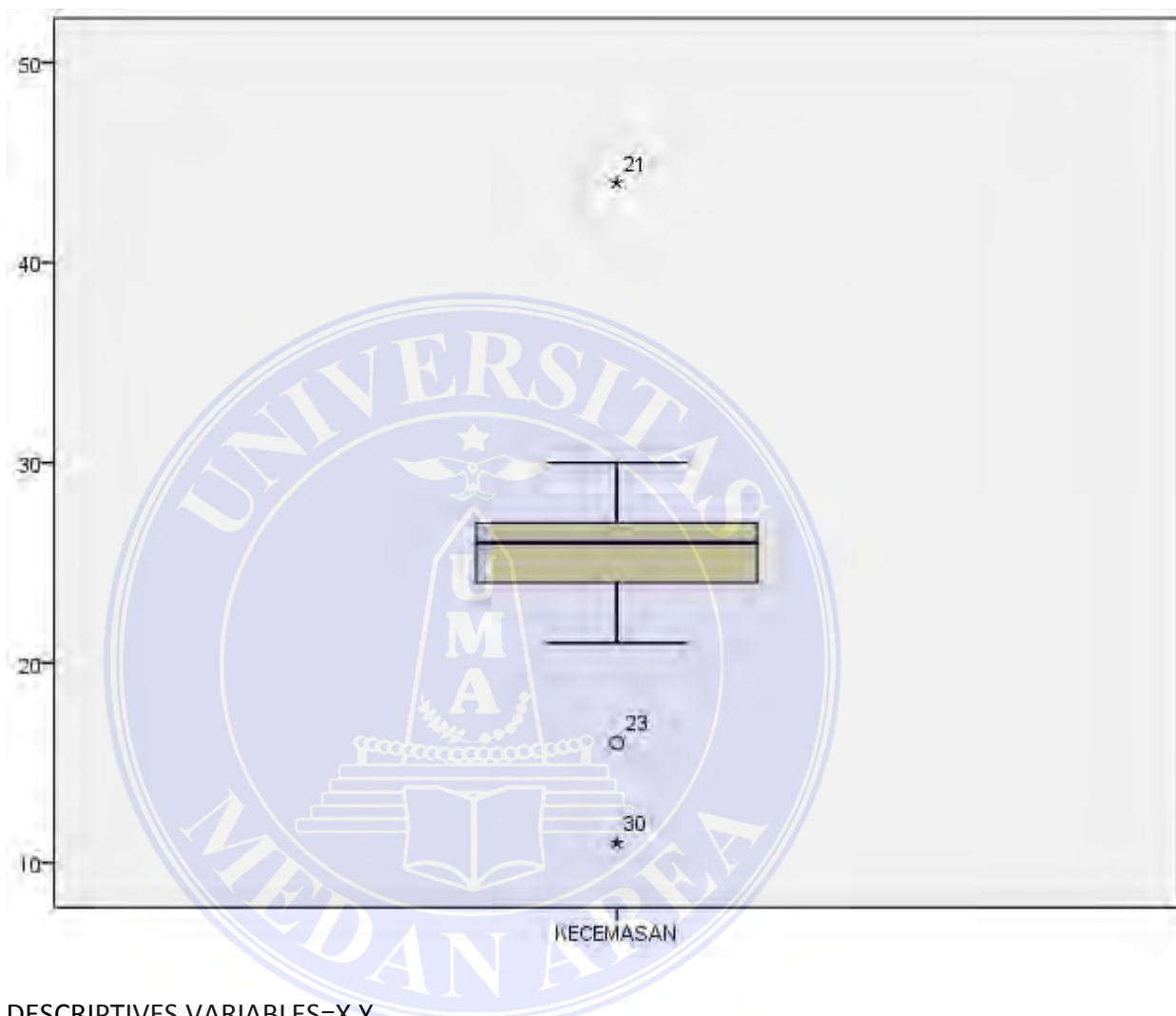
4	19	21.00
5	61	22.00 ^b

- a. Only a partial list of cases with the value 28.00 are shown in the table of upper extremes.
- b. Only a partial list of cases with the value 22.00 are shown in the table of lower extremes.

KECERDASAN EMOSI



KECEMASAN



DESCRIPTIVES VARIABLES=X Y

/STATISTICS=MEAN STDDEV MIN MAX KURTOSIS SKEWNESS.

Descriptives

Notes

Output Created	25-JUN-2021 08:47:43	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data	62
File		

Missing Value Handling	Definition of Missing	User defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	All non-missing data are used.
Syntax		DESCRIPTIVES VARIABLES=X Y /STATISTICS=MEAN STDDEV MIN MAX KURTOSIS SKEWNESS.
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.00

[DataSet0]

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Skewness
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic
KECERDASAN EMOSI	62	34.00	110.00	65.9032	14.26530	.227
KECEMASAN	62	11.00	44.00	29.6403	3.86557	.644
Valid N (listwise)	62					

Descriptive Statistics

	Skewness	Kurtosis	
	Std. Error	Statistic	Std. Error
KECERDASAN EMOSI	.304	.193	.599
KECEMASAN	.304	10.823	.599
Valid N (listwise)			

D-2 UJI LINIERITAS DAN KORELASI

MEANS TABLES=Y BY X
 /CELLS MEAN COUNT STDDEV
 /STATISTICS ANOVA LINEARITY.

Means

Notes	
Output Created	25-JUN-2021 09:08:29
Comments	
Input	Data D:\anak bimbingan\ridho\Untitled1.sav Active Dataset DataSet1 Filter <none> Weight <none> Split File <none> N of Rows in Working Data File 62
Missing Value Handling	Definition of Missing For each dependent variable in a table, user-defined missing values for the dependent and all grouping variables are treated as missing. Cases Used Cases used for each table have no missing values in any independent variable, and not all dependent variables have missing values.
Syntax	MEANS TABLES=Y BY X /CELLS MEAN COUNT STDDEV /STATISTICS ANOVA LINEARITY.
Resources	Processor Time 00:00:00.00 Elapsed Time 00:00:00.01

[DataSet1] D:\anak bimbingan\ridho\Untitled1.sav

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
KECEMASAN *	62	100.0%	0	0.0%	62	100.0%
KECERDASAN EMOSI						

ANOVA Table

			Sum of Squares	df
KECEMASAN * KECERDASAN EMOSI	Between Groups	(Combined)	621.360	32
		Linearity	153.637	1
		Deviation from Linearity	467.722	31
Within Groups			290.140	29
Total			911.500	61

ANOVA Table

			Mean Square	F
KECEMASAN * KECERDASAN EMOSI	Between Groups	(Combined)	19.417	1.941
		Linearity	153.637	15.356
		Deviation from Linearity	15.088	1.508
Within Groups			10.005	
Total				

ANOVA Table

			Sig.
KECEMASAN * KECERDASAN EMOSI	Between Groups	(Combined)	.037
		Linearity	.000
		Deviation from Linearity	.135
Within Groups			
Total			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
KECEMASAN * KECERDASAN EMOSI	.411	.169	.826	.682

CORRELATIONS
/VARIABLES=X Y
/PRINT=ONETAIL NOSIG
/MISSING=PAIRWISE.

Correlations

Notes

Output Created	25-JUN-2021 09:08:51	
Comments		
Input	Data	D:\anak bimbingan\ridho\Untitled1.sav
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
Missing Value Handling	N of Rows in Working Data	62
	File	
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
Syntax	Cases Used	Statistics for each pair of variables are based on all the cases with valid data for that pair.
		CORRELATIONS /VARIABLES=X Y /PRINT=ONETAIL NOSIG /MISSING=PAIRWISE.
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.07

Correlations

		KECERDASAN EMOSI	KECEMASAN
KECERDASAN EMOSI	Pearson Correlation	1	-.411**
	Sig. (1-tailed)		.000
	N	62	62
KECEMASAN	Pearson Correlation	-.411**	1
	Sig. (1-tailed)	.000	
	N	62	62

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).





UNIVERSITAS MEDAN AREA FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kotan Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7300108, 7306878, 7304348 ☎ (061) 7308012 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: umv.medanarea@uma.ac.id

Nomor : 483 /FPSI/01.11/X/2020
Lampiran :
Hal : Survei Untuk Pra Penelitian

Medan, 19 Oktober 2020

Yth. Manager PTPN IV Unit Kebun Marihat
Di
Tempat

Dengan hormat,

Bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa tersebut dibawah ini :

Nama : Ridho Nainggolan
NPM : 178600172
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

Untuk melaksanakan Survey Awal di PTPN IV Unit Kebun Marihat, Marihat Ulu, Silampuyang, Kec. Siantar, Kab. Simalungun, guna penyusunan skripsi dengan judul : "Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun Di PTPN IV Unit Kebun Marihat."

Perlu kami informasikan bahwa Survey Awal 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.

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



Tembusan :
- Mahasiswa Yhs
- Arsip



Dipindai dengan CamScanner



UNIT KEBUN MARIHAT
PT PERKEBUNAN NUSANTARA IV
SIMALUNGUN-SUMATERA UTARA-INDONESIA

Nomor: MAT/X /X/2020

Marihat tgl 22 Oktober 2021

Lamp :.....

Kepada Yth:

Wakil Bidang Akademik

Universitas Medan Area

Di tempat

Hal : Permohonan Survey Pra Penelitian

Sesuai surat wakil Bidang Akademik Universitas Medan Area No :483?FPSI/01.11/X/2020 tanggal 19 Oktober 2020 hal permohonan Survey Pra Penelitian,bersama ini kami sampaikan bahwa pada prinsipnya Manajemen Kebun Marihat menyetujui nama sebagai berikut:

Nama : Ridho Nainggolan
NPM : 178600172
Program Studi : Ilmu psikologi
Fakultas : Psikologi
Universitas : Medan Area

Dan kami harapkan penelitian tersebut kiranya dapat membantu yang bersangkutan dalam proses penyusunan skripsi dan dapat bermanfaat bagi mahasiswa khususnya Program Studi Ilmu Psikologi.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dapat dipergunakan seperlunya.



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 24/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)24/12/21



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 : 456 /FPSI/01.10/IV/2021 Medan, 29 April 2021
 Lampiran : -
 Hal : Pengambilan Data

Yth. Manager PTPN IV Unit Kebun Marihat
 Di
 Tempat

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

Nama : Ridho Nainggolan
 NPM : 178600172
 Program Studi : Ilmu Psikologi
 Fakultas : Psikologi

Untuk melaksanakan pengambilan data di **PTPN IV Unit Kebun Marihat, Jl. Marihat, Silampuyang, Kab.Simalungun, Sumatera Utara 21128** guna penyusunan skripsi yang berjudul **“Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada Karyawan Di PTPN IV Unit Kebun Marihat”**.

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 apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak/Ibu dapat mengeluarkan **Surat Keterangan** yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di **Instansi** yang Bapak/Ibu pimpin.

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



Wakil Dekan Bidang Akademik,
Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan

- Mahasiswa Ybs
- Arsip







**UNIT KEBUN MARIHAT
PT PERKEBUNAN NUSANTARA IV**

SIMALUNGUN – SUMATRA UTARA -INDONESIA

SURAT KETERANGAN

Nomor : MAT/X / 85/VI/2021

Marihat Tgl 26 Juni 2021

Lamp :-----

Kepda Yth;

Wakil Bidang A akademik

Universitas Medan Area

Di-Tempat:

Hal : Telah Selesai Melakukan Penelitian

Sesuai surat wakil bidang Akademik Universitas Medan Area No: 456/FPSI/01.10/IV/2021 Tanggal 29 April 2021 hal telah selesai melakukan penelitian , bersama ini kami sampaikan bahwa pada prinsipnya manajemen kebun Marihat dapat menyetujui nama sebagai berikut

Nama	: Ridho Nainggolan
NPM	: 178600172
Program studi	: Ilmu Psikologi
Fakultas	: Psikologi
Universitas	: Medan Area

Benar telah selesai melakukan pengambilan data di **PTP Nusantara IV Unit Kebun Marihat** pada Tanggal 2 -5 Juni 2021 dengan Judul Skripsi “ **HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI PENSIUN PADA KARYAWAN DI PTPN IV UNIT KEBUN MARIHAT**”

Dan kami harapkan data tersebut kiranya dapat membantu yang bersangkutan dalam proses penyusunan skripsi dan dapat bermanfaat bagi mahasiswa khususnya Program Studi Ilmu Psikologi Fakultas Psikologi.

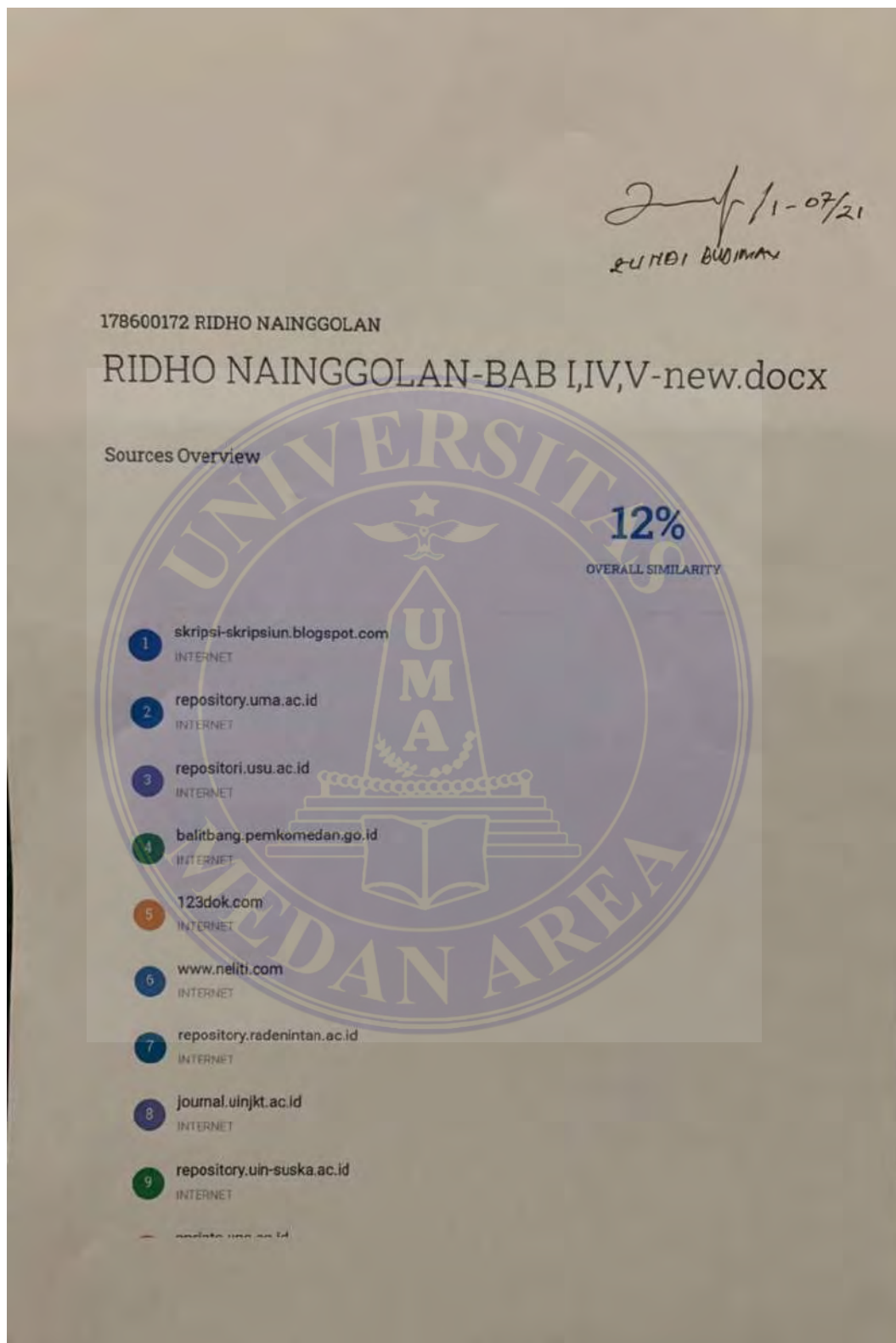
Demikian surat ini diterbitkan untuk dapat dipergunakan seperlunya



AKHLAK-Amanah, Kompeten, Harmonis, Loyalitas, Adaptif, Kolaboratif



**LAMPIRAN F
SURAT KETERANGAN PLAGIASI**



HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI PENSIUN PADA KARYAWAN DI PTPN IV UNIT KEBUN MARIHAT

Ridho Nainggolan, Zuhdi Budiman

Universitas Medan Area

E-mail: ridhonainggolan98@gmail.com, zuhdib@yahoo.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada Karyawan Di PTPN IV Unit Kebun Marihat, dimana yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah karyawan Di PTPN IV Unit Kebun Marihat. Penyebaran skala pada kecerdasan emosi menggunakan skala Likert. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi product moment dari Karl Pearson. Berdasarkan hasil analisis dengan metode korelasi *r Product Moment* dengan nilai atau koefisien (r_{xy}) = -0.411 dan Koefisien determinan (r^2) = 0,169 dengan signifikan $p=0.000 < 0.05$. Hasil ini menunjukkan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu ada hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi pensiun. Artinya semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin rendah kecemasan menghadapi pensiun. Hal ini dibuktikan melalui perhitungan Koefisien determinan (r^2) = 0,169 menunjukkan sumbangan efektif yang diberikan kecemasan dengan Kecerdasan emosional sebesar 16,90%. Selanjutnya hasil nilai rata-rata empirik kecemasan 9.64 dan nilai rata-rata hipotetiknya=27,500 dan untuk rata empirik kecerdasan emosi =65.903 sedangkan rata-rata hipotetiknya 70,000

Kata Kunci : Kecerdasan emosi, Kecemasan

Abstract

*This study aims to see the relationship between Emotional Intelligence and Anxiety Facing Retirement in Employees at PTPN IV Marihat Plantation Unit, where the subject is in this study were employees at PTPN IV Marihat Plantation Unit. The distribution of the scale on emotional intelligence uses a Likert scale. The data analysis method used in this research is the product moment correlation technique of Karl Pearson. Based on the results of analysis to method of correlation *r Product Moment* by value or coefficient ($r_{xy} = -0.411$ and coefficient determinant ($r^2 = 0.169$ with significant $p = 0.000 < 0.05$. these results suggest the hypothesis proposed in this study received, that have relationship a negative between emotional intelligence and anxiety face a pension. This means that the higher intelligence emotional then more lower anxiety facing pension. This is evidenced by the calculation of The coefficient determinant (r^2) = 0.169 shows contribution effective that at give worry to intelligence emotional for 16,90%. The results of the average value of 9.64 and anxiety empirical average value hypothetic = 27,500 and for empirical average emotional intelligence = 65 903 while the average hypothetic 70,000*

Keywords : *Emotional Intelligence, anxiety*

PENDAHULUAN

Bekerja adalah salah satu usaha manusia dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Ada pula kebutuhan manusia yang dikemukakan oleh Abraham Maslow meliputi kebutuhan fisiologis, rasa nyaman, memiliki-dimiliki serta kasih sayang, harga diri, serta aktualisasi diri. Kelima kebutuhan tersebut bertabiat hierarkis. Opsi pekerjaan yang dicoba manusia sangat beragam macam, pekerjaan yang diseleksi merupakan salah satu perlengkapan pemenuh kebutuhan dalam tingkatan yang berbeda. Misalnya, terdapat seseorang yang bekerja guna memenuhi kebutuhan fisiologis, lalu ada pula yang memilah sesuatu pekerjaan guna memenuhi kebutuhan aktualisasi diri.

Di Indonesia, kebijakan yang mengatur tentang batas usia pensiun bagi karyawan adalah Peraturan Menteri Tenaga Kerja R.I Nomor: PER.02/MEN/1993 Tentang Usia Pensiun Normal Dan Batas Usia Pensiun Maksimum Bagi Peserta Peraturan Dana Pensiun. Disebutkan dalam Pasal 2 ayat (i) Usia pensiun normal bagi peserta ditetapkan 55 (lima puluh lima) tahun. Dan ayat (ii) Dalam hal pekerja tetap dipekerjakan oleh Pengusaha setelah mencapai usia 55 (lima puluh lima tahun), maka batas usia pensiun maksimum ditetapkan 60 (enam puluh) tahun.

Berdasarkan Peraturan Menteri tersebut dapat disimpulkan bahwa usia pensiun pekerja di Indonesia berkisar antara 55 – 60 tahun. Namun kebijakan mengenai batas usia pensiun, pekerja ini dapat disesuaikan oleh masing-masing perusahaan dengan kondisi di dalam perusahaan itu sendiri. Ini berarti perusahaan memiliki kewenangan untuk mengatur batas usia pensiun pekerja sendiri, yang biasanya disepakati bersama dengan serikat pekerja perusahaan itu, dan

dicantumkan di dalam Perjanjian Kerja Bersama (PKB) antara perusahaan dan serikat pekerja di perusahaan itu (Dini Atika Rahmi,2013).

Akan tetapi kenyataannya dilapangan banyak orang yang belum siap memasuki masa pensiun, pensiun seringkali dianggap sebagai kenyataan yang tidak menyenangkan sehingga menjelang masanya tiba, sebagian orang akan merasa cemas karena tidak tahu kehidupan yang bagaimana yang kelak akan dihadapi. hal tersebut akan ditunjukkan oleh perilaku mudah marah,tegang ,sulit berkonsentrasi dan menurun nya semangat kerja. kondisi ini tentu saja akan menurunkan produktivitas kerja karyawan (pradono, 2010)

Oleh sebab itu dapat pula banyak permasalahan yang terjadi jikalau orang-orang tidak memiliki pemikiran yang positif tentang pensiun, perihal tersebut terjalin sebab ketidaksiapan seseorang dalam menghadapi pensiun yang hendak dijalaninya. Biasanya jika seseorang mendekati pensiun mereka membayangkan keadaan yang terus menjadi kurang baik, adapun diantaranya yaitu, penurunan status serta penghormatan, kekurangan pemasukan, kehabisan sarana serta merasa mudah tersisihkan dari pergaulan lama dan perasaan menjadi tua . Masa pensiun kerap memunculkan perasaan tidak bermanfaat untuk orang yang akan memasuki masa pensiun baik di lingkungan keluarga ataupun lingkungan masyarakat.

Seharusnya pensiun menjadi hal yang di idamkan oleh orang-orang karena terlalu lama bekerja secara terus-menerus sehingga memerlukan istirahat, Dengan demikian dapat dikemukakan bahwa gejala kecemasan yang dapat muncul pada diri

seseorang dengan merasa ada nya tekanan, beban, konflik, keletihan, ketegangan, panik, anxiety, kemurungan dan hilang daya. Dalam kenyataan, menjelang seorang suami memasuki masa pensiun, istri pun cenderung terkena imbasnya, istri turut merasa stress memikirkan sang suami yang “berubah” secara psikologis. Lalu masalah yang muncul semakin berat tatkala keadaan keuangan tidak lagi stabil seperti dulu dan ternyata waktu berlalu begitu cepat. Terlebih lagi, pensiun sering dilakukan tanpa persiapan apa-apa.

Akibatnya, di masa tua mengalami stress, jenuh, susah, dan cenderung marah-marah. Hidup terasa tidak lagi bermakna, menapaki waktu dari pagi hingga malam sangatlah lama. Tidak ada lagi yang dikerjakan, bagi sebagian orang pensiun bisa menyebabkan frustrasi murung atau marah-marah, imbasnya pun istri dan anak-anaknya menjadi stress, bingung harus berbuat apa. Ditambah harus memikirkan bagaimana membagi uang pensiun yang minim untuk kebutuhan sehari-hari. Reaksi-reaksi eksplosif, seperti kehilangan kendali, emosi yang tidak terkontrol, marah-marah yang tidak berujung pangkal, merupakan salah satu ciri dari post power syndrome. Pada realitanya orang takut apabila mengalami masa pensiun, mereka akan takut kehabisan masa keberartiannya

Perubahan-perubahan yang terjadi pada masa pensiun akan 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, maka dari itu akan ada perasaan cemas dan khawatir, hal ini apabila berlebihan dapat mengganggu

keadaan fisik dan psikologis seseorang. Individu yang mengalami masa pensiun akan mengalami kecemasan dan guncangan perasaan yang begitu berat. Kecemasan ini terjadi karena mereka harus meninggalkan teman-teman baik sebagai atasan ataupun bawahannya. Status sosial ekonomi serta fasilitas-fasilitas lain yang mereka peroleh selama bekerja. Kekhawatiran, kecemasan dan ketakutan yang berkelanjutan akan berdampak pada keseimbangan emosional individu dan akhirnya akan termanifestasi dalam berbagai keluhan fisik, keadaan seperti itu dikenal dengan sebutan postpower syndrome (Rahmat:2016)

Masalah kesehatan jiwa akan muncul bila usia tua tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap perubahan-perubahan yang terjadi seiring dengan proses penuaan, salah satunya timbul dalam bentuk depresi. Kemampuan usia tua dalam beradaptasi tersebut dipengaruhi oleh tipe kepribadian yang mereka miliki. Tipe kepribadian akan menentukan kerentanan usia tua terhadap terjadinya depresi. Menjalani masa tua dengan bahagia dan sejahtera, merupakan dambaan semua orang.

Keadaan seperti ini hanya dapat dicapai oleh seseorang apabila orang tersebut merasa sehat secara fisik, mental dan sosial, merasa dibutuhkan, merasa dicintai, mempunyai harga diri serta dapat berpartisipasi dalam kehidupan. Post-power syndrome banyak dialami oleh mereka yang baru saja menjalani masa pensiun. Istilah tersebut muncul untuk mereka yang mengalami gangguan psikologis saat memasuki waktu pensiun. Stress, depresi, tidak bahagia merasa kehilangan harga diri dan kehormatan adalah beberapa hal yang dialami oleh mereka yang terkena post-power syndrome (Puspasari, 2013)

Uraian di atas dapat diinterpretasi bahwa bagi seseorang yang memasuki masa pensiun akan membutuhkan waktu untuk merubah orientasi kehidupannya dari suasana bekerja ke suasana waktu luang yang panjang. Masa pensiun, khususnya di Indonesia merupakan masa yang akan menimbulkan gejala psikologis mengingat ketika seseorang berusia 55 tahun ia harus memasuki masa pensiun. Hal ini menyebabkan timbulnya gejala psikologi, yaitu suatu perasaan yang ditandai dengan emosi yang tidak stabil, mudah tersinggung dan marah, serta sering berada dalam keadaan gelisah dan cemas (Puspasari, 2013)

Pada masa pensiun idealnya seseorang dapat merasakan ketenangan karena telah mencapai titik puncak karirnya dalam bekerja. Individu tidak lagi menanggung tanggung jawab dan kewajiban pekerjaan yang diberikan oleh instansi atau tempat seseorang bekerja. Dengan demikian seharusnya individu dapat merasakan perasaan yang tenang, damai, lega, rileks serta emosi-emosi positif lainnya (Lesmana, 2014).

Meski begitu pada kenyataannya masa pensiun kerap kali dianggap sebagai kenyataan yang tidak menyenangkan terlebih bagi individu yang terbiasa untuk bekerja. Hal ini dikarenakan individu akan mengalami perubahan drastis dalam hidupnya, baik dari segi pendapatan ekonomi, aktivitas sehari-hari, dan lingkungan sosial yang juga akan berubah, hal ini dapat menimbulkan kecemasan dalam diri individu (Safitri, 2013).

Menurut Horney (dalam saragih, 2019) faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya kecemasan menghadapi masa pensiun itu sendiri terbagi menjadi dua

yaitu faktor eksternal yang meliputi penolakan sosial, kritikan dari orang lain, dan situasi lingkungan, sedangkan faktor internal meliputi perasaan tidak mampu, tidak percaya diri, perasaan bersalah, kecerdasan emosi, dan penerimaan terhadap diri sendiri.

Pada penelitian ini dari berbagai variabel yang mempengaruhi kecemasan menghadapi masa pensiun peneliti tertarik untuk meneliti variabel kecerdasan emosi pada karyawan. Peneliti berasumsi kecerdasan emosi sebab kecerdasan emosi sangat dibutuhkan oleh seseorang kala mengalami sesuatu permasalahan yang mungkin memunculkan tekanan atau kecemasan untuk orang tersebut. yang menyatakan bahwa kecerdasan emosi diperlukan oleh seseorang ketika menghadapi suatu masalah yang dapat menimbulkan tekanan atau kecemasan bagi orang tersebut.

Kecerdasan Emosional adalah salah satu faktor yang mempengaruhi kinerja karyawan. Adapun menurut (Daud, 2012) kecerdasan emosional (emotional intelligence) adalah kemampuan untuk mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dalam hubungan dengan orang lain. Seperti kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, keterampilan sosial.

Perkebunan Nusantara IV adalah perusahaan yang bergerak pada bidang usaha agroindustri. PTPN IV mengusahakan perkebunan dan pengolahan komoditas kelapa sawit dan teh yang mencakup pengolahan areal dan tanaman, kebun bibit dan pemeliharaan tanaman menghasilkan,

pengolahan komoditas menjadi bahan baku berbagai industri, pemasaran komoditas yang dihasilkan dan kegiatan pendukung lainnya. PTPN IV memiliki 30 Unit Usaha yang mengelola budidaya Kelapa Sawit dan 1 Unit Usaha yang mengelola budidaya Teh dan 1 Unit Kebun Plasma Kelapa Sawit, serta 1 Unit Usaha Perbengkelen (PMT Dolok Ilir) yang menyebar di 9 Kabupaten, yaitu Kabupaten Langkat, Deli Serdang, Serdang Bedagai, Simalungun, Asahan, Labuhan Batu, Padang Lawas, Batubara dan Mandailing Natal.

Kehadiran masa pensiun bukanlah keadaan tiba-tiba tetapi suatu waktu yang dapat diketahui sebelumnya. Justru seseorang merasa lebih sehat karena tidak adanya stress terkait dengan perasaan hilangnya pekerjaan (suadirman, 2011). Orang justru merasa lega terbebas dari pekerjaan, dan menerima dengan lapang dada hadirnya masa pensiun. Penelitian menunjukkan bahwa mereka yang lebih siap untuk pensiun memiliki sikap positif daripada mereka yang tidak.

Kenyataan yang dihadapi oleh seseorang yang akan pensiun pada dasarnya sama, pertama akan menghadapi masalah berkurangnya penghasilan dan ketidak sibukan kerja. Pada masa pensiun dirasakan sebagai ancaman terhadap kehidupan yang akan datang akibatnya banyak karyawan yang mengalami kecemasan menghadapi datangnya pensiun. Kecemasan ini dirasakan mulai dari beberapa tahun menjelang masa pensiun datang. Permasalahan yang terjadi merupakan untuk karyawan yang belum siap seluruhnya menghadapi pensiun. Ketidaksiapan mereka diwujudkan dengan timbulnya rasa takut, cemas dan

khawatir memikirkan hari-hari sehabis pensiun nantinya.

Karena dari ketidaksiapan mereka dipengaruhi oleh bermacam perihail, antara lain: keadaan ekonomi yang belum mapan, secara mental belum siap menerima pensiun, merasa masih sehat serta sanggup bekerja, berkurangnya pemasukan sehabis pensiun ditambah lagi ia merupakan satu-satunya tulang punggung keluarga dalam mencari kebutuhan keluarga serta isteri tidak bekerja. Kecemasan tersebut diwujudkan dengan terdapatnya perilaku menolak untuk dipensiunkan. Walaupun nanti ketika pensiun mendapatkan uang pensiun akan tetapi uang pensiun tersebut tidak sebesar daripada gaji mereka ketika dalam keadaan masih bekerja. Selain daripada itu, sewaktu mereka masih bekerja mereka memiliki jabatan, dan status namun saat pensiun mereka tidak mendapatkan nya lagi. takut atau tidaknya individu dikala mengalami masa pensiun banyak ditentukan oleh kecerdasan emosi. Kecerdasan emosi yang besar bisa memusatkan orang pada keadaan tidak takut, sebaliknya kecerdasan emosi yang rendah bisa memusatkan orang pada kondisi kecemasan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Penelitian ini menggunakan skala Likert. Kecemasan adalah gangguan perasaan seperti perasaan gelisah dan khawatir akan suatu hal yang tidak menyenangkan dan tidak jelas, dimana gangguan tersebut menjadi suatu ancaman bagi kehidupan seseorang terhadap gambaran masa depannya. Pengukuran kecemasan

menghadapi pensiun menggunakan skala yang disusun berdasarkan Faktor-faktor yang dikemukakan oleh Horney (dalam Saragih, 2019) yaitu perasaan tidak mampu, penolakan sosial, lingkungan dan tidak percaya diri.

Kecerdasan emosi atau *emotional intelligence* adalah kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain (empati) di lingkungan sekitarnya. Kecerdasan emosional disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Goleman (2015) yaitu Kesadaran diri, mengatur suasana hati, keterampilan sosial dan berempati.

Populasi pada penelitian berjumlah 62. Teknik pengumpulan sampel menggunakan *total sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan skala likert. Metode analisis data menggunakan korelasi *product moment*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis dengan metode analisis korelasi *r Product Moment*, diketahui bahwa ada Ada hubungan negatif antara kecemasan menghadapi pensiun dengan kecerdasan emosional, yaitu dengan asumsi semakin tinggi kecemasan menghadapi pensiun, maka semakin rendah kecerdasan emosional yang dimiliki karyawan tersebut, Begitu pula sebaliknya. Nilai $r_{xy} = -0,411$ dengan signifikan $p = 0.000 < 0,05$. Artinya bahwa ada hubungan negatif antara kecemasan menghadapi pensiun dengan kecerdasan emosional karyawan dan hubungan tersebut dapat dilihat dari koefisien F sebesar 1,508 dengan tingkat signifikan 0,000 dan linearitas. Dengan demikian hipotesis yang diajukan peneliti dalam penelitian ini diterima.

Kecemasan adalah keadaan emosional yang tidak menyenangkan, berupa respon psikofisiologis yang timbul pada diri seseorang sebagai antisipasi bahaya yang tidak nyata atau khayalan terhadap suatu keadaan (Aris munandar,2019)

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk menyadari emosi dan perasaannya sendiri di samping mengerti apa yang dirasakan oleh orang lain, memiliki kemampuan untuk mengendalikan emosinya, serta menggunakan perasaannya dalam berpikir dan bertindak laku. Tingkat kecerdasan emosi anak yang tinggi akan memudahkan mereka dalam menjalani proses belajar di lingkungan luas (Goleman, 2010).

Menghadapi masa pension semakin tinggi kecerdasan emosi yang dimiliki oleh seseorang Pada masa pensiun idealnya seseorang dapat merasakan ketenangan karena telah mencapai titik puncak karirnya dalam bekerja. Individu tidak lagi menanggung tanggung jawab dan kewajiban pekerjaan yang diberikan oleh instansi atau tempat seseorang bekerja. Dengan demikian seharusnya individu dapat merasakan perasaan yang tenang, damai, lega, rileks serta emosi-emosi positif lainnya (Lesmana, 2014). Meski begitu pada kenyataannya masa pensiun kerap kali dianggap sebagai kenyataan yang tidak menyenangkan terlebih bagi individu yang terbiasa untuk bekerja. Hal ini dikarenakan individu akan mengalami perubahan drastis dalam hidupnya, baik dari segi pendapatan ekonomi, aktivitas sehari-hari, dan lingkungan sosial yang juga akan berubah, hal ini dapat menimbulkan kecemasan dalam diri individu (Safitri, 2013).

Secara tidak langsung orang yang mempunyai kecerdasan emosi memiliki keahlian bertahan serta berupaya dikala orang lain mengalami kecemasan, berupaya

mencari jalan keluar, tidak cuma diam, tetapi berupaya untuk mengatasi permasalahan yang sedang dialami. Kecerdasan emosi sanggup membuat orang berpikir lebih positif tentang diri sendiri. Perihal ini membuat orang yang memiliki kecerdasan emosi besar tidak menghadapi takut yang berlebihan menjelang masa pensiunnya. Sebaliknya orang yang mempunyai kecerdasan emosi rendah, yaitu orang yang tidak mampu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain, akan sulit mengendalikan emosinya agar tidak terlalu tinggi dan sulit mengarahkannya ke hal-hal yang positif, sehingga mempunyai tingkat kecemasan yang lebih tinggi.

Berdasarkan koefisien determinan (r^2) dari hubungan di atas adalah sebesar 0,169 hal ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional mempengaruhi kecemasan menghadapi pensiun sebesar 16,9%. Artinya semakin tinggi kecemasan menghadapi pensiun maka semakin rendah kecerdasan emosional karyawan. Sedangkan 83,1% adanya kemungkinan faktor lain yang memiliki kontribusi selain kecerdasan emosional yaitu penolakan social, kritikan, situasi lingkungan, perasaan tidak mampu, tidak percaya diri dan perasaan bersalah. Dari hasil penelitian yang dilakukan peneliti dapat diketahui bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi pensiun.

Hal ini diperkuat oleh pendapat Horney (dalam Saragih, 2019) yang menyatakan bahwa kecerdasan emosional adalah salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi pensiun pada karyawan. Dari pengertian tersebut adanya hubungan kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi pensiun. Kecerdasan emosional

dapat mempengaruhi kecemasan menghadapi pensiun dengan artian bahwa karyawan yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi tidak akan merasa takut akan apa yang terjadi dengan dirinya dikemudian hari yang dalam hal ini adalah masa pensiun. Para karyawan merasa bahwa masa pensiun itu mau tidak mau memang akan terjadi dan harus di hadapi, sehingga bagi mereka ya jalani saja karna memang tidak bisa dihindari dan berpikir positif bahwa hidup akan terus berjalan dan nikmati saja masa tua.

Berdasarkan hasil penelitian rata – rata empirik kecerdasan emosional adalah 65,903. Sedangkan rata – rata hipotetik sebesar 70,00. Hal ini menunjukkan bahwa rata – rata empirik lebih rendah dari rata – rata hipotetik, dimana kecerdasan emosional tergolong sedang cenderung rendah. Variabel kecemasan rata – rata empirik sebesar 29,64, sedangkan rata – rata hipotetik kecemasan sebesar 27,50. Hal ini menunjukkan bahwa rata – rata empirik lebih tinggi dari rata – rata hipotetik, dimana kecemasan tergolong sedang cenderung tinggi.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan Danar (2014) Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif dan sangat signifikan antara kecerdasan spiritual dengan kecemasan menghadapi masa pensiun. Nilai korelasi yang diperoleh dari penelitian ini sebesar -0,734 dengan nilai p sebesar 0,000. Hal ini menandakan adanya hubungan kearah negatif yang sangat signifikan antar kecerdasan spiritual dengan kecemasan menghadapi masa pensiun. PNS akan memiliki tingkat kecemasan menghadapi pensiun yang rendah ketika memiliki

tingkat kecerdasan spiritual yang tinggi, begitu pula sebaliknya

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pemahasan yang telah dibuat, maka dapat disimpulkan hal – hal sebagai berikut :

Terdapat hubungan negatif antara kecemasan dengan kecerdasan emosi di PTPN IV kebun Marihat dimana $r_{xy} = -0.411$ dengan signifikan $p = 0.000 < 0.05$ Artinya hipotesis yang diajukan semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin rendah kecemasan pada karyawan yang akan pensiun di PTPN IV kebun Marihat dinyatakan diterima.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, sumbangan efektif yang diberikan kecemasan dengan Kecerdasan emosional sebesar 16,90%, Sementara itu 83,1% lainnya dipengaruhi oleh sisanya dari faktor yang tidak di ungkap dalam penelitian

Secara umum hasil penelitian ini menyatakan bahwa kecemasan tergolong rendah dan kecerdasan emosi tergolong baik (tinggi). Hal ini didukung oleh nilai rata-rata empirik kecemasan 9.64 dan nilai rata-rata hipotetiknyanya = 27,500 dan nilai SD nya = 3.866 .untuk rata empirik kecerdasan emosi = 65.903 sedangkan rata-rata hipotetiknyanya 70,000 dan nilai SD nya = 14.265

Berpedoman pada hasil penelitian diatas yang menyatakan bahwa para karyawan memiliki kecemasan yang tinggi dalam menghadapi masa pensiun untuk itu peneliti menyarankan agar

UCAPAN TERIMAKASIH

1. Yayasan Haji Agus Salim Universitas Medan Area
2. Prof. Dr. Dandan Ramdan, M.Eng, M.Sc Rektor Universitas Medan Area.

3. Ibu Dr. Hj. Risydah Fadillah, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
4. Bapak Zuhdi Budiman, S.Psi, M.Psi selaku dosen pembimbing, yang dengan sabar memberikan bimbingan dan arahan dalam proses menyelesaikan skripsi ini.
5. Para dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan memotivasi peneliti sehingga dapat memperlancar penyelesaian proposal ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aris munandar, A., Suharyono, S., & Aryani, A. (2019). *Hubungan Tingkat Kecemasan Pasien Dengan Tindakan Pencabutan Gigi Di Poli Gigi Puskesmas* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
- Goleman, Daniel (2015). *Emotional Intelligence : Kecerdasan emosional mengapa EI lebih penting daripada IQ*, Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama. Concordville: Soundview
- Lesmana, D. (2014). *Kecerdasan spiritual dengan kecemasan menghadapi masa pensiun*. Jurnal Psikologi Terapan. 02(01). 168-183.
- Puspasari, Y.(2013). Hubungan antara Dukungan Sosial Teman dengan Tingkat Depresi pada Lanjut Usia di Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta. eprints.undip.ac.id.
- Rahmat, A. (2016). Post-Power Syndrome dan Perubahan Perilaku Sosial Pensiunan Guru. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(1), 77-94.

saragih, s. r. (2019). *HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL MENGHADAPI PENSIUN*. MEDAN: Skripsi.

Suardiman. S.P. (2011). Psikologi usia lanjut. Yogyakarta. Gadjah Mada University Press.

