

**PERBEDAAN KECEMASAN MENGHADAPI PENSIUN DI TINJAU DARI  
TIPE KEPERIBADIAN EKSTROVERT DAN INTROVERT  
PADA PEGAWAI DI PT.PLN BINJAI**

**SKRIPSI**

*Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan*

*Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi*

*Universitas Medan Area*

**Oleh :**

**DONNY BIMA ATMAJA**

**12.860.0073**



**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**MEDAN**

**2017**

**LEMBAR PERSETJUAN**

**JUDUL SKRIPSI** : PERBEDAAN KECEMASAN MENGHADAPI  
PENSIUN DITINJAU DARI TIPE  
KEPRIBADIAN EKSTROVERT DAN  
INTROVERT PADA PEGAWAI PT. PLN BINJAI  
**NAMA** : DONNY BIMA ATMAJA  
**NPM** : 12.860.0073  
**BAGIAN** : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

MENYETUJUI

Komisi Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing II

(Dr. Nefi Darmayanti, M.Si)

(Laili Alfita, S.Psi, M.M M.Psi)

MENGETAHUI

Kepala Bagian

Dekan



(Laili Alfita, S.Psi, M.M, M.Psi)



(Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd)

Tanggal Lulus

1 November 2017

**LEMBAR PENGESAHAN**

**DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI FAKULTAS  
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA DAN DITERIMA UNTUK  
MEMENUHI SEBAGIAN DARI SYARAT GUNA MEMPEROLEH GELAR  
SARJANA (S1) PSIKOLOGI**

Pada Tanggal

1 November 2017



**MENGESAHKAN**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**DEKAN**

**(Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd)**

**DENGAN PENGUJI**

1. Andy Chandra S.Psi, M.Psi, Psikolog
2. Zuhdi Budiman S. Psi, M.Psi
3. Dr. Nefi Darmayanti, M.Si
4. Laili Alfita, S.Psi, M.M, M.Psi

**Tanda Tangan**

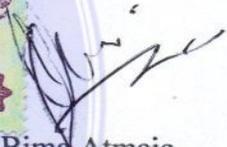
## LEMBAR PERNYATAAN

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

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

Medan, 1 November 2017



  
Donny Bima Atmaja

12.860.0073

**PERBEDAAN KECEMASAN MENGHADAPI PENSIUN DITINJAU DARI  
TIPE KEPERIBADIAN EKSTROVERT DAN INTROVERT PADA PEGAWAI  
PT PLN BINJAI**

Oleh:

**DONNY BIMA ATMAJA  
128600073**

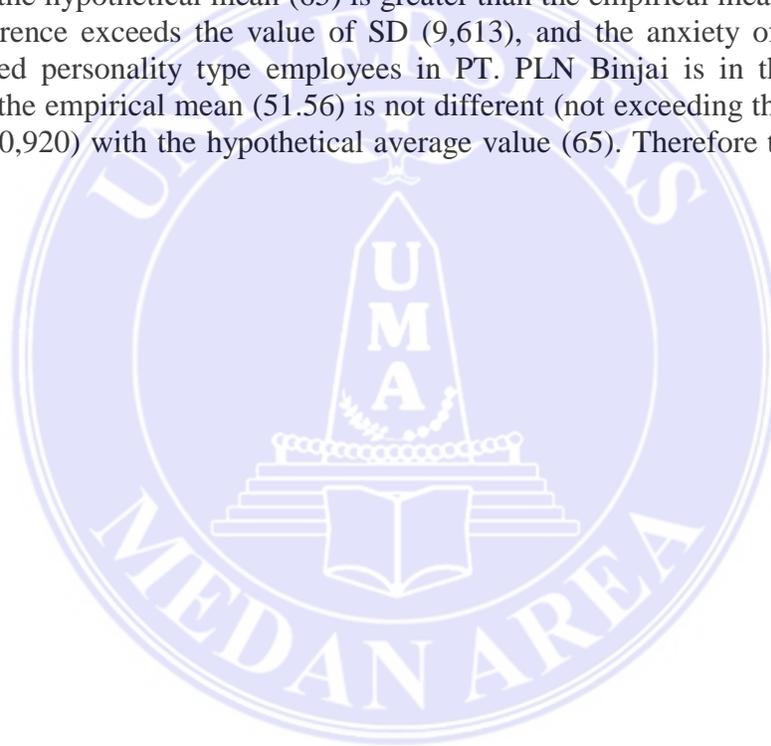
**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kecemasan menghadapi pensiun ditinjau dari tipe kepribadian ekstrovert dan introvert pada pegawai PT. PLN Binjai. Kecemasan merupakan pengalaman emosional yang bersifat subjektif, yang dirasakan sebagai suatu yang tidak menyenangkan dan sumbernya tidak diketahui dengan jelas. Penelitian menggunakan metode penelitian kuantitatif. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ialah *total sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 65 orang. Dari 65 subjek diketahui bahwa ada 26 orang memiliki kepribadian ekstrovert dan yang memiliki kepribadian introvert berjumlah 39 orang. Metode analisis data yang digunakan ialah metode analisis varian 1 jalur. Hasil analisa data diperoleh kecemasan menghadapi pensiun antara tipe kepribadian ekstrovert dan introvert dengan nilai  $p = 0,153$  dengan  $p > 0,05$ , artinya tidak ada perbedaan kecemasan menghadapi pensiun ditinjau dari tipe kepribadian ekstrovert dan introvert pada pegawai. Tidak ada perbedaan tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti kepribadian, cara pandang dan pola pikir individu yang keliru. Selanjutnya dengan melihat nilai rata-rata diketahui bahwa pegawai tipe kepribadian ekstrovert memiliki kecemasan menghadapi pensiun yang lebih tinggi dengan nilai rata-rata 9.613 dibandingkan dengan pegawai tipe kepribadian introvert dengan nilai rata-rata 10.920. kemudian hasil perhitungan mean empirik & mean hipotetik diperoleh bahwa kecemasan menghadapi pensiun pada pegawai tipe kepribadian ekstrovert dan introvert di PT. PLN Binjai berada pada kategori tinggi sebab mean hipotetik (65) lebih besar dari mean empirik (55,38), dimana selisihnya melebihi nilai SD (9,613), dan kecemasan menghadapi pensiun pada pegawai tipe kepribadian introvert di PT. PLN Binjai berada pada kategori rendah sebab mean empirik (51,56) tidak berbeda (tidak melebihi bilangan SD atau SB (10.920) dengan nilai rata-rata hipotetik (65). Oleh karena itu hipotesis ditolak.

**Abstract**

This study aims to determine the differences in anxiety facing retirement in terms of extroverted personality type and introvert on employees of PT. PLN Binjai. Anxiety is a subjective, emotional experience, perceived as unpleasant and the source unknown. The research used quantitative research method. The sampling technique in this research is total sampling, with the total sample is 65 people. Of the 65 subjects known that there are 26 people have extroverted personality and who have introvert personality amounted to 39 people. The method of data analysis used is 1 lane variance

analysis method. The result of data analysis got anxiety facing pension between extrovert and introvert personality type with value  $p = 0,153$  with  $p > 0,05$ , meaning there is no difference of anxiety facing pension in terms of extrovert personality type and introvert at employee. None of these differences can be influenced by various factors such as the personality, worldviews and mindset of the wrong individual. Furthermore, by looking at the average value it is known that extrovert personality type employees have anxiety facing higher pensions with an average grade of 9,613 compared with employees of introverted personality types with an average grade of 10,920. then result of calculation of empirical mean & hypothetical mean obtained that anxiety face pension at employee of extrovert and introvert personality type at PT. PLN Binjai is in the high category because the hypothetical mean (65) is greater than the empirical mean (55,38), where the difference exceeds the value of SD (9,613), and the anxiety of retiring on the introverted personality type employees in PT. PLN Binjai is in the low category because the empirical mean (51.56) is not different (not exceeding the number of SD or SB (10,920) with the hypothetical average value (65). Therefore the hypothesis is rejected.



## **KATA PENGANTAR**

*Bismillahirrahmanirrahim*

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh. Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya berupa kelancaran, kemudahan, kekuatan serta kesabaran kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya. Serta shalawat dan salam saya limpahkan kepada Nabi Muhammad SAW.

Penulis menyadari bahwa keberhasilan dalam penyelesaian skripsi ini tak lepas dari ridho Allah SWT, serta bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik dari semasa perkuliahan maupun sampai selesainya skripsi ini. Serta pihak yang memberikan bantuan serta dukungan baik secara aktif maupun pasif. Maka itu sudah sepantasnya penulis mengucapkan ribuan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Yayasan H. Agus Salim Universitas Medan Area
2. Bapak Prof. Dr. H. Ali Ya'kub Matondang, M.A selaku Rektor Universitas Medan Area.
3. Bapak Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah banyak membantu dan membimbing serta memberikan kemudahan kepada peneliti dalam proses pengerjaan skripsi ini.
4. Ibu Dr. Nefi Darmayanti, M.Si, selaku pembimbing I yang telah membantu dan membimbing peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih sudah meluangkan waktu dan selalu memberikan saran dan kritik, serta masukan

yang sangat luar biasa dari awal pembuatan skripsi ini hingga selesainya pengerjaan skripsi ini.

5. Ibu Laili Alfita, S.Psi, M.Psi, MM, selaku mentor dan pembimbing II, yang telah banyak membantu dan membimbing peneliti dalam penyelesaian skripsi ini. Terima kasih banyak kepada Ibu sudah meluangkan waktu dan memberikan kritik, saran, nasehat, serta masukan-masukan yang sangat luar biasa dari awal pembuatan skripsi ini hingga selesainya pengerjaan skripsi ini.
6. Andy Chandra S.Psi, M.Psi, selaku ketua sidang yang memberikan banyak nasehat, masukan serta saran untuk lebih menyempurnakan skripsi ini.
7. Zuhdi Budiman S.Psi, M.Psi, selaku sekretaris sidang yang telah meluangkan waktunya untuk sidang peneliti.
8. Para dosen pengajar Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah memberi serta membagi ilmunya dengan peneliti.
9. Seluruh staf dan pegawai Tata Usaha Universitas Medan Area yang telah memberikan bantuan, kemudahan, informasi serta membantu dalam proses pemuatan surat izin penelitian yang sangat membantu peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.
10. Teristimewa yang sangat berharga, tersayang, tercinta dan terkasih kepada kedua orangtua saya Ayahanda Ir. H. Fahrul Rizal yang telah memberi dukungan baik moril dan materil, yang memberikan semangat tiada habis-habisnya untuk menyelesaikan skripsi ini serta kepada Ibunda Hj. Hildani, S.E yang telah menyemangati serta mendoakan kelancaran penyelesaian skripsi ini.

11. Seluruh pegawai PT.PLN Binjai yang telah meluangkan waktunya dan memberikan kesempatan kepada peneliti dalam proses pengambilan data.
12. Saudara-saudara yang terlahir dalam satu keluarga; Abang Oki Ridha Pratama, Adik Belinda Rizky Amelia dan Fariz Kusuma Wardhana, terima kasih atas motivasi dan dukungan dari kalian.
13. Yang Terkasih Henny Wahyuni S.Psi yang telah memberikan semangat, bantuan, dukungan, yang selalu setia mendengarkan keluh dan kesah penulis sehingga selesainya skripsi ini.
14. Stambuk 2012 yang telah memberikan kebahagiaan dan keceriaan semasa dibangku kuliah terima kasih atas dukungan dan semangat kalian selama ini hingga selesainya skripsi ini.

Tanpa bantuan mereka semua, skripsi ini tidak akan terselesaikan dan semoga pengorbanan dan jasa yang diberikan kepada penulis akan mendapatkan imbalan yang setimpal dari Allah SWT. Amin.

Walaupun demikian, penulis masih menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna baik dari isi maupun tata penulisannya. Maka dari itu penulis memohon maaf. Semoga skripsi ini memberikan banyak manfaat bagi orang yang membacanya. Amin.

Medan, 1 November 2017

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>iv</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN ABSTRAK .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB II LANDASAN TEORI.....</b>	<b>10</b>
A. Pensiun.....	10
1. Pengertian Pensiun.....	10
2. Stase pensiun.....	11
3. Pensiun Gaya Hidup.....	13
B. Kecemasan .....	16
1. Pengertian Kecemasan .....	16
2. Jenis-jenis Kecemasan .....	18
3. Gejala-gejala Kecemasan .....	20
4. Faktor-faktor penyebab Kecemasan.....	21
5. Aspek-aspek Kecemasan.....	21
6. Ciri-ciri Kecemasan .....	22
C. Kecemasan Menghadapi Pensiun.....	23
1. Pengertian Kecemasan Menghadapi Pensiun.....	23
2. Faktor-faktor Kecemasan Menghadapi Pensiun .....	25
D. Tipe Kepribadian.....	26

1. Pengertian Kepribadian.....	26
2. Pengertian Kepribadian Ekstrovert .....	28
3. Pengertian Kepribadian Introvert .....	30
4. Ciri-ciri Kepribadian Ekstrovert dan Inrovert.....	31
5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepribadian .....	31
E. Perbedaan Kecemasan Menghadapi Pensiun ditinjau dari Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert.....	32
F. Kerangka Konseptual .....	35
G. Hipotesis.....	35
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>36</b>
A. Tipe Penelitian .....	36
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	36
C. Definisi Variabel Penelitian.....	37
D. Populasi.....	38
1. Populasi Penelitian.....	38
2. Sampel Penelitian.....	38
E. Teknik Pengumpulan data.....	39
F. Validitas dan Reliabilitas.....	40
1. Validitas Alat Ukur .....	40
2. Reliabilitas Alat Ukur .....	41
G. Metode Analisa Data.....	42
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>43</b>
A. Orientasi Kanchah dan Persiapan Penelitian.....	43
1. Sejarah Perusahaan.....	43
2. Persiapan Penelitian .....	47
a. Persiapan Administrasi.....	47
b. Persiapan Alat Ukur Penelitian .....	48
3. Uji Coba Alat Ukur Penelitian .....	52
B. Pelaksanaan Penelitian .....	54
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian .....	55
1. Uji Asumsi .....	56
a. Uji Normalitas Sebaran.....	56
b. Uji Homogenitas .....	57
2. Hasil Penghitungan Analisis 1 Jalur .....	57
3. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	58
a. Mean Hipotetik.....	58
b. Mean Empirik.....	58
c. Kriteria .....	59
D. Pembahasan.....	60
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>62</b>
A. Simpulan .....	62
B. Saran.....	63



## DAFTAR TABEL

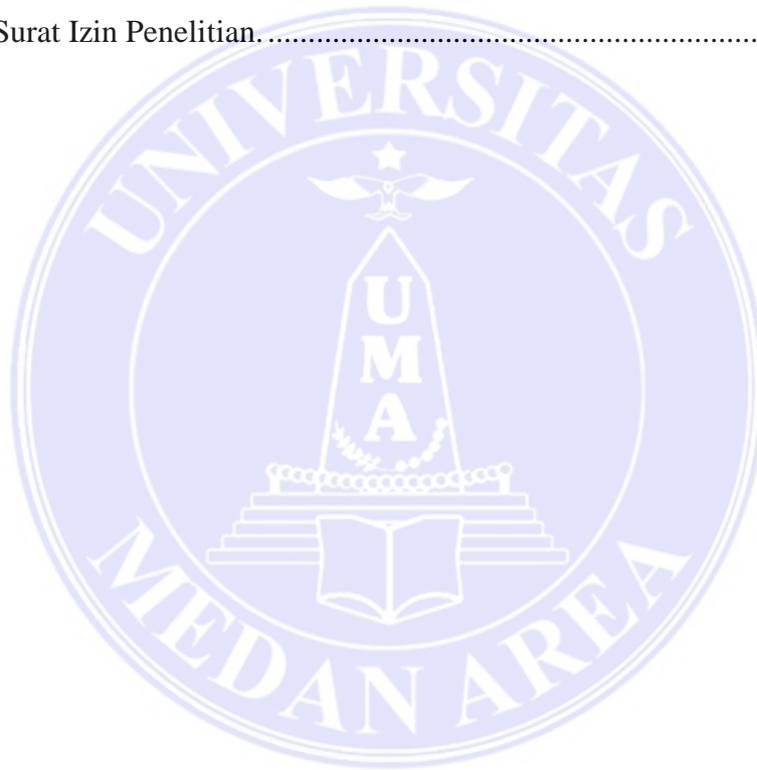
Tabel 1: Distribusi Penyebaran Butir butir Pernyataan Skala Kecemasan Menghadapi Pensiun Sebelum UjiCoba.....	49
Tabel 2: Angket Screening Tipe Kepribadian.....	51
Tabel 3: Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Kecemasan Menghadapi Pensiun Setelah UjiCoba.....	54
Tabel 4: Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	57
Tabel 5: Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Homogenitas Varians.....	57
Tabel 6: Rangkuman Hasil Analisis 1 Jalur.....	58
Tabel 7: Rangkuman Hasil Perhitungan Nilai Rata-Rata Hipotetik dan Empirik.....	59



## DAFTAR LAMPIRAN

### Lampiran

A. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	67
B. Uji Normalitas.....	72
C. Uji Homogenitas .....	83
D. Skala Ukur Penelitian.....	88
E. Data Try Out Terpakai .....	93
F. Surat Izin Penelitian.....	99



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Bekerja merupakan salah satu aktifitas manusia, walaupun bekerja tidak hanya menghasilkan uang, tetapi bekerja memberikan status individu dan individu dapat berinteraksi sosial dengan lingkungan sekitarnya. Tetapi pada kenyataannya bekerja tidak akan berlangsung selamanya, karena ada batasan usia tertentu dalam bekerja yang disebut dengan masa pensiun.

Pensiun merupakan masa ketika seseorang diberhentikan dari pekerjaannya sesuai dengan batas usia pensiun yang telah ditetapkan dalam aturan pensiun yaitu usia 55-70. Usia 56 tahun masuk dalam kategori madya lanjut. Di tahap ini sebenarnya seseorang masih cukup produktif namun kenyataannya mereka harus tetap memasuki masa pensiun. Penetapan pernyataan tersebut sebagaimana diungkapkan oleh pendapat Stuart (dalam Safitri, 2013). Batasan usia pensiun biasanya berkisar antara 55-70 tahun menurut Stuart (dalam Safitri, 2013). Akan tetapi batasan usia tergantung dari kebijakan perusahaan perusahaan itu sendiri. Data statistik kesejahteraan rakyat menunjukkan populasi usia lanjut di Indonesia diproyeksikan antara tahun 1990-2023 akan naik 414%, suatu angka tertinggi di seluruh dunia, dan pada tahun 2020 Indonesia akan berada pada urutan keempat dalam jumlah usia lanjut terbanyak sesudah China, India, dan Amerika Serikat (dalam Safitri, 2013).

Schwartz (dalam Hurlock, 1980) berkata bahwa pensiun dapat merupakan akhir pola hidup atau masa transisi ke pola hidup baru. Pensiun selalu menyangkut perubahan peran, perubahan keinginan dan nilai, dan perubahan secara keseluruhan terhadap pola hidup setiap individu.

Pegawai yang dalam menghadapi pensiun biasanya mengalami kecemasan. Selama ini sering terjadi bahwa orang-orang yang pensiun bukannya bisa menikmati masa tuanya dengan santai, tetapi mereka justru mengalami kecemasan dalam dirinya sehingga kecemasan itu bisa membuat semangat kerja pegawainya menjadi menurun. Permasalahan yang cukup berat tersebut dapat membawa kondisi psikologis yang tertekan dan tidak nyaman.

Bagi mereka yang belum siap menghadapi pensiun dan belum dapat menyesuaikan diri pada masa ini, akan mengalami kesulitan dalam menjalani masa pensiun, karena kehilangan hak-hak yang selama ini mereka nikmati seperti, upah, fasilitas, kedudukan atau jabatan, status sosial dan pekerjaan itu sendiri. Apalagi bagi mereka yang memiliki kedudukan penting pada suatu perusahaan atau organisasi. Biasanya orang yang mengalami kesulitan itu akan mengalami kecemasan, stress, atau depresi.

Oleh karena itu, perubahan yang terjadi sudah tentu akan mempengaruhi seseorang di dalam kehidupan yang sebelum ini orang-orang bekerja selalu merasa dihormati, dihargai dan mampu memberikan fasilitas dari hasil gaji. Akan tetapi selain itu tidak akan dapat dilakukan lagi setelah menghadapi masa pensiun. Sudah tentu hal ini mempengaruhi kecemasan didalam diri para pegawai. Pegawai yang mengalami kecemasan dalam menghadapi pensiun biasanya menjadi malas-

malas saat melakukan suatu pekerjaan. Reaksi cemas seseorang sering merubah sikap pegawai dari yang tadinya rajin bekerja menjadi malas dalam melakukan pekerjaannya, bersikap santai dan cenderung tidak peduli dengan pekerjaannya, serta sering membolos kerja dengan berbagai alasan.

Pada saat menghadapi pensiun ada gejala fisiologis yang sering muncul diantaranya mudah lelah ketika bekerja, jantung berdebar-debar, kepala pusing, kadang-kadang mengalami gangguan tidur. Sedangkan gejala psikologisnya yaitu rendah diri, tidak dapat memusatkan perhatian timbulnya perasaan kecewa sehingga dapat mempengaruhi interaksi dengan orang lain.

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 juga mempengaruhi pegawai dalam menghadapi masa pensiun, hal ini terlihat dari hasil wawancara dan observasi bahwasannya pegawai masih merasa khawatir menghadapi masa pensiun karena masih memiliki tanggung jawab seperti membiayai pendidikan untuk anak dan juga beberapa pegawai yang lain mengalami gangguan konsentrasi seperti kurang fokus pada bekerja.

Menurut Chaplin (dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia, 2002), Kecemasan diartikan sebagai kekuatiran, kegelisahan, ketakutan akan sesuatu yang akan terjadi. Itu juga berarti suatu perasaan takut, khawatir bahwa akan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan. Selanjutnya kecemasan menghadapi masa pensiun merupakan suatu perasaan tidak menyenangkan karena khawatir, bingung atau tidak pasti akan masa depannya yang timbul ketika individu akan memasuki

masa pensiun namun belum siap menerima kenyataan tersebut dengan segala akibatnya baik secara sosial, psikologis, maupun secara fisiologis (Hartati, 2002).

Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Hawari dalam (Yuliarti & Prabandini, 2014). Gejala-gejala kecemasan yang muncul antara lain, cemas, takut terhadap pikiran sendiri, raguan bimbang, menatap masa yang akan datang dengan perasaan khawatir, kurangnya rasa percaya diri, sering menyalahkan orang lain, mudah sekali tersinggung dan mudah marah, sering gelisah, tegang dan mudah terkejut, gangguan pola tidur dan sering mengalami mimpi buruk, gangguan konsentrasi dan daya ingat, serta keluhan somatik.

Hasil penelitian yang dilakukan di RSUD dr Soetomo ternyata ada 5 hingga 6 orang pegawai setiap harinya mendatangi poli jiwa dr Soetomo. Penyakitnya mulai beragam mulai dari gangguan cemas, depresi, hingga gangguan jiwa berat dan setengahnya adalah pegawai yang menjelang ataupun sudah pensiun. Pegawai yang menjelang masa pensiun memang hampir semua mengalami gangguan penyesuaian jika tidak segera tidak diberikan penanganan bisa menjadi depresi bahkan parahnya bisa menjadi gangguan jiwa berat. Setiap pegawai yang akan pensiun hampir semua mengalami gangguan penyesuaian diri karena perubahan hidup yang berharga dan dia harus menyesuaikan lagi dengan kebiasaan baru, namun itu tergantung dari kepribadian individunya atau dari lingkungan dan keluarganya (Lesmana, 2014).

Dalam hal ini kecemasan biasanya dikaitkan dengan karakteristik tertentu dari dalam diri seseorang, yaitu sifat kepribadian. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Erikson (dalam Wilson, 2009), kecemasan merupakan masalah kesehatan yang

biasanya dikaitkan dengan karakteristik tertentu dari dalam diri seseorang, yaitu sifat kepribadian. Sifat kepribadian digunakan untuk menggambarkan identitas diri, atau kesan umum tentang dia sendiri maupun orang lain berdasarkan bagaimana cara individu tersebut mengadakan orientasi terhadap dunia sekitarnya, manusia dibedakan menjadi dua yaitu introvert dan ekstrovert (Suryabrata, 2001). Dalam hal ini tentu terkait dengan tipe kepribadian Ekstrovert dan Introvert.

Tipe kepribadian ekstrovert merupakan bentuk orientasi energi psikis yang mengarah keluar. Orientasi seseorang dalam pengertian ini menurut Jung (dalam Suryabrata 2007) adalah energi psikis (*libido*) yang menaruh energi dalam aktifitas-aktifitas ekstern yang digunakan bagi kelancaran atau kelanjutan hidup, maka nilai-nilai seksual dan kegiatan-kegiatan aktif menjadi lebih penting dan merupakan pusat perhatian manusia. Eysenck (dalam Rianti dan Prabowo, 1998) menyatakan bahwa dalam penampilan tingkah laku tipe kepribadian introvert adalah orang yang pemalu, introveksi, suka menyendiri, tidak suka perangsangan dan sangat tenang dalam menghadapi persoalan serta menyukai keteraturan modal hidup.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurul Rosidah (dalam Pardosi, 2014), yang menguji hubungan antara tipe kepribadian dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause di desa Podorejo Sumbergempol Tulungagung didapatkan bahwa kepribadian ekstrovert akan mengalami kecemasan ringan, sedangkan wanita dengan tipe kepribadian introvert akan mengalami kecemasan sedang atau berat. Tipe kepribadian memiliki hubungan yang kuat dengan kecemasan.

Meninjau hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti terhadap pegawai yang akan pensiun PT. PLN Binjai menunjukkan gejala bahwa beberapa

pegawai mengalami kecemasan dan stress jika mereka memikirkan bahwa dirinya akan pensiun. Mereka menjadi malas-malasan saat melakukan suatu pekerjaan, dari yang tadinya rajin bekerja menjadi malas dalam melakukan pekerjaannya, cenderung tidak peduli dengan pekerjaannya, mengalami perubahan pada fisiknya seperti pusing, sakit perut (maag), tubuh lemas dan sering membolos kerja dengan karena sakit.

Hal ini sesuai dengan hasil wawancara peneliti pada 21 Desember 2016 dengan beberapa karyawan yang akan mengalami masa pensiun menunjukkan bahwa mereka mengalami kekhawatiran terkait masa pensiun yang akan mereka hadapi. Salah satu kekhawatiran terkait masa pensiun adalah masalah keuangan. Pada masa pensiun pendapatan akan berkurang dibandingkan pada masa bekerja, sementara kebutuhan yang harus dipenuhi semakin meningkat. Selain itu yang menjadi alasan mereka merasa khawatir dengan masa pensiun adalah terkait dengan masalah mengisi waktu. Beberapa karyawan yang akan mengalami masa pensiun merasa khawatir terkait bagaimana mereka mengisi waktu ketika sudah pensiun. Perasaan yang sudah terbiasa bekerja dan kemudian akan mengalami banyak diam dan tidak bekerja merupakan suatu yang tidak diinginkan dan dikhawatirkan oleh karyawan yang akan menghadapi masa pensiun tersebut.

Berdasarkan uraian diatas apakah ada perbedaan kecemasan menghadapi pensiun ditinjau dari tipe kepribadian ekstrovert dan introvert pada pegawai di PT. PLN Binjai. Oleh karena itu peneliti akan melakukan penelitian dengan judul: Perbedaan Kecemasan Menghadapi Pensiun ditinjau dari Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert pada Pegawai di PT. PLN Binjai.

## **B. Identifikasi Masalah**

Kecemasan adalah pengalaman emosional yang tidak mengembirakan yang dialami seseorang ketika rasa takut atau ancaman dari sesuatu yang tidak dapat ditentukannya dengan jelas. Selanjutnya Menurut Chaplin (dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia, (2002), Kecemasan diartikan sebagai kekuatiran, kegelisahan, ketakutan akan sesuatu yang akan terjadi. Itu juga berarti suatu perasaan takut, khawatir bahwa akan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan.

Adapun identifikasi masalah yang terdapat di PT PLN Binjai adalah kecemasan mempengaruhi pegawai dalam menghadapi masa pensiun, hal ini terlihat dari hasil wawancara dengan beberapa pegawai yang akan mengalami masa pensiun menunjukkan bahwa mereka mengalami kekhawatiran terkait masa pensiun yang akan mereka hadapi. Pada masa pensiun pendapatan akan berkurang dibandingkan pada masa bekerja, sementara kebutuhan yang harus dipenuhi semakin meningkat. Selain itu yang menjadi alasan mereka khawatir adalah beberapa pegawai merasa khawatir terkait bagaimana mereka mengisi waktu ketika sudah pensiun. Perasaan yang sudah terbiasa bekerja kemudian akan mengalami banyak diam dan tidak bekerja merupakan suatu yang tidak diinginkan dan dikhawatirkan oleh pegawai yang akan menghadapi masa pensiun tersebut.

## **C. Batasan Masalah**

Batasan masalah dalam penelitian ini adalah untuk mengkaji perbedaan kecemasan menghadapi pensiun ditinjau dari tipe kepribadian ekstrovert dan introvert. Dalam penelitian ini, sampel yang digunakan adalah pegawai yang akan pensiun di PT. PLN Binjai.

#### **D. Rumusan Masalah**

Rumusan dalam penelitian ini adalah apakah ada Perbedaan Kecemasan menghadapi Pensiun ditinjau dari Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert pada Pegawai di PT.PLN Binjai?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Perbedaan Kecemasan menghadapi Pensiun ditinjau dari Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert pada pegawai di PT. PLN Binjai.

#### **F. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan khususnya bidang psikologi, terutama yang berkaitan dengan psikologi perkembangan yang berhubungan dengan kecemasan pada pegawai. Penelitian ini juga diharapkan dapat bermanfaat dalam memperkaya bahan kepustakaan serta dapat dijadikan sebagai rujukan serta masukan bagi penelitian selanjutnya pada masa yang akan datang.

##### **2. Manfaat Praktis**

Sebagai informasi yang dapat digunakan oleh pegawai PT.PLN Binjai untuk mempersiapkan diri sebelum pensiun agar tidak mengalami psikosomatis dalam menghadapi pensiun.



## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Pensiun

##### 1. Pengertian Pensiun

Pensiun adalah seseorang yang sudah tidak bekerja lagi karena usianya sudah lanjut dan harus diberhentikan, ataupun atas permintaan sendiri (pensiun dini). Seseorang yang pensiun biasanya ada hak atas *dana pensiun* atau *pesangon*. Jika mendapat pensiun, maka ia tetap mendapatkan dana pensiun sampai meninggal dunia.

Schwartz (dalam Hurlock, 1980) berkata bahwa pensiun dapat merupakan akhir pola hidup atau masa transisi ke pola hidup baru. Pensiun selalu menyangkut perubahan peran, perubahan keinginan dan nilai, dan perubahan secara keseluruhan terhadap pola hidup setiap individu.

Menurut Turner & Helms (dalam Hakim, 2007), menjelaskan pensiun sebagai suatu akhir dari tugas suatu pekerjaan formal dan awal dari suatu peran baru dalam kehidupan, diantaranya berupa harapan perilaku selanjutnya dan bagaimana melakukan mendefinisi ulang (*redefini*) atas diri (*self*).

Masa pensiun tak hanya banyak waktu luang untuk diisi tetapi juga mengurangi perasaan dibutuhkan dan harga diri. Di satu sisi, para pensiunan berharap masih dapat melakukan tugas yang biasa dilakukan untuk mendapatkan kembali identitasnya, di sisi lain mereka juga berharap dapat menarik diri dari aktivitas yang menjadi rutinitas mereka selama bekerja (Desmita, 2007).

Berdasarkan pembahasan diatas mengenai pensiun maka dapat disimpulkan bahwa pensiun ialah seseorang yang tidak bekerja lagi dikarenakan usia yang sudah lanjut dan memang harus diberhentikan. Pensiun selalu menyangkut perubahan peran, perubahan keinginan dan nilai, dan perubahan secara keseluruhan terhadap pola hidup setiap individu.

## 2. Stase Pensiun

Pensiun bukanlah suatu tahap atau stase yang datang dengan tiba-tiba, melainkan suatu tahap yang telah melalui proses dengan berbagai fase. Proses dalam menuju pensiun itu, banyak yang masih kurang mengerti dan mengetahui bagaimana proses pensiun itu. Proses yang terjadi beserta stase-stasenya, tidak mutlak dialami oleh setiap individu, melainkan tergantung pada diri individu itu sendiri. Kecuali itu, setiap stase yang dialami oleh individu tidak selalu berurutan, dapat melompat. Idealnya, sebelum individu memasuki masa pensiun telah memahami dan mengerti bagaimana menyikapi pensiun, apa itu kebijakan pensiun dan faktor-faktor yang mempengaruhi keputusan pensiun. Sebagai pelengkap wawasan, berikut dikemukakan pendapat Robert Atchley dan juga pendapat Williamson, Monley dan Evans (dalam Hakim, 2007), yang mengemukakan beberapa stase dalam masa menjelang pensiun dan masa peniun itu sendiri, yaitu:

### 1. Stase Pra-Pensiun

Stase ini dibagi menjadi dua, yaitu *remote stage* ( jangka panjang) dan *near stage* ( jangka pendek). Stase ini sering kali disiapkan dengan program masa persiapan pensiun (*pre-retirement*) yang menuntut peran serta aktif dari individu

yang hendak pensiun dan keluarganya, sehingga individu dan keluarganya akan benar-benar siap saat masa pensiunnya tiba. Prediktor utama terhadap sikap pensiun yang paling sering digunakan adalah kesehatan fisik dan penghasilan.

## 2. *Stase Honeymoon*

Merupakan stase pertama saat individu benar-benar memasuki masa pensiun, seringkali ditandai dengan rasa *euforia* yang muncul karena merasakan adanya suatu kebebasan baru. Stase ini panjang pendeknya ditentukan oleh individunya sendiri serta bagaimana memanfaatkannya.

## 3. *Stase Disengagement (stase yang tidak menyenangkan)*

Stase ini dikatakan juga sebagai suatu stase pelepasan. Pada stase ini (terutama pada individu yang pernah menduduki jabatan yang tinggi) cenderung mengalami *post power syndrome*, dan tingkat kedalaman stase ini terkait dengan menurunnya kesehatan, keterbatasan finansial, dan kurang mengerti akan kondisi dirinya sendiri. Individu sering mengalami gangguan-gangguan dalam hubungan persahabatan (*relationship*).

## 4. *Stase Re-Orientation*

Individu yang memasuki masa pensiun dan tidak pernah mendapatkan batu sandungan atau hambatan, perlu melakukan re-orientasi untuk menyesuaikan diri terhadap situasi baru. Pada stase re-orientasi ini banyak pensiunan yang mampu berperan aktif berbagai kegiatan, sehingga dapat saling membantu dengan pensiunan lainnya secara formal maupun informal, misalnya dengan adanya organisasi *retired senior volunteer programe* (program sukarela pensiunan senior).

### 5. *Stase Stabilitas*

Istilah stabilitas dalam hal ini diartikan dengan adanya kejelasan kriteria atas keberhasilan individu dalam menghadapi perubahan yang terjadi. Stase ini dicapai oleh individu yang sudah mampu menetapkan pilihan-pilihan apa yang akan dikerjakan atau dilakukan pada saat dirinya pensiun, diikuti dengan pelaksanaan dan mampu menikmati kehidupan dan performansinya.

### 6. *Stase Terminasi*

Stase ini terjadi pada pensiunan yang disebabkan oleh sakit dan ketidakberdayaan atau ketidakmampuannya karena kondisi usia lanjut. Terjadi suatu peralihan peran ke individu yang sakit dan tidak mampu melakukan apa-apa lagi, kondisi ini terjadi tergantung pada kondisi fisik dan otonomi individu.

Berdasarkan dari pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwasannya pensiun memiliki tahapan-tahapan yaitu, stase pra-pensiun, stase honeymoon, stase disengagement, stase Re-orientation, stase stabilitas, stase terminasi.

## **3. Pensiun Gaya Hidup**

Perubahan status dalam diri pensiunan menjadikan individu juga melakukan perubahan dalam gaya hidupnya. Hanstein dan Wapner (dalam Hakim, 2007), menyebutkan 4 cara pandang individu dalam masa pensiun yang dapat mempengaruhi gaya hidupnya, yaitu:

1. *Transition to Old Age*, menjalani masa transisi dalam memasuki usia lanjut, ada perasaan bahwa pensive merupakan suatu masa dimana terjadi pelepasan

diri pada segala aktifitas, mereka akan sangat menikmati kondisi dan keadaan tersebut.

2. *New Beginning*, menganggap masa pensiun sebagai suatu masa datangnya kesempatan baru dalam kehidupan individu sehingga dapat mengembangkan hobi dan aktifitas lainnya yang selama ini dinikmati hanya kalau mempunyai waktu senggang.
3. *Continuation*, suatu masa dimana individu memiliki suatu kesempatan untuk melanjutkan aktifitasnya, baik dalam pekerjaan, hobi, dll lebih dikaitkan dengan keahliannya.
4. *Imposed Disruption*, sebagai suatu masa negatif, karena pensiun dipersepsi dengan kehilangan pekerjaan, teman-teman, dan hilangnya kesempatan untuk berkarya.

Turner dan Helms (dalam Hakim, 2007), menjelaskan beberapa penyesuaian yang dianjurkan untuk dilakukan oleh para pensiunan, meliputi :

1. Penyesuaian psikologis

Peralihan dari suatu kehidupan kerja yang mempunyai suatu identitas signifikan ke suatu kehidupan tanpa pekerjaan yang memiliki identitas, membutuhkan suatu penyesuaian psikologis yang cukup sulit. Penyesuaian psikologis yang baik berarti mampu mengembangkan suatu gaya hidup yang berkesinambungan antara masa kini dengan masa lalunya serta mampu memenuhi kebutuhan jangka panjangnya, kesuksesannya ditandai dengan adanya resolusi yang harmonis.

## 2. Penyesuaian penghasilan

Gambaran pertama individu yang pensiun adalah akan berkurangnya penghasilan mereka. Banyak pensiunan yang membutuhkan penghasilan lebih dari sekedar untuk hidup layak. Russel Ward (dalam Hakim, 2007), menemukan bahwa banyak para pensiunan yang merasakan ketidakstabilan keuangan pada awal kehidupan masa pensiunnya, mereka kebanyakan menghabiskan keuangannya untuk makan, perumahan, dan perawatan kesehatan. Individu yang mengalami masa pensiun, dan sudah memperhitungkan bahwa kondisi tersebut akan terjadi, keadaan itu tidak menjadi masalah yang cukup berarti baginya, ada hal lain yang tidak tergantung oleh nilai uang secara riil yang saat ini dapat dikerjakannya setelah memasuki masa pensiun.

## 3. Penyesuaian sosial

Pensiunan secara signifikan berhubungan dengan berkurangnya kontak sosial hubungan kerja, kompensasinya adalah dengan mempererat pertemanan (*friendship*). Individu dapat melihat sisi positif dan sisi negatif dari berhentinya kerja ini terhadap hubungan sosialnya.

Berdasarkan uraian diatas Pensiun Gaya Hidup memiliki 4 cara pandang yaitu, *Transition to Old Age*, *New Beginning*, *Continuation*, *Imposed Disruption*, dimana orang yang akan pensiun akan mengalami masa trransisi dari ia bekerja menjadin tidak bekerja, dan kemudian mereka melanjutkan hobi atau aktifitas setelah pensiun.

## **B. Kecemasan**

### **1. Pengertian Kecemasan**

Sepanjang kehidupan manusia lahir sampai menjelang kematian sering kali akan menghadapi kecemasan, ini merupakan hal yang wajar. Orang yang tidak mempunyai rasa cemas akan di golongkan abnormal, sebab tidak memiliki atau kehidupan rasa yang telah dianugerahkan Allah. Namun, apabila individu tidak bisa mengatur rasa cemasnya ini akan berubah menjadi stress yang berkepanjangan dan akan membahayakan jiwa serta menghambat kesuksesan.

Menurut Langgulung (1992), kecemasan adalah pengalaman emosional yang tidak menggembirakan yang di alami seseorang ketika rasa takut atau ancaman dari sesuatu yang tidak dapat ditentukannya dengan jelas. Hillgard (dalam Atkinson, 1996) berpendapat bahwa kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai oleh perasaan seperti kekhawatiran, keprihatinan dan rasa takut yang kadang-kadang kita alami dalam tingkatan berbeda-beda. Ketidakmampuan mengendalikan pikiran buruk yang berulang-ulang dan kecenderungan berpikir bahwa keadaan akan semakin memburuk merupakan ciri penting dari rasa cemas.

Menurut Chaplin (dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia, (2002), Kecemasan diartikan sebagai kekuatiran, kegelisahan, ketakutan akan sesuatu yang akan terjadi. Itu juga berarti suatu perasaan takut, khawatir bahwa akan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan.

Selanjutnya menurut Chaplin (dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia, 2002), kecemasan adalah perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan

mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut. Sedangkan menurut Sigmund Freud (dalam Corey, 1996), menyatakan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan tegang yang memotivasi untuk berbuat sesuatu.

Menurut Freud (dalam Langgulong, 1992), kecemasan adalah respon atau pengalaman emosional yang menyakitkan yang dialami seseorang terhadap berbagai alat-alat dalam yang tunduk di bawah jaringan syaraf bebas seperti jantung, alat pernapasan, kelenjar-kelenjar dan lain-lain.

Menurut Chaplin (dalam Wahyuni, 2014), berpendapat bahwa kecemasan merupakan perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai rasa-rasa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut.

Maramis (1995), berpendapat kecemasan berbeda dengan ketakutan. Kecemasan adalah tidak jelas atau tidak tahu takut terhadap apapun. Kecemasan tidak terikat pada suatu benda atau keadaan akan tetapi mengambang bebas.

Kartono (1981), membedakan antara ketakutan dan kecemasan. Ketakutan adalah rasa gentar atau rasa tidak berani terhadap sesuatu objek yang konkrit. Misalnya takut akan perampok, dan binatang buas. Sedangkan kecemasan adalah rasa ragu-ragu, gentar atau tidak berani pada hal-hal yang tidak konkrit, semu atau khayal, hal yang tidak jelas.

Meninjau beberapa pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan pengalaman emosional yang bersifat subjektif, yang dirasakan sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan dan sumbernya tidak diketahui

dengan jelas. Hal ini ditandai dengan adanya gejala fisiologis dan psikologis seperti rasa takut tanpa sebab yang jelas, tidak berdaya, khawatir dan gelisah.

## **2. Jenis-jenis Kecemasan**

Konsep-konsep kecemasan pada umumnya banyak dipengaruhi oleh teori perkembangan Sigmund Freud. Menurut Freud (dalam Suryabrata, 2007), kecemasan sebagai suatu tanda terhadap adanya keadaan yang membahayakan. Kecemasan yang mengganggu tersebut berusaha dihilangkan dengan cara penyesuaian diri yang efektif. Reaksi-reaksi yang dilakukan individu berbeda-beda. Manusia akan berusaha menghilangkan kecemasan dengan menggunakan “defense mechanism”.

Sigmund Freud (dalam Suryabrata, 2007), mengemukakan bahwa terdapat 3 jenis kecemasan, yaitu :

### **a. Kecemasan Realistis**

Kecemasan ini merupakan kecemasan atau rasa takut akan bahaya-bahaya nyata di dunia luar, seperti banjir, gempa, runtuhnya gedung-gedung. Kecemasan realistis ini merupakan yang paling pokok karena kedua kecemasan yang lain, kecemasan neurotis dan kecemasan moral berasal dari kecemasan yang realistis ini.

### **b. Kecemasan Neurotis**

Kecemasan neurotis dan kecemasan terhadap tidak terkendalinya naluri yang menyebabkan seorang melakukan tindakan yang bisa mendatangkan hukuman baginya.

Freud membaginya dalam 3 kelompok, yaitu :

1. Cemas Umum

Cemas ini merupakan yang sederhana karena tidak berhubungan dengan hal tertentu, yang terjadi hanyalah individu merasa takut dan perasaan tidak menentu.

2. Cemas Penyakit

Cemas ini mencakup pengalaman terhadap obyek atau situasi tertentu sebagai penyebab kadang merasa cemas karena takut akan terjadi hal lain, ketakutan ini merupakan ancaman.

1. Cemas dalam bentuk ancaman

Cemas dalam kategori ini adalah cemas yang menyertai gejala kejiwaan seperti hysteria misalnya, orang yang menderita gejala tersebut kadang-kadang tidak ingat apa-apa.

- c. Kecemasan Moral

Ketakutan terhadap hati nurani. Seseorang yang hati nuraninya berkembang dengan baik cenderung merasa berdosa jika melakukan sesuatu yang berlawanan dengan kode moral yang dimilikinya. Misalnya kecemasan terhadap perbuatan yang melanggar ajaran agama. Orang yang das *Uber-Ich*-nya (super ego atau aspek sosiologis) berkembang baik dengan cenderung untuk merasa berdosa apabila ia melakukan atau berpikir untuk melakukan sesuatu yang bertentangan dengan norma-norma moral. Kecemasan moral ini juga mempunyai dasar dalam realistik, karena di masa lampau orang telah mendapatkan hukuman sebagai akibat dari perbuatan yang melanggar kode moral dan mungkin akan mendapat hukuman lagi.

Dari teori diatas, dapat disimpulkan macam-macam kecemasan banyak dan jumlahnya melingkupi segala aspek kehidupan, manusia, misalnya cemas menghadapi masa depan, tidur yang terganggu sepanjang malam karena merasa rumahnya dibayangi maling, dan sebagainya serta kecemasan tak terikat yaitu tidak jelas barang dan keadaan apa yang ditakuti.

### **3. Gejala-gejala 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 padapenampilan yang berupa gejala-gejala fisik maupun mental. Gejala tersebut lebih jelas pada individu yang mengalami gangguan mental. Lebih jelas lagi bagi individu yang mengidap penyakit mental yang parah.

(dalam Nevid & Greene, 2005) mengklasifikasikan gejala-gejala kecemasan dalam tiga jenis gejala, diantaranya yaitu :

- a. Gejala fisik dari kecemasan yaitu : kegelisahan, anggota tubuh bergetar, banyak berkeringat, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, merasa lemas, panas dingin, mudah marah atau tersinggung.
- b. Gejala behaviorial dari kecemasan yaitu: berperilaku menghindar, terguncang, melekat dan dependen.
- c. Gejala kognitif dari kecemasan yaitu : khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang menakutkan akan segera terjadi,

ketakutanakan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, pikiran terasa bercampuraduk atau kebingungan, sulit berkonsentrasi.

Berdasarkan kesimpulan diatas gejala-gejala kecemasan memiliki tiga jenis gejala diantaranya, gejala fisik, gejala behaviorial, dan gejala kognitif.

#### **4. Faktor-faktor Penyebab Kecemasan**

Menurut Hall & Lindzey (dalam Prasojo, 2011), faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya kecemasan terbagi menjadi dua faktor, yaitu:

1. Faktor eksternal yang meliputi: Lingkungan sekitar individu, persaingan antara individu, penguasaan diri terhadap lingkungan, pengalaman dengan teman.
2. Faktor internal yang meliputi: Faktor kepribadian, dukungan dari keluarga, dukungan dari teman-teman, faktor religi dan emosi yang ditekan.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa ada dua hal penting yang dapat mempengaruhi kecemasan yaitu: faktor eksternal dan faktor internal.

#### **5. Aspek-aspek kecemasan**

Menurut Daradjat (dalam Faried & Nashori, 2012), aspek-aspek kecemasan terbagi menjadi dua bentuk, yaitu :

##### **a. Fisiologis**

Bentuk reaksi fisiologis berupa detak jantung meningkat, pencernaan tidak teratur, keringat berlebihan, ujung-ujung jari terasa dingin, sering buang air kecil, tidur nyenyak, kepala pusing, nafsu makan hilang dan sesak nafas.

b. Psikologis

Terbagi menjadi dua bentuk, yaitu:

1. Aspek kognitif

Termasuk dalam aspek ini adalah tidak mampu memusatkan perhatian.

2. Aspek afektif

Termasuk dalam aspek ini antara lain: takut, merasa dirinya akan ditimpa bahaya.

Dari uraian diatas Aspek kecemasna terbagi menjadi dua bagian yaitu, Fisiologis dan Psikologis. Dan Psikologis terbagi menjadi dua bentuk yaitu, Aspek Kognitif dan Aspek Afektif.

**6. Ciri-ciri Kecemasan**

Ciri-ciri kecemasan menurut (Nevid, 2003), adalah berupa:

1. Secara fisik meliputi kegelisahan, kegugupan, tangan dan anggota tubuh bergetar atau gemetar, banyak berkeringat, mulut atau kerongkangan terasa kering, sulit berbicara, sulit bernafas, jantung berdebar keras atau berdetak kencang, pusing, merasa lemas atau mati rasa, sering buang air kecil, merasa sensitif, atau mudah marah.
2. Secara behavioral meliputi perilaku menghindar, perilaku melekat dan dependent, perilaku terguncang.
3. Secara kognitif mengikuti khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu, atau ketakutan atau aphensi terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang mengerikan, akan segera terjadi tanpa penjelasan yang jelas, ketakutan akan kehilangan kontrol, ketakutan akan

ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, berpikir bahwa semuanya tidak bisa lagi dikendalikan, merasa sulit memfokuskan pikiran dan berkonsentrasi.

Dari uraian diatas ciri-ciri kecemasan terbagi menjadi 3 yaitu, Fisik, Behavioral, dan Kognitif. Fisik meliputi kegelisahan dan kegugupan, Behavioral meliputi perilaku menghindar, dan Kognitif meliputi khawatir akan sesuatu dan perasaan terganggu.

### **C. Kecemasan Menghadapi Pensiun**

#### **1. Pengertian Kecemasan Menghadapi Pensiun**

Menurut Sukmadinata (2003), kecemasan merupakan fenomena yang tidak asing bagi individu karena telah menjadi bagian dalam kehidupan manusia sehari-hari. Perasaan cemas ini merupakan perasaan yang tidak menyenangkan, mengganggu, dan menyakitkan bagi individu sehingga menjadi beban bagi individu yang mengalaminya dan menjadi hambatan bagi dirinya untuk menikmati hidup.

Selanjutnya menurut Sukmadinata (2003), rasa cemas menunjukkan keadaan tidak tentramnya hati karena khawatir terhadap sesuatu yang belum diketahui dengan pasti. Kecemasan dapat disebabkan oleh berbagai hal, salah satunya karena menghadapi satu kejadian yang menekan dan menegangkan. Adanya kejadian yang menekan dan menegangkan ini dapat memicu terjadinya kecemasan. Salah satu kejadian yang menekan adalah pada saat seseorang harus berhenti karena pekerjaannya karena pensiun.

Pensiun adalah hal yang tidak bisa dihindari bagi para pegawai baik yang berstatus tinggi maupun rendah. Menurut Utami (2000) pensiun merupakan situasi

yang tidak menyenangkan bagi individu yang menerimanya dan membuat merasa tertekan yang pada akhirnya muncul perasaan cemas ketika menghadapinya. Ia juga mengungkapkan bahwa kecemasan menghadapi pensiun akan lebih terasa pada orang yang memiliki ikatan emosional terhadap pekerjaannya atau merasa senang dan puas terhadap pekerjaannya.

Menurut Fletcher dan Hansone (1991), menjelaskan dengan tibanya pensiun, berarti berakhirnya karir di bidang pekerjaan yang membawa perubahan pada hidup seseorang. Untuk itu, individu yang menghadapi pensiun dituntut untuk berperilaku dengan cara-cara yang baru sehingga banyak hal yang harus dipelajari kembali. Hal ini tidak mudah karena situasi baru sering terasa asing, tidak pasti dan tidak jelas bagi seseorang sehingga menimbulkan perasaan cemas bagi individu yang mengalaminya.

Kecemasan menghadapi masa pensiun merupakan suatu perasaan tidak menyenangkan karena khawatir, bingung atau tidak pasti akan masa depannya yang timbul ketika individu akan memasuki masa pensiun namun belum siap menerima kenyataan tersebut dengan segala akibatnya baik secara sosial, psikologis, maupun secara fisiologis (Wulandari, 2001).

Selain itu, Fletcher dan Hansone (1991) mengemukakan bahwa kecemasan menghadapi pensiun merupakan perasaan umum dari ketakutan atau kecemasan yang berhubungan dengan konsekuensi-konsekuensi pensiun dimasa depan yang tidak pasti, tidak terprediksi, dan berpotensi mengganggu. Respon kecemasan tersebut dapat mencerminkan secara umum pengharapan dan ancaman potensial

yang di iringi oleh keadaan emosional yang mengganggu, dan di ikuti dengan penanggulangan dan perilaku adaptif.

Berdasarkan teori diatas, maka dapat disimpulkan kecemasan menghadapi pensiun merupakan perasaan yang muncul karena rasa khawatir akan kondisi yang tidak menentu, tidak pasti, tidak bisa diprediksi, dan gangguan-gangguan yang berpotensi sebagai akibat karena akan memasuki masa pensiun.

## **2. Faktor- faktor Kecemasan Menghadapi Pensiun**

Kecemasan sering kali berkembangselama jangka waktu dan sebagianbesar tergantung pada seluruh pengalaman hidup seseorang.Peristiwa-peristiwa atau situasi khusus dapat mempercepat munculnya serangankecemasan.Menurut penelitian Opt dan Loffredo (dalam Taufik, 2014), Faktor-faktor yang berpengaruh dalam kecemasan menghadapi pensiun, yaitu:

- a. Individu yang Ekstorvert dan Introvert, Individu yang ekstrovert mempunyai kecemasan lebih rendah dari pada individu yang introvert. Alasannya, individu yang ekstrovert lebih senang bergaul dengan siapa saja dibandingkan dengan individu yang introvert.
- b. Individu yang melihat sesuatu dengan intuisi (intuitors), atau dengan panca indera (sensors). Hasil penelitian menunjukkan bahwa intuitors mempunyai tingkat kecemasan yang rendah dari pada sensors ketika menghadapi pensiun. Intuisor sangat mentolerir adanya perbedaan pendapat, mereka juga berani membuat lompatan dari poin satu ke poin yang lain. Berbeda dengan sensors yang memandang sesuatu seperti yang dilihatnya, tanpa memikirkannya lebih jauh. Hal ini yang akan menghasilkan kecemasan.

- c. Individu yang mengagumkan pola pikir positif mempunyai kecemasan yang lebih rendah dari pada individu yang berpikir negatif. Individu dengan pola pikir yang positif akan melihat segala hal dari sisi positif, suka bekerja keras dan dapat mengendalikan emosinya. Individu dengan pola pikir negatif lebih menggunakan perasaannya, lebih mudah stress dan mengekspresikan kecemasan karena selalu fokus pada diri sendiri.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa yang menjadi penyebab kecemasan menghadapi pension adalah kegagalan terhadap kebutuhannya, kepribadian, cara pandang dan pola pikir individu yang keliru.

#### **D. Tipe Kepribadian**

##### **1. Pengertian Kepribadian**

Kata kepribadian berasal dari kata personality (bhs. Inggris) yang berasal dari Persona (bhs. Latin) yang berarti kedok atau topeng. Yaitu tutup muka yang sering dipakai oleh pemain-pemain panggung, yang maksudnya untuk menggambarkan perilaku, watak atau pribadi seseorang (dalam Sujanto, 1991).

Allport (dalam Sujanto, 1991) mengatakan bahwa kepribadian adalah susunan system psikofisik yang dinamis dalam diri seseorang yang menentukan penyesuaian diri individu yang unik terhadap lingkungan. Arti dinamis menunjukkan adanya perubahan dalam susunan kepribadian dimana kepribadian dibangun dari berbagai cirri yang saling berkaitan. System psikofisik mengandung kebaikan, sikap, nilai, keyakinan, keadaan emosional, perasaandan motif bersifat psikologis yang mempunyai dasar fisik dalam kelenjar dan system saraf secara umum. Hal ini merupakan kekuatan motivasi yang menentukan penyesuaian diri

seseorang. Pengertian yang sama dinyatakan oleh Kartono (1981) kepribadian sebagai keseluruhan individu yang terorganisir dan terdiri dari bagian-bagian psikis sehingga memberikan ciri-ciri yang berbeda dengan pribadi yang lain.

Jung (dalam Suryabrata, 2007) memandang kepribadian sebagai *psikhe*. Adapun yang dimaksud dengan psikhe adalah totalitas segala peristiwa psikis baik disadari maupun tidak disadari. Pendapat tentang terbentuknya kepribadian bervariasi sesuai dengan teori yang mendasari konsep kepribadian yang dikemukakan masing-masing ahli. Kepribadian merupakan suatu kesatuan fisik dan psikis yang selalu berkembang dengan disertai suatu system yang menghubungkan komponen-komponen kepribadian. Mempengaruhi, menentukan dan mendasari suatu aktifitas dan perbuatan. Dapatlah dimengerti jika dalam merumuskan definisi kepribadian hampir setiap ahli menenpuh cara pendekatan yang berbeda-beda dengan teknik yang lain dan juga faktor-faktor yang melatarbelakangi juga tidak sama.

Dari definisi diatas dapat disimpulkan bahwa kepribadian adalah keeseluruhan bagian-bagian yang terorganisir secara dinamis dari psikis seseorang yang disadari atau yang tidak disadari, baik yang dibawa sejak lahir maupun yang diperoleh dari pengalaman dan lingkungan yang terungkap melalui tingkah laku yang secara dinamis dalam penyesuaian diri dengan lingkungan tertentu sebagai ciri yang membedakan dengan pribadi yang lain.

## **2. Pengertian Kepribadian Ekstrovert**

Jung (dalam Sujanto, 1991) membedakan dua sikap dan orientasi jiwa, yaitu sikap ekstraversi dan introversi. Sikap ekstraversi mengarahkan sang pribadi

ke dunia luar, yaitu dunia obyektif. Sedangkan sikap intraversi mengarahkan sang pribadi ke dunia subyektif.

Berdasarkan sikap jiwa manusia maka dapat digolongkan menjadi dua tipe, yaitu manusia bertipe introvert (suryabrata, 1990). Kedua tipe ini akhirnya dikenal dengan tipe kepribadian ekstrovet dan introvert.

Tipe kepribadian ekstrovert merupakan bentuk orientasi energi psikis yang mengarah keluar. Orientasi seseorang dalam pengertian ini menurut Jung (dalam Sujanto, 1991), adalah energi psikis (*libido*) yang menaruh energi dalam aktifitas-aktifitas ekstern yang digunakan bagi kelancaran atau kelanjutan hidup, maka nilai-nilai seksual dan kegiatan-kegiatan aktif menjadi lebih penting dan merupakan pusat perhatian manusia. Dengan demikian manusia dapat memperoleh dan memperkuat serta meneguhkan identitas dan tempat dalam realitas sosial yang ekstern serta merupakan masa ekspansi dan penyesuaian diri dengan kehidupan sosial dan budaya.

Dalam penampilan ciri-ciri tingkah laku ekstrovert, menurut Eysenck (dalam Rianti dan Prabowo, 1998) menyatakan umunya golongan tipe ekstrovert hidupnya gembira, optimis dan ramah dalam pergaulan sehingga hubungan dengan sesama lancar. Ditambahkan juga bahwa orang ekstrovert adalah sosial, membutuhkan perangsangan dari luar, butuh orang lain untuk bicara, tidak suka sendirian dan suka melakukan hal-hal yang mengandung resiko, mengerjakan sesuatu secara keseluruhan serta perasanya tidak dibawah kontrol.

Eysenck (dalam Rianti dan Prabowo, 1998) menyatakan yang terkandung dalam kepribadian ekstrovert adalah berani mengambil resiko, impulsif, ekspresif, praktis namun tanggung jawab rendah.

Menurut McCrae dan Costa (dalam Pervin, 2010), tipe kepribadian ekstrovert merupakan dimensi yang menyangkut hubungannya dengan perilaku suatu individu khususnya dalam hal kemampuan mereka dalam menjalin hubungan dengan dunia luarnya. Pada pribadi ekstrovert akan ditunjukkan melalui sikapnya yang hangat, ramah, penuh kasih sayang, serta selalu menunjukkan keakraban terutama pada orang yang telah ia kenal. Mereka kerap memiliki ketertarikan yang tinggi dalam bergaul dan untuk bergabung dalam kelompok-kelompok sosial. Individu dengan tipe kepribadian ekstrovert cenderung tegas dalam mengambil keputusan serta tidak segan-segan untuk menempatkan dirinya dalam posisi kepemimpinan. Mereka selalu menunjukkan sikap yang aktif terhadap perubahan keadaan dan selalu membutuhkan suasana yang mampu membuatnya gembira sehingga sikapnya cenderung periang terutama dalam mengapresiasi emosi mereka.

Kesimpulan yang diperoleh dari penjelasan diatas mengatakan bahwa tipe kepribadian ekstrovert memberikan bentuk orientasi seseorang terhadap dunia diluar dirinya dan selalu mengarah pada aktivitas eksternalnya. Tipe ekstrovert mengutamakan dan menempatkan objek diluar dirinya sebagai hal yang utama kebiasaan yang berifat positif. Selain faktor objektif yang memberikan pengaruh dalam ciri-ciri sifat yang ditampilkan dalam perilaku adalah sebagai berikut yaitu

aktif, impulsif, ekspresif, kemampuan bergaul baik, berani mengambil resiko tetapi tanggung jawab rendah.

### **3. Pengertian Kepribadian Introvert**

Selain kepribadian ekstrovert terdapat juga kepribadian introvert yang merupakan pasangan dari tipe kepribadian ekstrovert. Seperti yang dikemukakan (dalam Geen, 1984) membedakan dua sikap atau orientasi jiwa, yang salah satunya adalah introversi. Sikap ini mengarahkan pribadi ke dunia dalam diri sendiri yaitu dunia subyektif. Dikatakan demikian karena subjek menuntut objek atau lingkungan harus menyesuaikan diri terhadap diri subjek. Juga dikatakan tipe ini tertarik pada diri sendiri dan segala sesuatu dihubungkan dengan dirinya sendiri. Seluruh tindakan, pikiran, dan perasaan dipengaruhi serta ditentukan oleh faktor subjektif.

Lebih lanjut menurut Effendy (1986) juga menyimpulkan bahwa seseorang dengan tipe introvert pada umumnya cenderung hati-hati, pendiam, egois, pasif, senang mengasingkan diri sehingga sulit mendapatkan teman baru.

Eysenck (dalam Riyanti dan Prabowo, 1998) menyatakan bahwa dalam penampilan tingkah laku tipe kepribadian introvert adalah orang yang pemalu, introveksi, suka menyendiri, tidak suka perangsangan dan sangat tenang dalam menghadapi persoalan serta menyukai keteraturan modal hidup.

Penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa tipe kepribadian introvert merupakan orientasi energi psikis yang mengarah dalam diri, mengutamakan masalah kewajiban dan kebutuhan rohaniah atau yang bersifat batiniah. Faktor yang bersifat subjektif memegang peranan dan turut mempengaruhi perilaku dan

hidupnya sehingga menempatkan diri sendiri sebagai hal yang utama dan objek sebagai hal yang kedua.

#### **4. Ciri-ciri Kepribadian Ekstrovert dan Introvert**

Jung (dalam Satalina, 2014), mengatakan bahwa tipe ekstrovert mengarahkan pribadi ke pengalaman obyektif, memusatkan perhatiannya ke dunia luar alih-alih berfikir mengenai persepsinya, cenderung berinteraksi dengan orang disekitarnya, aktif dan ramah. Sedangkan introversi mengarahkan pribadi ke pengalaman subyektif, memusatkan diri pada dunia dalam privat dimana realita hadir dalam bentuk hasil amatan, cenderung menyendiri, pendiam/tidak ramah, bahkan antisosial.

Eysenck (dalam Satalina, 2014), menjelaskan bahwa ekstrovert mempunyai Sembilan sifat sebagaimana ditunjukkan oleh trait-trait dibawahnya, yakni sosial, lincah, aktif, asertif, mencari sensasi, riang, dominan, bersemangat, dan berani. Sedangkan menurut Eysenck (dalam Satalina, 2014), introversi merupakan kebalikan dari trait ekstrovert yaitu, tidak sosial, pendiam, pasif, ragu, banyak pikiran, sedih, penurut, pesimis dan penakut.

#### **5. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kepribadian**

Menurut W. Stren (dalam Sujanto, 1991), faktor-faktor yang mempengaruhi kepribadian adalah:

- a. Faktor pembawaan, ialah segala sesuatu yang telah dibawa oleh anak sejak lahir, baik yang bersifat kejiwaan maupun yang bersifat ketubuhan. Kejiwaan yang berwujud fikiran, perasaan, kemauan, fantasi, ingatan dsb, yang dibawa sejak lahir ikut menentukan pribadi seseorang. Keadaan

jasmnai pun demikian pula. Panjang pendeknya leher, besar kecilnya tengkorak, susunan urat syaraf, otot-otot, susunan dan keadaan tulang-tulang, juga mempengaruhi pribadi manusia.

- b. Faktor lingkungan, ialah segala sesuatu yang ada diluar manusia baik yang hidup maupun yang mati. Baik tumbuh-tumbuhan, hewan, manusia, maupun batu-batu, gunung-gunung, candi, buku-buku, lukisan, gambar, angin, musim, keadaan udara, curah hujan, jenis makanan pokok, pekerjaan orangtua, hasil-hasil budaya yang bersifat materal maupun yang bersifat spiritual. Semuanya itu ikut serta membentuk pribadi seseorang yang berada dilingkungan itu. Dengan demikian maka si pribadi itu dengan lingkungannya menjadi saling berpengaruh. Si pribadi terpengaruh lingkungan dan lingkungan diubah oleh si pribadi. Demikian pula dengan faktor yang ada didalam pribadi itu sendiri. Faktor-faktor intern itu berkembang dan hasil perkembangannya dipergunakan untuk mengembangkan pribadi itu lebih lanjut.

#### **E. Perbedaan Kecemasan Menghadapi Pensiun ditinjau dari Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert**

Allport (dalam Sujanto, 1991), mengatakan bahwa kepribadian adalah susunan system psikofisik yang dinamis dalam diri seseorang yang menentukan penyesuaian diri individu yang unik terhadap lingkungan. Selanjutnya Kartono (1981), kepribadian sebagai keseluruhan individu yang terorganisir dan terdiri dari bagian-bagian psikis sehingga memberikan ciri-ciri yang berbeda dengan pribadi yang lain.

Jung (dalam zulkarnain dan Ginting, 2003) mengatakan bahwa ciri kepribadian introvert adalah suka melamun, menghindari kontak sosial, tenang, tidak terlalu emosional, berfikir dahulu sebelum bertindak, suka termenung, tidak menyukai perubahan, dan tidak dapat beradaptasi dengan mudah. Suryabrata (2005), mengatakan bahwa orang introvert cenderung lebih mudah mengalami gejala-gejala depresi dan ketakutan.

Ekstrovert adalah suatu keadaan dengan perhatian dan energi yang ditujukan keluar diri sendiri, gejala-gejala utamanya adalah emosi yang spontan, lancar dalam pergaulan (Maramis, 2005). Selain itu, mereka senang bergaul, memiliki banyak teman, suka perubahan, cenderung agresif dan mudah kehilangan kesabaran (Zulkarnain & Ginting, 2003)

Dalam hal ini tipe kepribadian mempengaruhi kecemasan individu, hal tersebut didukung oleh teori ahli seperti yang diungkapkan oleh Daradjat (dalam Fareid & Nashori 2014), kecemasan merupakan manifestasi dari berbagai emosi-emosi yang bercampur baur antara panik, perasaan tidak menentu, dan ketakutan yang tidak jelas ketika seseorang sedang mengalami tekanan akan perasaan atau frustrasi dan pertentangan batin dan konflik.

Kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai oleh perasaan seperti kekhawatiran, keprihatinan dan rasa takut yang kadang-kadang kita alami dalam tingkatan berbeda-beda. Ketidakmampuan mengendalikan pikiran buruk yang berulang-iulang dan kecenderungan berpikir bahwa keadaan akan semakin memburuk merupakan dua ciri penting dari rasa cemas (dalam Atkinson, 2006).

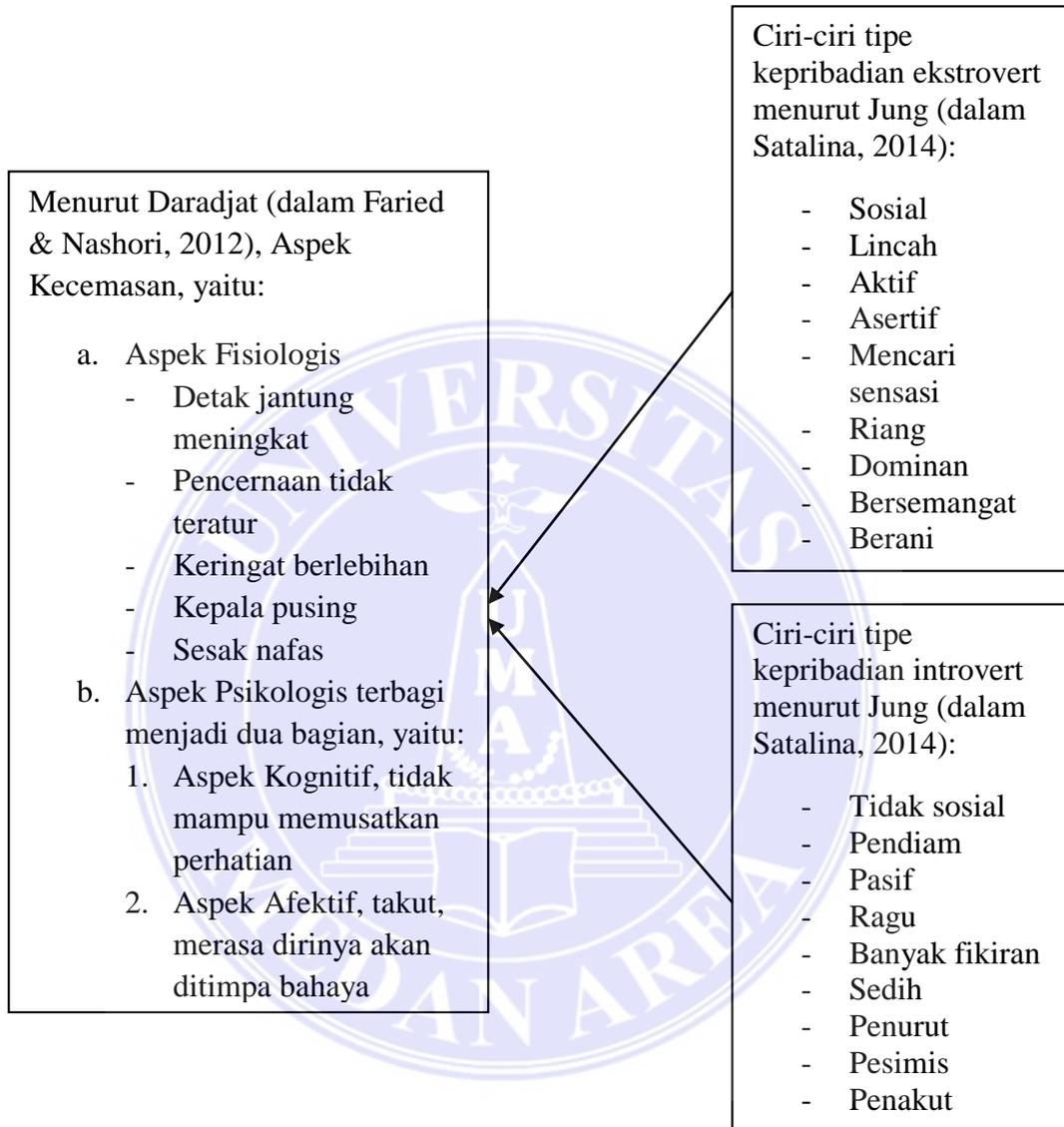
Menurut penelitian Opt dan Loffredo (dalam Taufik, 2014), mengatakan bahwasannya kepribadian ekstrovert mempunyai kecemasan lebih rendah dari pada kepribadian introvert.

Menurut Chaplin (dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia, 2002), Kecemasan diartikan sebagai kekhawatiran, kegelisahan, ketakutan akan sesuatu yang akan terjadi. Itu juga berarti suatu perasaan takut, khawatir bahwa akan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan.

Sejalan dengan penelitian ini, maka peranan karakteristik kepribadian baik ekstrovert maupun introvert tidaklah dipandang ringan dalam mempengaruhi kecemasan. Hal ini sesuai dengan penjelasan seperti yang diungkapkan oleh Jung dalam Suryabrata (2005), arah aktifitas psikis dapat menyebabkan kecemasan luar atau kecemasan dalam, dan demikian pula arah orientasi manusia.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan kecemasan antara individu ekstrovert dengan individu introvert di PT.PLN Binjai.

## F. Kerangka Konseptual



## G. Hipotesis

Berdasarkan uraian tersebut, maka hipotesis dari penelitian ini adalah ada perbedaan kecemasan menghadapi pensiun antara tipe kepribadian ekstrovert dengan introvert. Dengan asumsi bahwa tipe kepribadian ekstrovert memiliki kecemasan menghadapi pensiun yang lebih tinggi daripada dengan tipe kepribadian introvert.



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

Dalam bab ini akan di uraikan tentang tipe penelitian, identifikasi variabel penelitian, defenisi operasional variabel penelitian, subjek penelitian, teknik pengambilan sampel, metode pengumpulan data, validitas dan reliabilitas, dan metode analisis data.

#### **A. Tipe Penelitian**

Penelitian ini berjenisakan penelitian kuantitatif, dimana prosedur yang digunakan dalam penelitian ini adalah model korelasional (Neuman, 2003). Maksud korelasional dari penelitian ini adalah untuk melihat perbedaan antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y), yaitu kecemasan menghadapi pensiun (variabel Y) dengan tipe kepribadian Ekstrovert dan Introvert (variabel X).

#### **B. Identifikasi Variabel Penelitian**

Identifikasi variabel penelitian perlu ditentukan terlebih dahulu sebelum pengumpulan data dan analisis data. Dengan melakukan identifikasi variabel akan membantu peneliti dalam menentukan alat pengumpulan data dan analisis data yang akan digunakan. Adapun variabel penelitian yang digunakan dalam pengujian hipotesis adalah sebagai berikut:

1. Variabel bebas : (X) X1 : Kepribadian Ekstrovert  
X2 : Kepribadian Introvert
2. Variabel terikat : (Y) Kecemasan Menghadapi Pensiun

### C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Setelah mengidentifikasi variabel-variabel penelitian maka langkah selanjutnya adalah merumuskan definisi operasional variable penelitian. Variable-variabel penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

#### 1. Kecemasan dalam Menghadapi Pensiun

Kecemasan merupakan pengalaman emosional yang bersifat subjektif, yang dirasakan sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan dan sumbernya tidak diketahui dengan jelas. Hal ini ditandai dengan adanya gejala fisiologis dan psikologis seperti rasa takut tanpa sebab yang jelas, tidak berdaya, khawatir dan gelisah.

Dalam pengukuran kecemasan digunakan skala kecemasan melalui karakteristik atau aspek-aspek kecemasan antara lain: **aspek fisiologis**, yaitu detak jantung meningkat, pencernaan tidak teratur, keringat berlebihan, kepala pusing, dan sesak nafas. **Aspek psikologis** terbagi menjadi dua, yaitu **aspek kognitif** - tidak mampu memusatkan perhatian dan **aspek afektif** – merasa dirinya akan ditimpa bahaya.

##### a. Ekstrovert

Kepribadian ekstrovert memberikan bentuk orientasi seseorang terhadap dunia diluar dirinya dan selalu mengarah pada aktivitas eksternalnya. Tipe ekstrovert mengutamakan dan menempatkan objek diluar dirinya sebagai hal yang utama kebiasaan yang berifat positif. Ciri-ciri tipe kepribadian yaitu, sosial, lincah, aktif, asertif, mencari sensasi, riang, dominan, bersemangat, dan berani.

#### b. Introvert

Kepribadian introvert merupakan orientasi energi psikis yang mengarah dalam diri, mengutamakan masalah kewajiban dan kebutuhan rohani atau yang bersifat batiniah. Ciri-ciri tipe kepribadian introvert yaitu, tidak sosial, pendiam, pasif, ragu, banyak pikiran, sedih, penurut, pesimis, dan penakut.

### **D. Populasi dan Sampel**

#### **1. Populasi**

Populasi adalah totalitas dari semua subjek atau individu yang memiliki karakteristik tertentu, jelas dan lengkap yang akan diteliti (Hasan, 2002). Menurut Komaruddin (dalam Mardalis, 2002), populasi adalah semua individu yang menjadi sumber pengambilan sampel. Pada kenyataan populasi itu adalah sekumpulan kasus yang perlu memenuhi syarat-syarat tertentu yang berkaitan dengan masalah penelitian kasus-kasus tersebut dapat berupa manusia, barang dan hewan, hal atau peristiwa yang memiliki karakteristik tertentu yang merupakan suatu penelitian.

Populasi dalam penelitian ini adalah para pegawai yang memiliki kepribadian ekstrovert dan introvert yang akan menghadapi pensiun di PT. PLN Binjai yang berjumlah 65 orang.

#### **2. Sampel**

Populasi adalah totalitas dari semua subjek atau individu yang memiliki karakteristik tertentu, jelas dan lengkap yang akan diteliti (Hasan, 2002). Menurut Komaruddin (dalam Mardalis, 2002), populasi adalah semua individu yang menjadi sumber pengambilan sampel. Pada kenyataan populasi itu adalah sekumpulan kasus yang perlu memenuhi syarat-syarat tertentu yang berkaitan dengan masalah

penelitian kasus-kasus tersebut dapat berupa manusia, barang dan hewan, hal atau peristiwa yang memiliki karakteristik tertentu yang merupakan suatu penelitian.

Populasi dalam penelitian ini adalah para pegawai yang memiliki kepribadian ekstrovert dan introvert yang akan menghadapi pensiun di PT. PLN Binjai yang berjumlah 65 orang.

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data dalam kegiatan penelitian mempunyai tujuan untuk mengungkap fakta mengenai variabel yang akan diteliti. Data dalam penelitian ini diperoleh melalui metode skala. Hadi (1987) menyatakan bahwa skala merupakan teknik pengumpulan data yang terdiri dari daftar-daftar pertanyaan yang diajukan secara tertulis atau dikerjakan oleh orang yang menjadi objek penelitian dan diberikan dengan tujuan untuk mengungkapkan kondisi-kondisi dalam diri subjek yang ingin diketahui. Menurut Hadi (1987), alasan digunakannya skala adalah:

1. subjek adalah orang yang paling tahu mengenai dirinya sendiri.
2. apa yang dikatakan subjek adalah benar dan dapat dipercaya.
3. interpretasi subjek tentang pernyataan-pernyataan yang diajukan sama dengan apa yang dimaksud oleh peneliti.

Tipe skala yang digunakan adalah tipe skala langsung yaitu skala yang langsung dikerjakan oleh subjek penelitian dan subjek subjek tinggal memilih salah satu alternative jawaban yang telah disediakan dan jawaban yang diberikan tersebut adalah berupa informasi tentang dirinya sendiri. Adapun skala yang dilakukan dalam penelitian ini adalah skala Likert dan skala Gutman. Skala Likert

yaitu skala yang menggunakan jawaban setuju, sangat setuju, tidak setuju, dan sangat setuju. Untuk item *favourable* nilai 4 untuk jawaban sangat setuju, 3 untuk jawaban setuju, 2 untuk jawaban tidak setuju, dan 1 untuk jawaban sangat tidak setuju. Sedangkan skala Gutman yaitu hanya menyediakan dua pilihan jawaban, “ya” dan “tidak”, dimana jawaban “ya” diberi skor 1 dan jawaban “tidak” diberi skor 0, karena peneliti membutuhkan jawaban-jawaban yang tegas dari responden guna untuk mempresentasikan jawaban dari responden (Sugiyono, 2015).

Skala tipe kepribadian ekstrovert dan introvert disusun berdasarkan ciri-ciri. Kepribadian ekstrovert yaitu, sosial, lincah, aktif, asertif, mencari sensasi, riang, dominan, bersemangat, dan berani. Tipe kepribadian introvert yaitu :tidak sosial, pendiam, pasif, ragu, banyak pikiran, sedih, penurut, pesimis, dan penakut. Sedangkan skala kecemasan menghadapi pensiun disusun berdasarkan aspek-aspek yaitu fisiologis dan psikologis.

## **F. Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur**

### **1. Validitas Alat Ukur**

Azwar (2000) mendefinisikan validitas tes atau validitas alat ukur adalah sejauh mana tes itu mengukur apa yang dimaksudkannya untuk diukur, artinya derajat fungsi mengukurnya suatu tes atau derajat kecermatan suatu tes. Untuk mengkaji validitas alat ukur dalam penelitian ini, peneliti melihat alat ukur berdasarkan arah isi yang diukur yang disebut dengan validitas isi (*content validity*).

Validitas isi menunjukkan sejauh mana *item-item* yang dilihat dari isinya dapat mengukur apa yang dimaksudkan untuk diukur. Validitas isi alat ukur ditentukan melalui pendapat profesional (*professional judgement*) dalam proses

telaah soal sehingga *item-item* yang telah dikembangkan memang mengukur (representatif bagi) apa yang dimaksudkan untuk diukur (Suryabrata, 2000).

Selain itu analisis validitas yang digunakan adalah dengan melihat nilai *Corrected Item-Total Correlation* atau yang disebut dengan r-hitung. Kemudian nilai r-hitung dibandingkan dengan nilai r-tabel. Dengan asumsi jika nilai r-hitung  $>$  r-tabel, maka aitem valid, tetapi jika nilai r-hitung  $<$  r-tabel maka aitem tidak valid atau gugur. Nilai *Corrected Item-Total Correlation* diperoleh dengan menggunakan program *SPSS Versi 19.00 for Windows*.

## **2. Reliabilitas Alat Ukur**

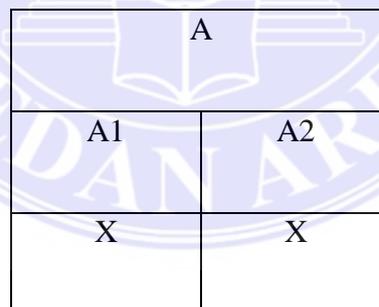
Reliabilitas mengacu pada konsistensi, keajegan, dan kepercayaan alat ukur. Secara empirik tinggi rendahnya reliabilitas ditunjukkan melalui koefisien reliabilitas (Azwar, 2007). Pada prinsipnya, suatu alat ukur dikatakan reliabel apabila alat tersebut mampu menunjukkan sejauhmana pengukurannya memberi hasil yang relatif sama bila dilakukan pengukuran kembali pada subjek yang sama. Relatif sama berarti tetap ada toleransi terhadap perbedaan-perbedaan kecil diantara hasil beberapa kali pengukuran. Bila perbedaan itu sangat besar dari waktu ke waktu maka hasil pengukuran tidak dapat dipercaya dan dikatakan tidak reliabel.

Uji reliabilitas skala penelitian ini menggunakan pendekatan konsistensi internal, dimana tes dikenakan sekali saja pada sekelompok subyek. Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien realibilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai dengan 1. Koefisien reliabilitas yang semakin mendekati angka 1 menandakan semakin tinggi reliabilitas. Sebaliknya, koefisien yang semakin mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitas yang dimiliki (Azwar, 2007).

Teknik estimasi reliabilitas yang digunakan adalah teknik koefisien *Alpha Cronbach* dengan menggunakan program *SPSS Versi 19.00 for Windows*.

#### **A. Metode Analisis Data**

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis varian 1 jalur. Dimana dalam penelitian ini yang menjadi jalur/klasifikasinya adalah tipe kepribadian yaitu kepribadian ekstrovert dan tipe kepribadian introvert. Tipe kepribadian ekstrovert diberi kode A1 dan tipe kepribadian introvert diberi kode A2. Selanjutnya tipe kepribadian ini disebut juga dengan variabel bebas (X). Sedangkan variabel yang akan diukur atau variabel terikatnya (Y) adalah kecemasan menghadapi pensiun dimana didalam bagan penulisannya dilambangkan dengan huruf X. Berikut adalah bagan penelitian analisis varian 1 jalur.



A	
A1	A2
X	X

Keterangan :

A = Tipe Kepribadian

A1 = Tipe Kepribadian Ekstrovert

A2 = Tipe Kepribadian Introvert

X = Kecemasan Menghadapi Pensiun

## DAFTAR PUSTAKA

- Adnan. (2002). Kesehatan Mental. Jakarta : Pustaka Alusna.
- Azwar, S. 2006. Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. 1998. Reliabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Sigma Alpha.
- Chaplin, J. P., 2002. Kamus Lengkap Psikologi. Ahli Bahasa Kartono, K. Jakarta: PT. Grafindo Persada.
- Chaplin, J. P. 2014. Kamus Lengkap Psikologi. E-journal Psikologi, Volume 2, Nomor 1, 2014:50-64.
- Corey, G. (1996). Theory and Practice of Conseling and Psychotherapy. Edisi ke-5. Monterey, California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Danang Lesmana, 2011. Post Power Syndrome. Jurusan Psikologi Universitas Medan Area. Hal 1-8. (Skripsi tidak diterbitkan).
- Desmita. 2007. Psikologi perkembangan. Bandung: Rosda.
- Effendi, R.W., 1999. Hubungan Antara Perilaku Coping dan Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil Anak Pertama. Vol. 14. Nomor 54 (Skripsi tidak diterbitkan).
- Fariad, Laila & Nashori, Fuad. 2012. Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Kecemasan Menghadapi Masa Pembebasan Pada Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Wirogunan Yogyakarta. Vol. 5. No. 2.
- Hall, C. 1995. Freud : Seks, Obsesi, Trauma dan Katarsis. Alih Bahasa: LandungR.Simatupang. Jakarta: Delapratasa.
- Hakim , Siti Nurinah, 2007. Perencanaan dan Perisapan Menghadapi Masa Pensiun. E-jurnalvol.10, No. 1, Maret 2007:96 – 109
- Hamilton M: The assesment of anxiety states by rating. British Journal of Medical Psychology 32:50-55, 1959.
- Harmaini.2011. Tipe Kepribadian dan Aktivitas Anak Jalanan. Jurnal Psikologi. Vol. 7.No. 2.

- Hartati, N, 2002. Post Power Syndrome Sebagai Gangguan Mental Pada Masa Pensiun. Tazkiya. Volume 2. Nomor 1.
- Hillgard, E.R, Atkinson, R.L., Dkk. 1996. Pengantar Psikologi Jilid II. Edisi Kesebelas. Terjemahan Kusuma, W. Jakarta: Erlangga
- Hurlock, E.B (1997). Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Edisi V. Jakarta : Erlangga.
- Hurlock, E. 1980. Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Ahli Bahasa Istiwidayanti dkk). Jakarta: Erlangga.
- Kamus Lengkap Bahasa Indonesia, 1997. Menjelang Masa Pensiun. Penerbit: Balai Pustaka.
- Kartono, K. 1981. Psikologi Sosial & Gangguan-gangguan Kejiwaan. Jakarta: Rajawali.
- Kartono, K. 1996. Bekerja Perlu Dukungan Sosial. Psikologi Sosial. Pustaka: Jakarta.
- Langgung, Hasan, 1992. Teori-teori Kesehatan Mental. (Jakarta: Pustaka Al Husna).
- Lesmana D, 2014. Kecerdasan Spiritual dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan. Volume 02. Nomor 01.
- Maramis, W.F., 1995. Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa. Surabaya: Airlangga University Press.
- Maramis, F., 2005 Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa. Surabaya : Airlangga University Press.
- Mu'arifah. A. 2005. Hubungan Kecemasan dan Agresivitas Humanitas Indonesia. Psychological journal. Volume 2. Nomor 2.
- Nevid, J.S, Rathus, S.A & Green, B. 2005. Psikologi Abnormal. Jakarta: Erlangga
- Nevid, J.S, Rathus, S.A & Green, B. 2003. Psikologi Abnormal jilid 1. Jakarta: Erlangga
- Opt, S. K. & Loffredo, D. A. (2000). Rethinking Communication Apprehension: A Myers-Briggs Perspective. The journal Psychology, 134(5), 556-570

- Parkinson, C., Dkk. 1990. Masa Pensiun Yang Bahagia. Terjemahan: Budi. Jakarta.
- Pardosi, A. 2014. Kecemasan Menghadapi Kematian pada Lansia ditinjau dari Tipe Kepribadian. (Skripsi). Universitas Sumatera Utara.
- Pervin, Lawrence, Daniel Cervone, dan John Oliver, 2010, Psikologi Kepribadian (Teori & Penelitian), Jakarta: Perdana Media Group.
- Prasojo, Budhi Dharmawan, 2011. Kecemasan menghadapi Pensiun pada Pegawai Kementerian Agama yang Istrinya Bekerja dan Tidak Bekerja. (Skripsi). Universitas Negeri Semarang.
- Riyanti, D. & Prabowo, H. 1998. Psikologi Umum 2. Jakarta: Universitas Gunadarma.
- Safitri, Bintang Rahmannisa., 2013. Kesiapan Menghadapi Pensiun ditinjau dari peran Gender Karyawan. E-journal ISSN : 2301-8267. Vol. 01, No.02, Agustus 2013.
- Santrock, John W. (1995). Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup (Edisikelima). Alih bahasa oleh Achmad Chusairi dan Juda Damanik. Jakarta: Erlangga.
- Satalina, Dina, 2014. Kecenderungan Perilaku CyberBullying dari Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert. E-journal ISSN: 2301-8267. Vol. 02, No.02, Januari 2014
- Setyawati, N. F., 2005. Penggunaan Alat Bantu Diri Untuk Menurunkan Kecemasan Berbicara di Depan Publik. Skripsi (tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Negeri Malang.
- Sugiyono, 2015. Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D, Bandung: penerbit Alfa Beta.
- Sujanto, Agus. 1991. Psikologi Kepribadian/Agus Sujanto. Ed. 1, Cet.5. Jakarta: Bumi Aksara.
- Suryabrata, S. 2007. Psikologi Kepribadian/Sumadi Suryabrata. Ed. 1-15. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Suryabrata, S. 2001. Psikologi Kepribadian. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Suryabrata, S. 1995. Psikologi Kepribadian. Cetakan ke-5, Jakarta: Rajawali Pers.

Taufik, MA. 2014. Perbedaan Kecemasan Berbicara di depan Umum pada Mahasiswa Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert di Fakultas Psikologi Universitas Muhamadiyyah Surakarta. (Skripsi).Universitas Muhamadiyyah Surakarta.

Team e-Psiklogi, (2001). Masa Depan Pensiun. Gramedia. Jakarta Pusat.

Yuliarti, Vivit & Mulyana, Prabandini Olievia 2014.Manajemen Stres, Cemas, Depresi.Jakarta: FKUI.Volume 03, Nomer 02 Tahun 2014

Wilson, S J., 2009.Perbedaan Tingkat Kecemasan pada Remaja dengan Ciri Kepribadian Introvert dan Ekstrovert di kelas X SMA Negeri 4 Surakarta. (skripsi).Universitas Muhammdiyah Surakarta.

Zulkarnain dan Ginting EDJ., 2003. Kreativitas Ditinjau dari Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert pada Mahasiswa. Medan : Jurnal Kedokteran Nusantara Universitas Sumatra utara Vol. 36 No. 4, 178-80.





**LAMPIRAN A**

**VALIDITAS DAN RELIABILITAS**

```
RELIABILITY /VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005  
VAR00006 VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013  
VA R00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020  
VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024 VAR00025 VAR00026 VAR00027 VAR00028  
/SCALE('KECEMASAN') ALL /MODEL=ALPHA /STATISTICS=SCALE /SUMMARY=TOTAL.
```

## Reliability



Notes

	Output Created	12-Jun-2017 05:01:30
	Comments	
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	65
	Matrix Input	
Missing Value Handling	Definition of Missing	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=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006 VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013 VAR00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020 VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024 VAR00025 VAR00026 VAR00027  VAR00028  /SCALE('KECEMASAN') ALL  /MODEL=ALPHA  /STATISTICS=SCALE  /SUMMARY=TOTAL.

Resources	Processor Time	0:00:00.000
	Elapsed Time	0:00:00.016

[DataSet0]

### Scale: KECEMASAN

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	65	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	65	100.0

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

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.882	28

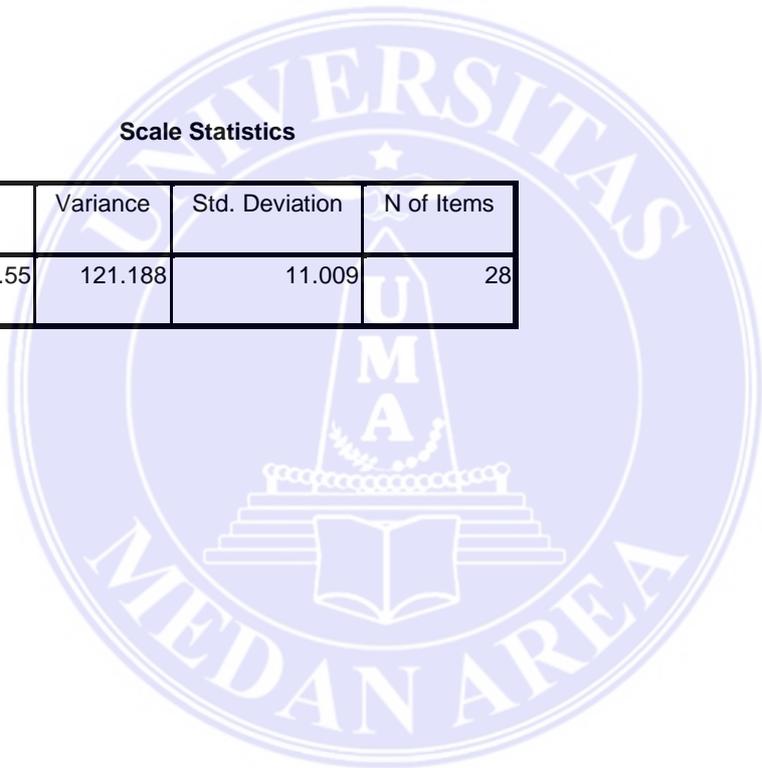
**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	55.52	113.378	.524	.877
VAR00002	55.52	111.191	.597	.875
VAR00003	55.49	110.848	.570	.875
VAR00004	55.49	112.535	.495	.877
VAR00005	55.78	115.328	.343	.880
VAR00006	55.34	109.227	.502	.877
VAR00007	55.69	112.154	.535	.876
VAR00008	55.63	109.893	.563	.875
VAR00009	55.85	113.413	.488	.877
VAR00010	55.49	114.785	.378	.880
VAR00011	55.62	110.428	.515	.876
VAR00012	55.45	115.688	.305	.881
VAR00013	55.57	113.687	.402	.879
<b>VAR00014</b>	<b>55.12</b>	<b>116.422</b>	<b>.188</b>	<b>.885</b>
VAR00015	55.46	109.534	.578	.875
VAR00016	55.23	112.087	.454	.878
VAR00017	55.40	112.587	.405	.879
VAR00018	55.29	114.960	.338	.881
VAR00019	55.51	115.941	.307	.881
VAR00020	55.38	114.490	.364	.880
VAR00021	55.42	114.059	.375	.880
<b>VAR00022</b>	<b>55.52</b>	<b>115.410</b>	<b>.286</b>	<b>.882</b>

VAR00023	55.49	113.504	.421	.879
VAR00024	55.65	112.982	.455	.878
VAR00025	55.48	112.847	.516	.877
VAR00026	55.40	111.619	.479	.877
VAR00027	55.63	115.737	.300	.881
VAR00028	55.52	114.253	.480	.878

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
57.55	121.188	11.009	28





**LAMPIRAN B**  
**UJI ASUMSI NORMALITAS**

NPAR TESTS /K-S(NORMAL)=Y /STATISTICS DESCRIPTIVES /MISSING ANALYSIS.

## **NPar Tests**



**Notes**

	Output Created	12-Jun-2017 22:18:09
	Comments	
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	65
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)=Y /STATISTICS DESCRIPTIVES /MISSING ANALYSIS.
Resources	Processor Time	0:00:00.000
	Elapsed Time	0:00:00.020
	Number of Cases Allowed <sup>a</sup>	196608

a. Based on availability of workspace memory.

[DataSet0]

### Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
KECEMASAN	65	53.09	10.510	28	80

### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	KECEMASAN	
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	N	65
	Mean	53.09
	Std. Deviation	10.510
Most Extreme Differences	Absolute	.120
	Positive	.120
	Negative	-.099
Kolmogorov-Smirnov Z	.970	
Asymp. Sig. (2-tailed)	.304	

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

EXAMINE VARIABLES=Y /PLOT BOXPLOT STEMLEAF NPLOT /COMPARE GROUP  
/STATISTICS DESCRIPTIVES /CINTERVAL 95 /MISSING LISTWISE /NOTOTAL.

## **Explore**



Notes

	Output Created	12-Jun-2017 22:18:29
	Comments	
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	65
Missing Value Handling	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	<pre> EXAMINE VARIABLES=Y /PLOT BOXPLOT STEMLEAF NPLOT /COMPARE GROUP /STATISTICS DESCRIPTIVES /CINTERVAL 95 /MISSING LISTWISE /NOTOTAL. </pre>
Resources	Processor Time	0:00:02.418

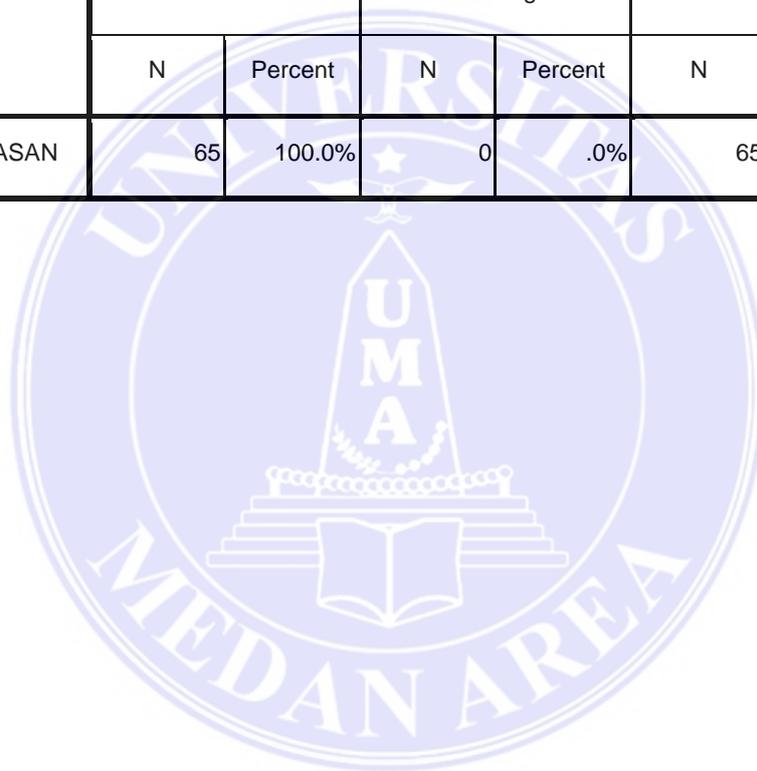
Elapsed Time

0:00:03.246

[DataSet0]

**Case Processing Summary**

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
KECEMASAN	65	100.0%	0	.0%	65	100.0%



**Descriptives**

		Statistic	Std. Error
KECEMASAN	Mean	53.09	1.304
95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	50.49	
	Upper Bound	55.70	
	5% Trimmed Mean	52.91	
	Median	52.00	
	Variance	110.460	
	Std. Deviation	10.510	
	Minimum	28	
	Maximum	80	
	Range	52	
	Interquartile Range	11	
	Skewness	.381	.297
	Kurtosis	.949	.586

# KECEMASAN

KECEMASAN Stem-and-Leaf Plot

Frequency Stem & Leaf

2.00 Extremes ( $\leq 28$ )

.00 3 .

3.00 3 . 589

4.00 4 . 0134

13.00 4 . 5556688888889

20.00 5 . 00000111112223333444

8.00 5 . 55567899

8.00 6 . 11123344

2.00 6 . 57

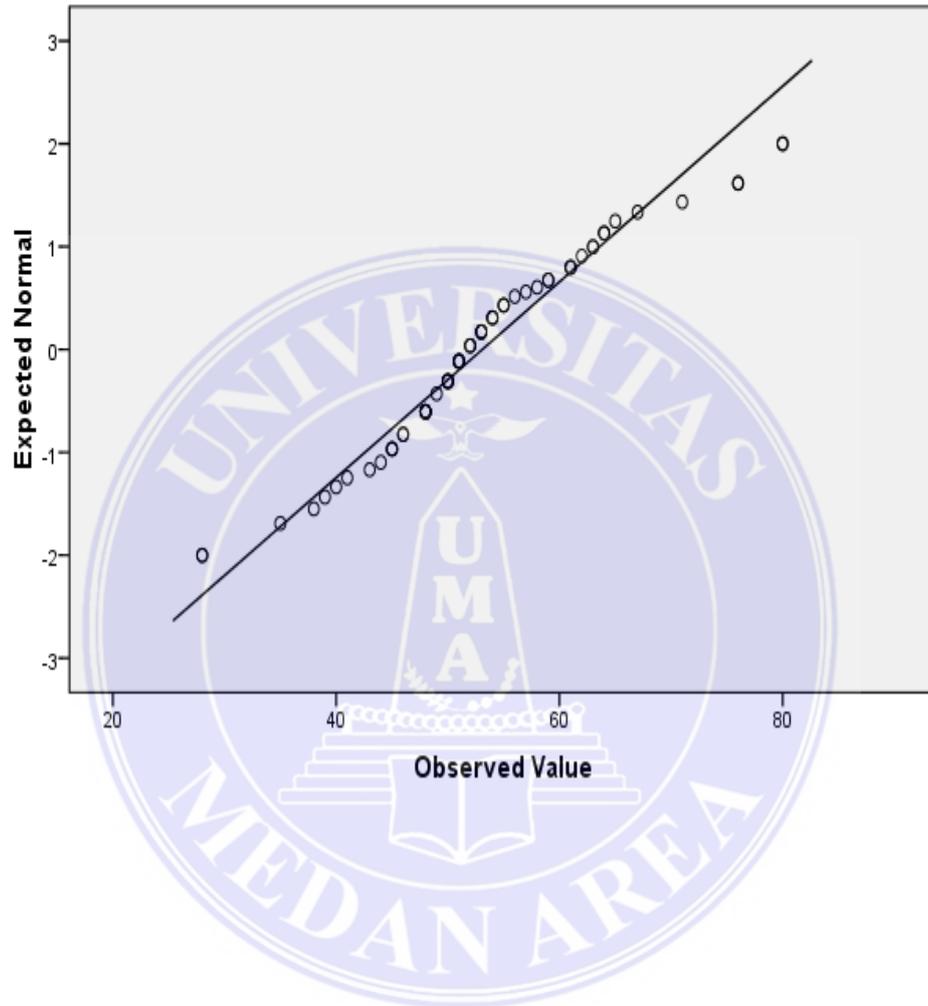
1.00 7 . 1

4.00 Extremes ( $\geq 76$ )

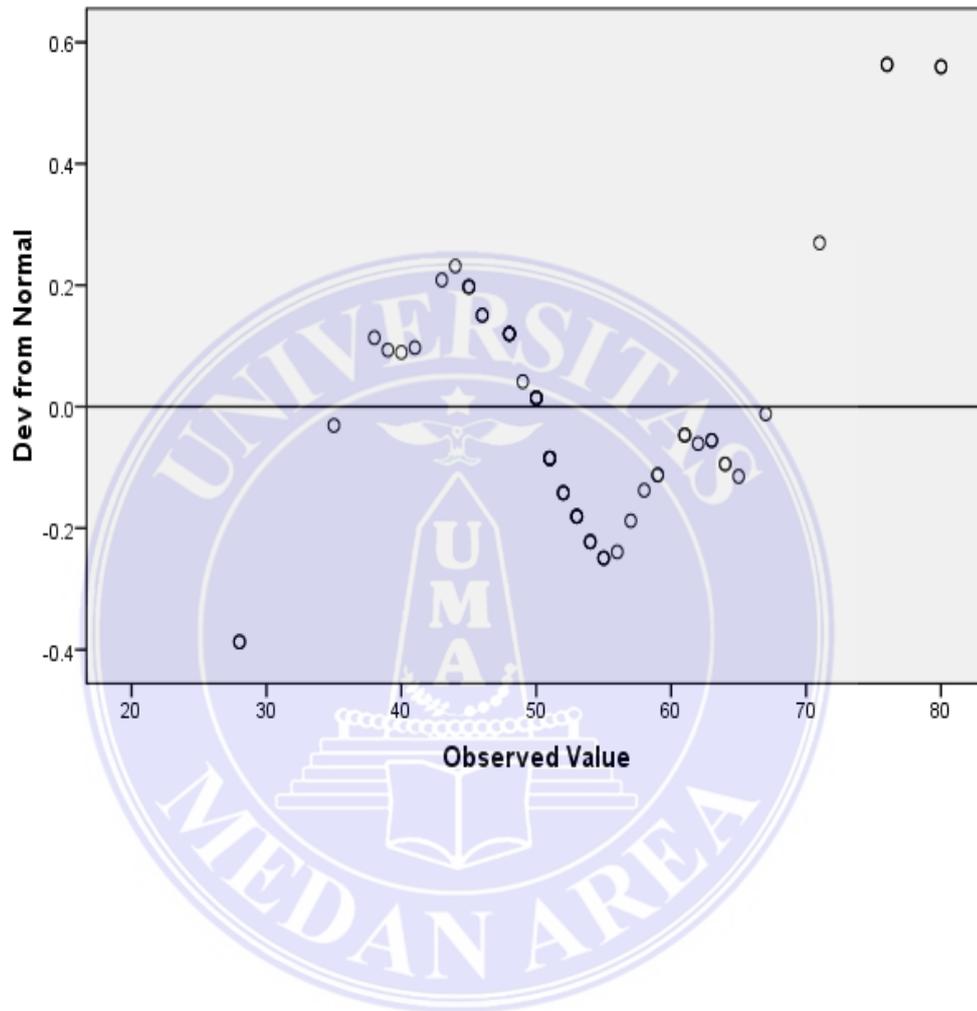
Stem width: 10

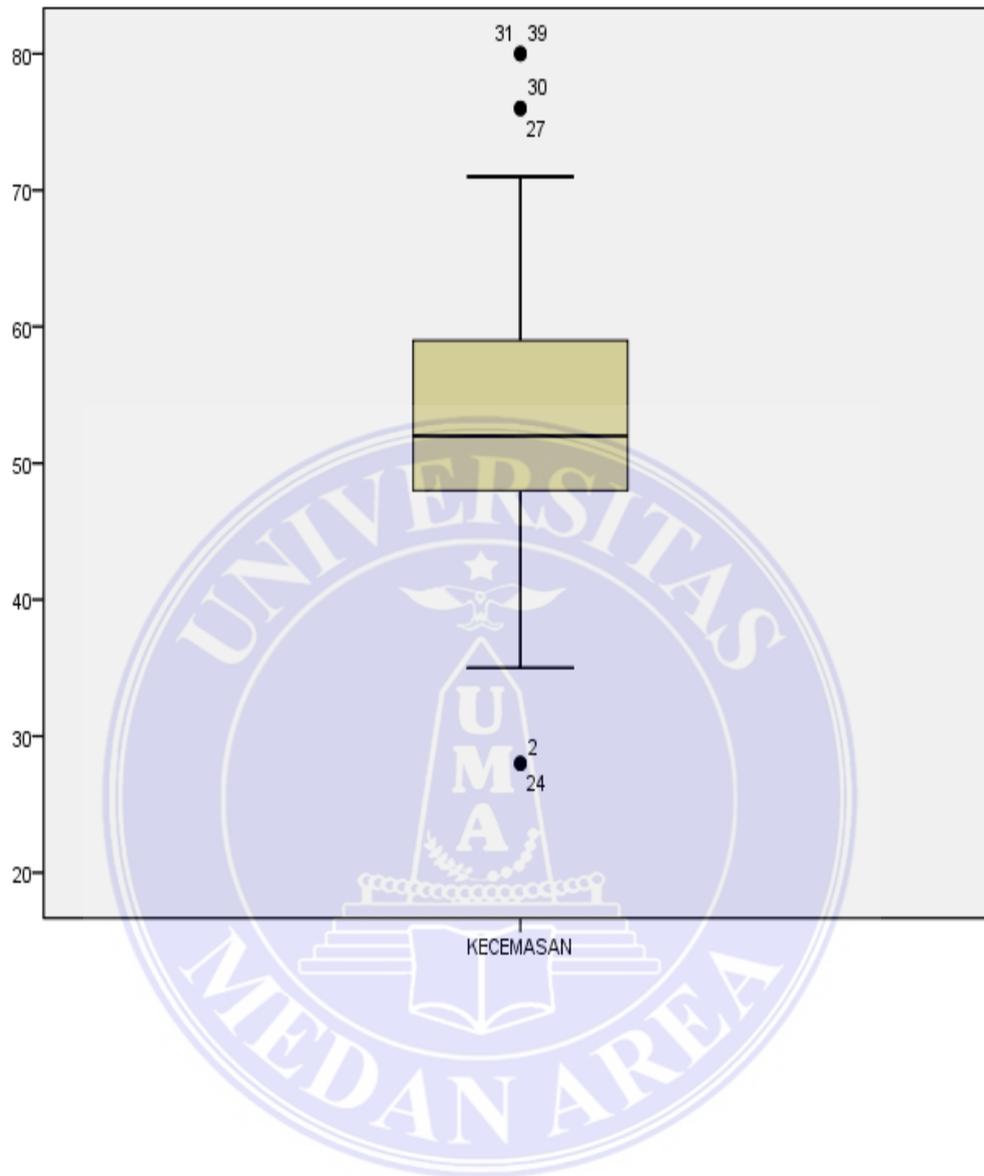
Each leaf: 1 case(s)

Normal Q-Q Plot of KECEMASAN



Detrended Normal Q-Q Plot of KECEMASAN







**LAMPIRAN C**  
**UJI HOMOGENITAS**

ONEWAY Y BY X /STATISTICS DESCRIPTIVES HOMOGENEITY /MISSING ANALYSIS.

**Oneway**



Notes

	Output Created	12-Jun-2017 22:22:02
	Comments	
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	65
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each analysis are based on cases with no missing data for any variable in the analysis.
	Syntax	ONEWAY Y BY X /STATISTICS DESCRIPTIVES HOMOGENEITY /MISSING ANALYSIS.
Resources	Processor Time	0:00:00.000
	Elapsed Time	0:00:00.028

[DataSet0]

### Descriptives

KECEMASAN

					95% Confidence Interval for Mean	
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	Lower Bound	Upper Bound
EKSTROVERT	26	55.38	9.613	1.885	51.50	59.27
INTROVERT	39	51.56	10.920	1.749	48.02	55.10
Total	65	53.09	10.510	1.304	50.49	55.70

### Descriptives

KECEMASAN

	Minimum	Maximum
EKSTROVERT	41	80
INTROVERT	28	80
Total	28	80

### Test of Homogeneity of Variances

KECEMASAN

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.038	1	63	.846

### ANOVA

KECEMASAN

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	227.703	1	227.703	2.097	.153
Within Groups	6841.744	63	108.599		
Total	7069.446	64			

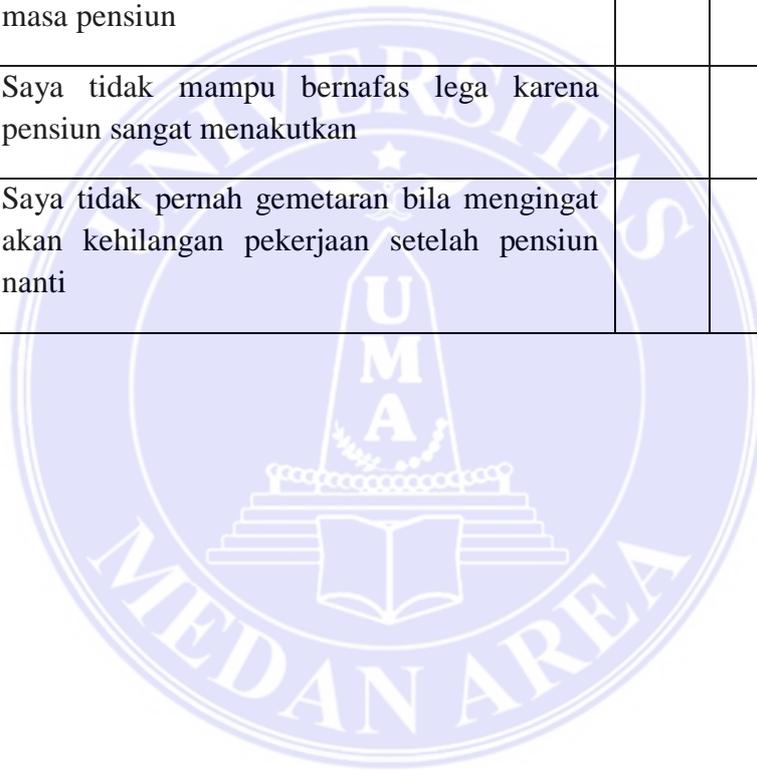


**LAMPIRAN D**  
**SKALA UKUR PENELITIAN**



7.	Akhir-akhir ini nafsu makan saya berkurang bila memikirkan masa pensiun yang semakin dekat				
8.	Saya takut mengalami masa pensiun				
9.	Tiba-tiba saya berkeringat ketika teringat masa pensiun				
10.	Saya dapat berkonsentrasi mengerjakan sesuatu saat akan menghadapi masa pensiun				
11.	Saya menjadi gemetar bila mengingat akan kehilangan pekerjaan setelah pensiun nanti				
12.	Akhir-akhir ini saya sangat fokus dalam bekerja				
13.	Saya menderita sakit kepala akhir-akhir ini				
14.	Saya tidak khawatir jika tidak dapat mencukupi kebutuhan keluarga setelah pensiun				
15.	Kepala saya pusing memikirkan pensiun yang semakin dekat				
16.	Saya tidak takut mengalami masa pensiun				
17.	Nafas saya terasa sesak, bila mendengar teman-teman berbicara masalah pensiun				
18.	Detak jantung saya berdegup stabil ketika membayangkan pensiun				
19.	Nafas saya stabil bila mendengar teman-teman berbicara masalah pensiun				
20.	Apabila mendengar berita tentang pensiun jantung saya tidak berdebar-debar				
21.	Saya tidak pernah sakit kepala akhir-akhir ini				
22.	Lambung saya tidak sakit jika membayangkan pensiun				

23.	Saya tetap mampu bernafas lega karena bagi saya pensiun tidaklah menakutkan				
24.	Meskipun saya memikirkan pensiun yang akan saya alami, tidak membuat nafsu makan saya terganggu				
25.	Saya tidak pernah sakit kepala jika memikirkan tentang pensiun				
26.	Saya tidak pernah berkeringat ketika teringat masa pensiun				
27.	Saya tidak mampu bernafas lega karena pensiun sangat menakutkan				
28.	Saya tidak pernah gemetaran bila mengingat akan kehilangan pekerjaan setelah pensiun nanti				



## Skala Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert

Nama :

Jenis Kelamin : L / P

Usia :

### Petunjuk Pengisian :

1. Bacalah dan pahami tiap pernyataan di bawah ini dengan teliti.
2. Beritanda check list (√) pada kolom sebelah kanan di tiap pernyataan yang dirasa paling sesuai dengan diri anda.
3. Sebelum anda menyerahkan lembaran ini, harap periksa kembali agar tidak ada nomor yang terlewatkan untuk diisi.

No.	Pertanyaan	Pilihan Jawaban	
		Ya	Tidak
1.	Apakah anda senang berinteraksi dengan banyak orang, meskipun dengan orang asing?		
2.	Apakah anda senang melakukan kegiatan baru?		
3.	Apakah anda lebih suka menikmati akhir pekan dengan beraktivitas diluar rumah?		
4.	Jika anda tidak sependapat dengan teman, apakah anda membantahnya dengan tegas?		
5.	Apakah anda senang jika sering diperhatikan orang?		
6.	Apakah anda senang bersenda gurau dengan orang lain?		
7.	Apakah anda termasuk orang yang mudah terbuka dengan orang lain?		

8.	Apakah anda selalu bersemangat melakukan kegiatan-kegiatan?		
9.	Apakah anda berani menghadapi resiko akibat dari perbuatan anda?		
10.	Ketika berteman apakah anda memilih-milih teman?		
11.	Apakah orang lain menganggap anda sebagai orang yang penuh semangat?		
12.	Apakah anda tidak suka melakukan banyak kegiatan?		
13.	Apakah anda cenderung tidak sukaberbasabasi dengan orang lain?		
14.	Apakah anda senang berada ditempat keramaian?		
15.	Apakah anda menyukai pesta?		
16.	Apakah anda cenderung mudah marah?		
17.	Jika ingin mendapatkan sesuatu, apakah anda bergiat untuk mendapatkannya?		
18.	Apakah anda menyukai tantangan?		
19.	Apakah anda senang menikmati kesendirian?		
20.	Apakah anda lebih suka membaca daripada berkumpul dengan teman?		
21.	Apakah anda lebih suka hari libur yang tenang tanpa banyak acara?		
22.	Apakah anda sering merasa tidak yakin jika mengambil keputusan dengan segera?		
23.	Apakah anda cenderung mudah memikirkan sesuatu?		
24.	Apakah anda suka menyendiri dan merenung?		

25.	Apakah anda selalu mendengarkan dan melakukan saran-saran dari teman anda?		
26.	Jika keinginan anda tidak terwujud, apakah anda pasrah dengan keadaan?		
27.	Apakah anda selalu membutuhkan teman untuk menemani anda?		
28.	Apakah anda tidak menyukai keramaian?		
29.	Apakah anda canggung jika berbicara dengan orang asing?		
30.	Apakah anda cenderung bergerak lambat saat bertindak?		
31.	Apakah anda cenderung tidak yakin memulai suatu kegiatan yang baru?		
32.	Jika ada masalah, apakah anda selalu memikirkannya?		
33.	Jika anda mengalami masalah, apakah anda cenderung lebih mudah menangis?		
34.	Apakah anda cenderung menuruti apa kata orang lain?		
35.	Apakah anda selalu tidak yakin dengan pekerjaan yang anda lakukan?		
36.	Apakah anda merasa takut jika bertemu dengan orang asing?		



**LAMPIRAN E**

**DATA *TRY OUT* TERPAKAI**

**SKALA UKUR PENELITIAN**

No	NAMA	AITEM																										TOTAL	KODE	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26			
1	WFH	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	54	2
2	NG	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	28	2
3	MI	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	50	2
4	BRN	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	45	2
5	WF	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44	2
6	Z	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	46	1
7	D	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	51	2
8	BRN	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	52	2
9	W	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	41	1
10	S	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	41	1
11	SH	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	53	1
12	JWP	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	48	1
13	EDS	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	61	2
14	EL	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	45	2
15	PN	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	48	1
16	SM	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	49	2
17	AS	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	50	2
18	SK	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	39	2
19	KB	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	35	2
20	LS	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	50	2
21	AH	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64	1
22	MS	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	45	2
23	MF	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	51	2
24	ZA	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	38	2
25	R	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28	2
26	H	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40	2
27	HY	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	62	1
28	GWR	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76	1
29	RN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	63	2
30	YL	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	43	1
31	FN	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76	2
32	OP	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	80	1
33	DM	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	71	1
34	FA	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	48	2









**LAMPIRAN F**

**SURAT IZIN PENELITIAN**

# UNIVERSITAS MEDAN AREA

## FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360192, 7360173, 7364048 ✉ (061) 7360112 Medan 20122  
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 79 A ☎ (061) 8225822 ✉ (061) 8225831 Medan 20122  
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ\_medanarea@uma.ac.id

no : 730 /FPSI/01.10/V/2017  
pimpinan : -  
: Pengambilan Data

Medan, 12 Mei 2017

Manager PT.PLN Cab Area Binjai  
T. Amir Hamzah No. 37, Pahlawan, Binjai Utara,  
Kota Binjai, Sumatra Utara

pat

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

Nama : Donny Bima Atmaja  
NPM : 12 860 0073  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

ak melaksanakan pengambilan data di PT.PLN Cab Area Binjai Jl. T. Amir Hamzah No.  
Pahlawan, Binjai Utara, Kota Binjai, Sumatra Utara guna penyusunan skripsi yang  
adul **"Perbedaan Kecemasan Menghadapi Pensiun Ditinjau Dari Tipe Kepribadian  
trovert Dan Introversi Pada Pegawai PT.PLN Binjai"**.

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

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

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

Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan,





**PT PLN (PERSERO)  
WILAYAH SUMATERA UTARA  
AREA BINJAI**

Jalan T. Amir Hamzah No. 37, Binjai - Sumatera Utara 20743  
Telp. (061) 8824777, 8821778 Fax (061) 821976, 8823740

Website: [www.pln.co.id](http://www.pln.co.id)

Binjai, 28 Juli 2017

Nomor : 018 /SDM.06.03/BJI/2017  
Lampiran : 1 (Satu) Lembar  
Perihal : Keterangan Selesai Penelitian

Kepada Yth  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
Jl. Kolam Nomor 1  
Di  
Medan

Sehubungan dengan pelaksanaan kegiatan penelitian di PT PLN (Persero) Area Binjai dalam rangka memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar sarjana, bahwa saudara:

Nama : Donny Bima Atmaja  
NPM : 128600073  
Judul skripsi : Perbedaan Kecemasan Menghadapi Pensiun ditinjau dari Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert pada pegawai PT PLN (Persero) Area Binjai

Dengan ini menyatakan bahwa benar telah selesai melaksanakan penelitian di PT PLN (Persero) Area Binjai pada 23 Mei 2017 hingga 29 Mei 2017 dengan melakukan penyebaran data kuesioner (angket) kepada 65 Responden (Pegawai). Demikian disampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

