

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN KECEMASAN  
MENGHADAPI MASA PENSIUN PADA KARYAWAN**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Program Studi Psikologi Islam  
Jurusan Psikologi dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta  
Guna Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



Oleh :

**MEITA YOGI PRATIWI**

**NIM. 19.114.1.093**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
JURUSAN PSIKOLOGI DAN PSIKOTERAPI  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA**

**2023**

**NOTA DINAS PEMBIMBING**  
**Dr. RETNO PANGESTUTI, M.PSI., PSIKOLOG DOSEN**  
**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGRI RADEN MAS SAID SURAKARTA**

**NOTA PEMBIMBING**

**Hal : Skripsi Sdri. Meita Yogi Pratiwi**

**Lamp : -**

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

UIN Raden Mas Said Surakarta

*Assalamu 'alaikum Wr. Wb.*

Setelah membaca, meneliti, Mengoreksi dan mengadakan perbaikan seperlunya terhadap skripsi saudara:

Nama : Meita Yogi Pratiwi

NIM : 19114110 93

Judul : Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Karyawan

Dengan ini kami menilai skripsi tersebut dapat disetujui untuk diajukan pada Sidang Munaqosah Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta

*Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.*

**Surakarta, 02 Oktober 2023**

**Pembimbing**



**Dr. Retno Pangestuti, M. Psi., Psikolog**

**NIP. 197904152009122002**

## **SURAT PERNYATAAN SKRIPSI**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Meita Yogi Pratiwi  
NIM : 191141093  
Tempat, Tanggal Lahir : Klaten, 18 Mei 2001  
Program Studi : Psikologi Islam  
Jurusan : Psikologi dan Psikoterapi  
Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah  
Alamat : Dukuh Pacing Tengah Rt 04 Rw 03, Carikan,  
Juwiring, Klaten  
Judul Skripsi : Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan  
Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada  
Karyawan

Menyatakan dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran bahwa skripsi ini benar adalah hasil karya sendiri, jika dikemudian hari terbukti merupakan duplikat, tiruan, plagiat, atau dibuat oleh orang lain, sebagian atau seluruhnya, maka skripsi dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum

Demikian pernyataan ini saya buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Surakarta, 02 Oktober 2023

Yang Membuat Pernyataan



Meita Yogi Pratiwi

NIM.191141093

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**HUBUNGAN Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan**  
**Menghadapi Masa Pensiun Pada Karyawan**

Disusun Oleh:

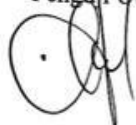
**MEITA YOGI PRATIWI**

**NIM. 191141093**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta  
Pada Hari Rabu, 18 Oktober 2023  
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat  
Guna Memperoleh Gelar S. Psi

Surakarta, 24 November 2023

Penguji Utama



Dr. Gadis Deslinda, M.Psi., Psikolog

NIK. 19750207 201401 2 069

Penguji II/Ketua Sidang



Dr. Retno Pangestuti, M.Psi., Psikolog

NIP. 19790415200912 2 002

Penguji I/Sekretaris Sidang



Lintang Seira Putri, M.A

NIP. 19910414201903 2 011

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta



Dr. H. Khoirulrohman, M. Si.

NIP. 19741225200501 1 005

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Skripsi ini peneliti persembahkan kepada:

1. Orang tua tercinta, sebagai tanda bakti, hormat dan rasa terimakasih yang tiada terhingga kupersembahkan karya kecil ini kepada Ayah dan Ibu yang telah memberikan kasih sayang, serta segala dukungan yang diberikan dan cinta kasih yang tidak terhingga yang tidak mungkin ku balas hanya dengan selembar kertas yang bertuliskan kata cinta dan persembahan.
2. Dosen Pembimbing Ibu Dr. Retno Pangestuti.M.Psi. Psikolog terimakasih banyak bu, saya sudah dibantu selama ini, sudah dinasehati dan diarahkan, saya tidak akan lupa atas bantuan dan kesabaran dari Ibu Retno.
3. Teman – teman saya Psikologi Islam C yang melangkah bersama dalam dunia perkuliahan dari awal sampai akhir.
4. Almamater saya Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta
5. Diriku sendiri terimakasih telah berjuang dan bertahan sejauh ini, kamu hebat aku bangga dengan kamu.

## HALAMAN MOTTO

“Sesuatu yang berlebihan itu tidak baik, kecuali uang”

“Sesungguhnya beserta kesulitan itu pasti ada kemudahan”

(QS. Al-Insyirah :6)

“Tidak ada kesuksesan tanpa kerja keras. Tidak ada keberhasilan tanpa kebersamaan. Tidak ada kemudahan tanpa doa.”

(Ridwan Kamil)

“ Jangan pernah takut untuk bermimpi besar, karena dalam mimpi besar terdapat kekuatan untuk mewujudkannya.”

(B.J.Habibie)

“ Pendidikan dan karirmu tak boleh kandas. Karena sukses mengundang cinta yang berkelas.”

( Penulis)

## ABSTRAK

**Meita Yogi Pratiwi. 191141093. Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Karyawan. Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, 2023.**

Kecerdasan emosi merupakan kemampuan seseorang dalam mengelola dan mengekspresikan dengan tepat emosi yang dimilikinya termasuk juga kemampuan untuk mengendalikan diri sendiri, serta membina hubungan dengan orang lain. Kecemasan itu muncul ketika individu merasa akan terjadi perubahan peran, nilai dan pola hidup individu secara menyeluruh. Bagi individu yang belum siap menghadapi pensiun dan menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan psikologis, finansial dan sosial yang mungkin terjadi akan menganggap bahwa pensiun merupakan suatu periode kepahitan, kegetiran dan sesuatu yang mengancam, karena terpaksa harus kehilangan hal-hal yang pernah menjadi miliknya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada karyawan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Populasi dan sampel penelitian berjumlah 40 karyawan LPP yang akan mengalami masa pensiun yang berusia 50-55 tahun. Teknik sampling penelitian ini menggunakan teknik total sampling menggunakan metode *non-probability sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan skala kecerdasan emosi (26 item,  $\alpha=0,784$ ) dan kecemasan menghadapi masa pensiun (13 item,  $\alpha=0,709$ ).

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa uji hipotesis menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* ( $r_{xy} = -0,790$ ), ( $p = 0.000 < 0,05$ ) yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun. Dapat diartikan semakin tinggi kecerdasan emosi, maka semakin rendah kecemasan menghadapi masan pensiun yang dialami pada karyawan.

Kata Kunci : Kecerdasan emosi, Kecemasan, Menghadapi Masa Pensiun

## ABSTRACT

**Meita Yogi Pratiwi. 191141093. The Relationship between Emotional Intelligence and Anxiety in Facing Retirement in Employees. Islamic Psychology, Faculty of Ushuluddin and Da'wah, Raden Mas Said State Islamic University, Surakarta, 2023.**

Emotional intelligence is a person's ability to manage and express appropriately their emotions, including the ability to control themselves and build relationships with other people. Anxiety arises when the individual feels that there will be a change in the individual's role, values and lifestyle as a whole. Individuals who are not ready to face retirement and adjust to the psychological, financial and social changes that may occur will find retirement to be a period of bitterness, bitterness and something threatening, because they are forced to lose the things that once belonged to them. The aim of this research is to determine the relationship between emotional intelligence and anxiety about facing retirement among employees.

This research uses a correlational quantitative approach. The research population and sample consisted of 40 LPP employees aged 50-55 years who were about to retire. The sampling technique for this research uses a total sampling technique using a non-probability sampling method. Data collection techniques used the emotional intelligence scale (26 items,  $\alpha=0.784$ ) and anxiety about facing retirement (13 items,  $\alpha=0.709$ ).

The results of this research state that the hypothesis test uses the Pearson Product Moment correlation ( $r_{xy} = -0.790$ ), ( $p = 0.000 < 0.05$ ) which shows that there is a significant negative relationship between emotional intelligence and anxiety about facing retirement. It can be interpreted that the higher the emotional intelligence, the lower the anxiety facing retirement experienced by employees.

*Keywords: Emotional intelligence, Anxiety, Facing Retirement*



## **KATA PENGANTAR**

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT atas berkah, rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Shalawat dan salam semoga tetap tercurah kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, beserta sahabat dan keluarganya.

Skripsi yang berjudul “Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Karyawan”. Disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi, kepada program studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Dalam kesempatan ini, tanpa mengurangi rasa hormat, penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Toto Suharto, S.Ag., M.Ag. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
2. Bapak Dr. H. Kholilurrohman, M. Si. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
3. Ibu Dr. Retno Pangestuti, M.Psi., Psikolog, selaku kepala jurusan Psikologi dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta serta selaku dosen penguji utama skripsi. Terimakasih telah memberikan saran dan nasihat yang membangun kepada penulis.
4. Bapak Triyono, M.Si, selaku koordinator program studi Psikologi Islam jurusan Psikologi dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
5. Bapak Zaenal Muttaqin, S.Ag., Ph.D. selaku dosen pembimbing akademik Program Studi Psikologi Islam angkatan 2019.
6. Ibu Lintang Seira Putri. M. A selaku dosen penguji I atau sekertaris sidang skripsi. Terima kasih telah memberikan saran dan masukan yang membangun kepada penulis.
7. Ibu Dr. Gadis Deslinda, M.Psi., Psikolog selaku dosen penguji utama yang telah memberikan arahan, masukan, serta dukungan kepada penulis selama proses penulisan skripsi.

8. Untuk kedua orang tua yang penulis banggakan, Ibu Eny Sunaryati S.Pd. dan Bapak Drs. Mardito yang senantiasa mengiringi langkah penulis dengan doa restu, memberikan dukungan moril maupun materil, nasehat, motivasi dan semangat.
9. Keluarga saya, adikku Raihan Mahendra Diputra, Allan Khalif dan Sofia Ika Nugroho Putri yang telah banyak memberikan bantuan, dukungan, doa yang mengiringi penulis sampai akhir.
10. Seluruh responden dan karyawan di PT. Alwanas Lestari Internasional, Juwiring serta LPP Agro Nusantara yang telah bersedia membantu dalam penyelesaian skripsi ini
11. Seluruh teman Psikologi Islam angkatan 2019 UIN Raden Mas Said Surakarta. Terimakasih telah memberikan pengalaman, kenangan, pesan dan kesan selama masa perkuliahan.
12. Team lambe turah yang tiada henti memberikan dukungan, motivasi, doa selama proses penyelesaian skripsi ini.
13. Sahabat – sahabat saya, Sri Rejeki, Iqva Nur dan Yuyun Ayu yang selalu ada disaat butuh bantuan atau kesulitan dan selalu menghibur.
14. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah banyak membantu penulis selama masa perkuliahan hingga proses menyelesaikan skripsi.
15. Kepada Fitria Ganes Ariandini, terima kasih telah menemani suka maupun duka. Terima kasih atas segala waktu, usaha dan dukungan yang telah diberikan.
16. Kepada seseorang yang tak kalah kehadirannya, Resha Dwi Haryanto terima kasih menjadi bagian dari perjalanan hidup saya. Berkontribusi banyak dalam penulisan karya tulis ini, baik tenaga, waktu, maupun materi kepada saya. Telah menjadi rumah, pendamping dalam segala hal yang menemani, mendukung ataupun menghibur dalam kesedihan, mendengar keluh kesah, memberikan semangat untuk pantang menyerah.
17. Terakhir, terima kasih untuk diri sendiri, karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tak pernah putus asa sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.

Skripsi ini masih terdapat banyak kesalahan dan kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi kesempurnaan penulisan skripsi ini dan bermanfaat bagi penulis maupun pembaca.

Surakarta, 02 Oktober 2023

Penulis

Meita Yogi Pratiwi

## DAFTAR ISI

NOTA DINAS PEMBIMBING .....	i
SURAT PERNYATAAN SKRIPSI .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR TABEL .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A.Latar Belakang Masalah.....	1
B.Identifikasi Masalah .....	10
C.Rumusan Masalah .....	11
D.Batasan Masalah.....	12
E. Tujuan Penelitian .....	12
F. Manfaat Penelitian .....	12

BAB II LANDASAN TEORI.....	14
A.Kecerdasan Emosi.....	14
1. Pengertian Kecerdasan Emosi .....	14
2. Aspek-Aspek Kecerdasan Emosi .....	16
3. Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi .....	18
B.Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun .....	21
1. Pengertian Kecemasan .....	21
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan .....	22
3. Aspek-Aspek Kecemasan.....	24
4. Dampak-Dampak Kecemasan.....	26
C. Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun.....	28
D. Telaah Pustaka .....	31
E.Kerangka Berfikir.....	41
F.Hipotesis .....	44
BAB III METODE PENELITIAN .....	45
A.Metode Penelitian.....	45
B.Identifikasi Variabel Penelitian.....	45
C.Definisi Operasional Penelitian.....	46
D.Populasi dan Sampel Penelitian .....	47

F. Validitas,Daya Beda Item dan Reabilitas Data .....	51
G.Teknik Analisis Data.....	53
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>55</b>
A.Setting Penelitian .....	55
B.Tahapan Penelitian.....	57
C.Hasil Analisi Data .....	63
D.Pembahasan.....	76
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>88</b>
A.Kesimpulan .....	89
B.Saran.....	89
C.Keterbatasan Penelitian.....	91
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>93</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>97</b>

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 4. 1 Diagram Persebaran Responden Berdasarkan Usia .....	69
Gambar 4. 2 Diagram Persebaran responden Berdasarkan Jenis Usia.....	70
Gambar 4. 3 Persebaran Responden Berdasarkan Lama Bekerja .....	71
Gambar 4. 4 Persebaran Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan .....	72
Gambar 4. 5 Persebaran Responden Berdasarkan Status Pekerjaan .....	73

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blue Print Kecerdasan Emosi .....	49
Tabel 3. 2 Blue Print Kecemasan Menghadapi Pensiun .....	50
Tabel 4. 1 Daftar Nama Expert Judgement Skala Penelitian .....	58
Tabel 4. 2 Sebaran Item Skala Kecerdasan Emosi Setelah Uji Coba .....	60
Tabel 4. 3 Sebaran Item Skala Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Setelah Uji Coba.....	62
Tabel 4. 4 Koefisien Reliabilitas Skala Penelitian .....	63
Tabel 4. 5 Hasil Uji Normalitas .....	64
Tabel 4. 6 Hasil Uji Linearitas .....	65
Tabel 4. 7 Hasil Uji Hipotesis .....	66
Tabel 4. 8 Koefisien Determinasi.....	67
Tabel 4. 9 Statistik Deskripsi Data Penelitian.....	68
Tabel 4. 10 Persebaran Responden Berdasarkan Usia.....	69
Tabel 4. 11 Persebaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	69
Tabel 4. 12 Persebaran Responden Berdasarkan Lama Bekerja.....	70
Tabel 4. 13 Persebaran Responden Berdasarkan .....	71
Tabel 4. 14 Persebaran Responden Berdasarkan Status Pekerjaan.....	72
Tabel 4. 15 Norma Kategorisasi.....	73
Tabel 4. 16 Kategorisasi Variabel Kecerdasan Emosi.....	74
Tabel 4. 17 Kategorisasi Berdasarkan Aspek Kecerdasan Emosi .....	74
Tabel 4. 18 Kategorisasi Variabel Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun .....	75
Tabel 4. 19 Berdasarkan Aspek Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun.....	76



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Kecerdasan Emosi .....	99
Lampiran 2 Skala Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun.....	101
Lampiran 3 Hasil Data Uji Coba.....	102
Lampiran 4 Hasil Uji Validitas Isi .....	107
Lampiran 5 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Penelitian .....	109
Lampiran 6 Hasil Data Penelitian .....	113
Lampiran 7 Lembar Expert Judgment.....	118
Lampiran 8 Surat Penelitian.....	121
Lampiran 9 Biodata Penulis .....	124

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Kehidupan manusia tidak terlepas dari kebutuhan. Kebutuhan seperti sandang, pangan dan papan menjadi hal yang harus dipenuhi setiap manusia. Untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan dalam hidupnya manusia perlu bekerja. Aktivitas dalam bekerja juga mengandung unsur kegiatan sosial, dengan menghasilkan sesuatu, dan pada akhirnya bertujuan untuk memenuhi kebutuhannya. Manusia juga mempunyai kebutuhan psikologis seperti berprestasi, berkuasa dan kebutuhan lain yang menunjukkan eksistensi dirinya. Bekerja merupakan suatu kegiatan yang harus dilakukan oleh setiap manusia. Selain sebagai sumber penghasilan, mempunyai pekerjaan adalah sebagai sebuah identitas diri. Individu yang memiliki identitas adalah individu yang diakui dalam masyarakat dan lingkungan sosialnya sebagai pribadi yang memiliki arti dan peran yang jelas dalam masyarakat. Artinya individu akan merasa berharga ketika bisa mengatakan posisi dan pekerjaannya (Sutrisno, 2013).

Di era modern sekarang ini, pekerjaan merupakan salah satu faktor terpenting yang mendatangkan kepuasan karena uang, jabatan dan memperkuat harga diri. Hurlock (2004) menyatakan bahwa dalam pekerjaan, seseorang akan mengalami perubahan-perubahan tertentu, seperti perpindahan dari suatu jabatan ke jabatan lain ataupun berhenti dari pekerjaan. Tanggapan dari

perubahan ini beraneka ragam. Ada yang mempresepsikan perubahan sebagai ancaman sehingga muncul usaha untuk mempertahankan apa yang diraih dan dinikmati saat ini.

Salah satu tugas perkembangan di masa dewasa akhir ialah menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya *income*/ penghasilan keluarga. Pada karyawan usia pensiun normal ditetapkan pada usia 55 tahun (Hurlock, 2004).

Seorang karyawan yang memasuki masa pensiun seorang karyawan seharusnya merasa senang karena telah mencapai puncak karirnya. Individu dapat menikmati masa hidupnya dengan lebih santai, rileks, tenang, dan bahagia. Individu tidak lagi terbebani dengan berbagai tugas dan tanggung jawab dari instansi atau organisasi tempatnya bekerja. Saat masa pensiun tiba, maka individu akan lebih banyak waktu dan kesempatan bersama-sama dengan keluarga atau pasangannya. Individu mengerjakan sesuatu yang disukai dan bukan pekerjaan yang harus dikerjakannya. Individu dapat meningkatkan kualitas kesehatan karena berkurangnya tekanan beban kerja yang harus dihadapi. Pada akhirnya individu dapat memaknai kehidupannya dengan penuh keoptimisan (Pradono & Purnamasari, 2010).

Kenyataannya di lapangan banyak orang yang belum siap memasuki masa pensiun. Pensiun seringkali dianggap sebagai kenyataan yang tidak menyenangkan sehingga menjelang masanya tiba sebagian orang sudah merasa cemas karena tidak tahu kehidupan macam apa yang akan dihadapi kelak (Rini,

2001). Menurut Rachmad (2009) kecemasan timbul karena adanya sesuatu yang tidak jelas atau tidak diketahui sehingga muncul perasaan yang tidak tenang, rasa khawatir, atau ketakutan, di masa pensiun biasanya terjadi penurunan kekuatan fisik dan kesehatan, menyesuaikan terhadap penurunan pendapatan dan pensiun, menyiapkan kematian pasangan, membangun relasi yang nature terhadap salah satu kelompok manula, mengadopsi dan mengadaptasi peranan sosial dalam cara-cara yang fleksibel, serta membangun kepuasan fisik terhadap hidupnya.

Saat masa pensiun seseorang akan kehilangan pekerjaannya, status sosialnya, fasilitas, materi, anak-anak yang sudah dewasa dan pergi dari rumah. Teman-teman dan relasi tidak lagi mengunjunginya. Individu menjadi kesepian dan kesehatannya makin menurun. Berkaitan dengan keadaan tersebut Kroger (2001) mengatakan bahwa terjadi perubahan pada diri karyawan ketika pensiun yaitu dari yang semula tubuhnya aktif bekerja menjadi tidak bekerja, keadaan itu berdampak juga pada pendapatan penghasilan yang menurun dan juga secara emosi, dengan pensiun seseorang menjadi banyak menganggur sehingga dapat menimbulkan kebosanan.

Hal-hal itu memungkinkan seseorang yang akan memasuki masa pensiun mengalami suatu keadaan yang tidak menyenangkan, yang disebut kecemasan. Kecemasan muncul karena beberapa situasi yang mengancam manusia sebagai makhluk sosial seperti berhentinya seseorang dari pekerjaannya. Kecemasan akan pensiun menimbulkan konflik, ketegangan, ancaman terhadap harga diri dan adanya tekanan untuk melakukan sesuatu.

Menurut hasil penelitian Mayer & Salovey (2007), pada umumnya kecemasan itu muncul ketika individu merasa akan terjadi perubahan peran, nilai dan pola hidup individu secara menyeluruh. Menghadapi masa pensiun bukan merupakan hal yang mudah dan seringkali dianggap sebagai ancaman terhadap kehidupan seseorang di masa yang akan datang sehingga dapat menimbulkan kecemasan bagi yang menjalaninya. Bagi individu yang belum siap menghadapi pensiun dan menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan psikologis, finansial dan sosial yang mungkin terjadi akan menganggap bahwa pensiun merupakan suatu periode kepahitan, kegetiran dan sesuatu yang mengancam karena terpaksa harus kehilangan hal-hal yang pernah menjadi miliknya.

Kecemasan pada orang yang akan menghadapi masa pensiun disebabkan karena tidak tahu kehidupan seperti apa yang akan dihadapi kelak. Kecemasan menghadapi masa pensiun ini penting untuk diteliti karena seseorang yang memasuki masa pensiun mengalami kondisi “kekosongan”, merasa tanpa arti dan tanpa guna sehingga menjelang masa pensiun orang tersebut mengalami kecemasan akan bayangan-bayangan yang dihayalkannya sendiri. (Hadiwaluyo, 2009). Orang-orang yang dikuasai dorongan hati yang kurang memiliki kendali diri mengalami kekurangmampuan dalam pengendalian moral (Hurlock, 2004).

Terkadang suatu masalah yang menyangkut pengambilan keputusan dan tindakan, aspek perasaan menjadi penting dan sering kali lebih penting daripada nalar. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosi yang baik akan bisa

mengontrol kecemasan menghadapi masa pensiun dengan tepat. Orang akan cenderung menekankan pentingnya IQ dalam kehidupan manusia. Padahal kecerdasan tidaklah berarti apa-apa bila emosi yang berkuasa. Kecerdasan emosi menambahkan lebih banyak sifat-sifat yang membuat manusia menjadi lebih manusiawi (Mayer dan Salovey, 2007).

Banyak bukti memperlihatkan bahwa orang yang memiliki kecerdasan emosi akan mengetahui dan menangani perasaan mereka sendiri dengan baik, dan yang mampu membaca dan menghadapi diri sendiri dengan efektif memiliki keuntungan dalam setiap bidang kehidupan. Hal itu berdampak dalam hubungan asmara dan persahabatan, hubungan kerja, ataupun ketika akan memasuki masa berhenti dari bekerja. Orang dengan keterampilan emosi yang berkembang baik berarti kemungkinan besar individu tersebut akan bahagia dan berhasil dalam kehidupan, membuat kebiasaan positif yang mendorong produktivitas mereka. Orang yang tidak dapat mengendalikan emosinya dengan tepat akan mengalami permasalahan batin yang merampas kemampuan mereka untuk berkonsentrasi pada karir/pekerjaan ataupun untuk memiliki pikiran yang jernih. Individu dalam organisasi yang akan menghadapi masa pensiun sebaiknya menyusun suatu perencanaan. Menurut Mayer dan Salovey (2007) Penyusunan perencanaan ini diperlukan kecerdasan emosi untuk mengatur perencanaan. Orang dengan kecerdasan emosi yang baik akan mampu mengatasi kecemasan yang ada dalam dirinya. Setiap individu tidak akan membiarkan ketakutan-ketakutan tumbuh dan berkembang dalam dirinya.

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

Peneliti mewawancarai salah satu karyawan pada tanggal 13 Januari 2022 yang berinisial S mengatakan bahwa ketika dirinya memasuki masa pensiun, beliau sedikit merasa cemas karena akan kehilangan pekerjaannya, teman-teman, dan kegiatan yang biasa dilakukan sehari-hari. Beliau takut jika dirinya lama kelamaan jenuh karena tidak melakukan aktivitas apapun. Berdasarkan wawancara tersebut dapat diketahui bahwa karyawan tersebut belum memiliki persiapan apapun untuk menghadapi masa pensiun.

Kecerdasan emosi adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan intelegensi dan menjaga keselarasan emosi dan

pengungkapannya melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi, empati dan keterampilan sosial (Goleman, 2000). Kecerdasan emosi mencakup kemampuan-kemampuan yang berbeda, tetapi saling melengkapi seperti pengendalian diri, semangat, ketekunan, serta kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi. Kesanggupan untuk mengendalikan dorongan hati dan emosi, tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati, tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, kemampuan mengerti perasaan orang lain (empati).

Orang yang mempunyai kecerdasan emosi yang tinggi akan sepenuhnya sadar mengenai apa yang dirasakannya sehingga dapat menentukan tindakan yang harus dilakukannya untuk mengatasi kecemasan tersebut dan bukan hanya membiarkan kecemasannya berlarut-larut tanpa solusi. Kecerdasan emosi memiliki empati terhadap orang lain dan dapat hidup rukun dengan orang lain atau kelompok, orang tersebut akan memiliki hubungan yang baik dengan semua orang, baik sebelum atau sesudah pensiun, sehingga orang tidak merasa terisolasi dan dengan demikian memiliki pemikiran positif tentang pensiun, yang akan dialami (Permata, 2021).

Ada banyak bukti bahwa orang yang kompeten secara emosi, mengetahui dan mengolah perasaan sendiri, serta mampu membaca dan mengolah perasaan orang lain secara efektif, memiliki kelebihan dalam segala bidang kehidupan, baik itu cinta maupun persahabatan, hubungan kerja, atau ketika mereka akan memasuki fase pengunduran diri (Goleman, 2000). Saat ini, perusahaan tahu bahwa inti kompetensi personal dan sosial sebagai kunci utama



keberhasilan seseorang adalah kecerdasan emosi (Dharmasasmitha & Nugraeni, 2017).

Kecerdasan emosi sangat berperan penting dalam mengatasi atau bahkan menghindari kecemasan dalam menghadapi masa pensiun. Berdasarkan pernyataan dari beberapa karyawan masih belum siap dalam menghadapi masa pensiun sehingga dapat disimpulkan adanya hubungan antara kecerdasan emosi dalam menghadapi masa pensiun pada karyawan. Informan dari penelitian ini adalah para karyawan yang berusia 50 sampai 55 tahun karena pada usia tersebut mengalami penurunan fisik dan kondisi emosional yang tidak stabil menjelang masa pensiun. Hal ini membuat peneliti ingin meneliti hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada karyawan (Permata, 2021).

Masih belum banyak penelitian yang membahas seputar hubungan kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi pensiun pada karyawan. Hal ini dikarenakan fenomena yang peneliti dapatkan ketika melakukan preliminary / studi pendahuluan pada tanggal 06 Juni 2023 terhadap 15 orang karyawan yang akan menghadapi masa pensiun. Masa pensiun yang dihadapi karyawan akan menimbulkan kecemasan, hal ini muncul karena adanya perasaan dan ketakutan tidak dapat mencukupi kebutuhan keluarga baik untuk kebutuhan sehari-hari maupun kebutuhan mendadak seperti ada anggota keluarga yang sakit. Kecemasan yang mereka alami ketika mendapatkan uang pensiun disebabkan karena adanya anggapan atau pemikiran bahwasannya jumlah uang yang diterima kurang memenuhi kebutuhannya. Hasil kecemasan paling

dominan yang dirasakan oleh karyawan yang menghadapi masa pensiun adalah kekhawatiran akan kondisi ekonomi setelah pensiun. Selain itu ditemukan indikasi kecemasan pada karyawan yang menghadapi masa pensiun.

Berdasarkan hasil preliminary, diketahui bahwa tingkat kecerdasan emosi pada karyawan sebagian besar berada pada kategori sedang yaitu 35.5% karyawan. Temuan ini mengindikasikan bahwa kecenderungan kecerdasan emosi masih dirasakan sebagian besar karyawan yang akan mengalami masa pensiun. Walaupun banyak karyawan yang memiliki tingkat kecerdasan emosi sedang. Terdapat 30,5% karyawan yang memiliki tingkat kecerdasan emosi kategori tinggi.

Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Dwilestari (2018) pada pegawai Polri yang akan pensiun di Samarinda, diperoleh bahwa dari 88 anggota Polri, didapatkan bahwa 34,09% responden mengalami tingkat kecemasan yang tinggi ketika menghadapi masa pensiun sebanyak 13,64%. Responden mengalami kecemasan yang sangat tinggi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Nurvaeni (2018) menunjukkan 13% guru yang akan mengalami masa pensiun memiliki tingkat kecemasan rendah, 81% memiliki tingkat kecemasan sedang dan 6% memiliki tingkat kecemasan tinggi.

Sebelum seseorang pensiun sebaiknya menyusun suatu perencanaan yang baik untuk menghadapi masa pensiun (Manurung, 2017). Untuk mencegah kecemasan yang dialami setelah pensiun dibutuhkan pekerjaan sampingan yang akan mendorong keuangan dan menggantikan kesibukan atau aktivitas yang hilang. Sehingga saat pensiun tiba ia telah memiliki pekerjaan lain yang

menunggunya dan perubahan yang terjadi dianggap hal yang biasa, bekal selama bekerja dijadikan modal dalam berkarir dan banyak yang dapat diantisipasi dengan adanya pekerjaan sampingan seperti penyesuaian lingkungan baik itu keluarga maupun masyarakat.

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan di atas, maka peneliti ingin mengetahui hubungan kecerdasan emosi terhadap kecemasan menghadapi pensiun sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi pensiun pada karyawan”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Hartati (2002) mengatakan bahwa orang pensiunan yang terputus dari pekerjaannya dan dari arus kehidupannya menghadapi masalah penyesuaian keuangan dan psikologis. Kenyataan yang dihadapi oleh semua pensiun pada dasarnya sama, pertama akan menghadapi masalah berkurangnya penghasilan dan ketidak sibukan kerja. Pada masa pensiun dirasakan sebagai ancaman terhadap kehidupan yang akan datang akibatnya banyak karyawan yang mengalami kecemasan menghadapi datangnya pensiun. Kecemasan ini dirasakan mulai dari beberapa tahun menjelang masa pensiun datang.

Seorang karyawan yang memiliki pekerjaan sampingan selain pekerjaan pokok yang dapat mengadakan penyesuaian yang lebih baik terhadap pensiun. Perasaan kehilangan yang dialami ketika pensiun dapat tergantikan dengan adanya pekerjaan sampingan tersebut, kemudian banyaknya waktu luang yang

diakibatkan pensiun pada karyawan yang tidak memiliki pekerjaan sampingan dapat mengakibatkan kebingungan karena merasa tidak ada hal lain yang dapat dilakukan untuk menggantikan aktivitas kerja.

Masalah yang terjadi adalah bagi pegawai yang belum siap sepenuhnya menghadapi pensiun. Ketidaksiapan mereka diwujudkan dengan munculnya rasa cemas, khawatir dan takut memikirkan hari-hari setelah pensiun nantinya. Sebab dari ketidaksiapan mereka dipengaruhi oleh berbagai hal, antara lain: kondisi ekonomi yang belum mapan, secara mental belum siap menerima pensiun, merasa masih sehat dan mampu bekerja serta berkurangnya penghasilan setelah pensiun ditambah lagi dia sebagai satu-satunya tulang punggung keluarga dalam mencari kebutuhan keluarga dan isteri tidak bekerja. Kecemasan tersebut diwujudkan dengan adanya sikap menolak untuk dipensiunkan.

Berdasarkan kondisi yang terjadi maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada karyawan ”.

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pada latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah ada Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Karyawan”

#### **D. Batasan Masalah**

Melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kecerdasan Emosi Terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Karyawan”. Untuk membatasi penyebaran masalah, pertanyaan dalam penelitian ini dibatasi pada pengaruh kecerdasan emosi terhadap kecemasan pensiun.

1. Kecemasan menghadapi masa pensiun merupakan proses emosi yang terjadi ketika seorang individu mengalami stres emosi dan mental. Kecemasan dapat dijelaskan sebagai ketakutan akan sesuatu yang terjadi ketika hal itu belum terjadi.
2. Kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk mengidentifikasi dan memotivasi diri sendiri secara benar dan membangun hubungan dengan orang lain.

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

Berdasarkan latar belakang di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi pensiun.

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

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi ilmiah bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi industri dan organisasi.

## 2. Manfaat praktis

### a. Bagi Karyawan

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan pandangan untuk menyusun suatu perencanaan dalam menghadapi masa pensiun. Hal ini dilakukan untuk mengisi aktivitas dan menghindari kecemasan

### b. Bagi peneliti selanjutnya

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman tentang hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada karyawan dan menambah referensi atau menjadi bacaan tambahan dalam melakukan penelitian dengan tema yang sama.

### c. Bagi Perusahaan

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada karyawan-karyawan yang akan menghadapi masa pensiun supaya bisa mempersiapkan untuk menyusun perencanaan menghadapi masa pensiun. Dengan adanya penelitian ini diharapkan perusahaan bisa memberikan support dan masukan untuk pegawai yang akan pensiun.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Kecerdasan Emosi**

##### **1. Pengertian Kecerdasan Emosi**

Dalam perjalanan hidup, manusia tidak terlepas dari emosi. Membahas emosi sangat erat kaitannya dengan kecerdasan emosional. Goleman (2007) menulis dalam bukunya bahwa kecerdasan emosional atau *emotional intelligence* adalah kemampuan individu untuk mengenali perasaan sendiri atau perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan hubungan dengan orang lain.

Mayer (1997) mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai sebuah bentuk kecerdasan yang melibatkan kemampuan memonitor perasaan dan emosi diri sendiri atau orang lain, untuk membedakan diantara diri dengan orang lain dan menggunakan informasi ini untuk menuntun pikiran dan tindakan. Sementara kemampuan untuk mengenali emosi dan perasaan seseorang ketika itu terjadi, dan kemampuan untuk peka terhadap emosi yang sebenarnya dan mengenali perasaan seseorang ketika membuat keputusan yang tepat. Patton (2002) mengemukakan kecerdasan emosi sebagai kemampuan untuk mencapai tujuan dan membangun hubungan yang produktif dan sukses.

Kecerdasan Emosi atau *Emotional Intelligence* merujuk pada kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain (empati). Kecerdasan emosi yang terkenal adalah kemampuan mengenali emosi diri sendiri dan emosi orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan dalam diri sendiri, yang didefinisikan sebagai kemampuan menangani emosi dengan baik dalam hubungan dengan orang lain. Oleh karena itu, seseorang dengan kecerdasan emosi yang tinggi dapat mengenali emosi diri sendiri dan orang lain, memotivasi diri sendiri dalam hubungannya dengan orang lain, dan mengelola emosi dengan baik (Goleman, 2000).

Menurut Goleman (2000), kecerdasan emosi muncul karena adanya ruang yang saling melengkapi antara sistem limbik dan neokorteks, antara amigdala dan lobus frontal, dan antara pikiran dan emosi. Ketika rangsangan ini bekerja sama dengan baik, kecerdasan emosi serta kemampuan intelektual ditingkatkan. Berdasarkan beberapa pendapat tentang kecerdasan emosi yang dikemukakan, peneliti menggunakan definisi yang dikemukakan oleh Goleman (2000) untuk menjadikan kecerdasan emosi sebagai persepsi seseorang tentang emosinya dan tepat, kami menyimpulkan bahwa itu adalah kemampuan untuk mengekspresikan diri. Memotivasi diri sendiri dan membangun hubungan dengan orang lain.

Dari beberapa penjelasan di atas, dapat dimaknakan pengertian kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk menanggapi dengan tepat



suasana hati, mengelola emosi, memotivasi diri dan memiliki hubungan yang baik dengan orang lain yang akan menuntun pada tingkah laku yang tepat serta menerapkan dengan efektif energi emosi dalam kehidupan sehari-hari.

## **2. Aspek-Aspek Kecerdasan Emosi**

Kecerdasan emosi bukanlah kebalikan dari kecerdasan intelektual, tetapi keduanya berinteraksi secara dinamis. Kecerdasan emosional memainkan peran yang sangat penting dalam mencapai kesuksesan sehari-hari dalam hubungannya dengan lingkungan. Untuk itu, menurut Goleman (2000) kecerdasan emosi memiliki beberapa aspek :

### **a. Kesadaran diri ( mengenali emosi diri )**

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

### **b. Mengelola Emosi**

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

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

c. Memotivasi Diri

Motivasi diri adalah kemampuan individu untuk memotivasi dirinya sendiri dalam keputusan, berpikir positif, dan menumbuhkan optimisme dalam hidup. Kemampuan ini memungkinkan individu untuk bertahan dari masalah yang membebani mereka, terus berjuang meskipun ada rintangan besar, tidak pernah mudah menyerah, dan kehilangan harapan.

d. Empati ( mengenali emosi orang lain )

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

e. Hubungan Interpersonal ( membina hubungan dengan orang lain )

Membina hubungan dengan orang lain yaitu kemampuan individu untuk membangun hubungan secara efektif dengan orang lain, mampu mempertahankan hubungan sosial tersebut, dan mampu menangani konflik-konflik interpersonal. Individu yang memiliki kemampuan ini

akan mudah berinteraksi dengan orang lain, menginspirasi kepercayaan kepada orang lain dan senantiasa bersikap saling menghormati.

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

- a. Persepsi, yaitu kemampuan untuk memahami emosi diri sendiri dan dapat mengekspresikan kebutuhan emosional.
- b. Asimilasi, yaitu kemampuan untuk membedakan antara emosi-emosi yang berbeda dan memilih mana di antara emosi-emosi tersebut yang bisa mempengaruhi proses berpikir.
- c. Pemahaman, yaitu kemampuan seseorang untuk memahami emosi-emosi yang kompleks contohnya seperti perasaan dari kesetiaan dan pengkhianatan
- d. Pengelolaan, yaitu kemampuan individu untuk menghubungkan atau tidak menghubungkan emosi, tergantung kegunaannya pada penggunaannya dalam situasi tertentu.

### **3. Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi**

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

#### **a. Pengalaman**

Kecerdasan emosi dapat meningkat sepanjang hidup manusia, sepanjang perjalanan hidup yang normal, kecerdasan emosi cenderung

bertambah sementara manusia belajar untuk menangani suasana hati, menangani emosi-emosi yang menyulitkan, sehingga semakin cerdas dalam hal emosi dan dalam berhubungan dengan orang lain.

b. Usia

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

c. Jenis Kelamin

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

d. Jabatan

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

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

## 1. Lingkungan Keluarga

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

## 2. Lingkungan Sosial

Penyesuaian dengan tuntutan orang lain membutuhkan sedikit ketenangan dalam diri seseorang. Tanda kemampuan mengelola emosi muncul kira-kira pada periode anak-anak dalam aktivitas bermain peran. Bermain peran memunculkan rasa empati, contohnya: anak dapat menghibur temannya yang menangis. Permainan peran dapat membuat anak memerankan dirinya sebagai individu lain dengan emosi yang menyertainya sehingga anak akan mulai belajar mengerti keadaan orang lain. Jadi,

menangani emosi orang lain termasuk seni yang mantap untuk menjalin hubungan sehingga membutuhkan keterampilan emosi. Dengan landasan ini keterampilan berhubungan dengan orang lain menjadi lebih matang (Goleman, 2015).

## **B. Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun**

### **1. Pengertian Kecemasan**

Kecemasan ialah perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang membuat individu merasa gelisah sebagai reaksi umum dari tidak adanya rasa aman atau ketidak mampuan individu untuk mengatasi masalah. Perasaan tersebut biasanya tidak menyenangkan yang akan menimbulkan reaksi fisiologis (gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat), dan reaksi psikologis (panik, tegang, bingung, dan tidak bisa berkonsentrasi) bagi si penderitanya.

Menurut Darajat (1990) kecemasan merupakan hal yang sering dihadapi oleh setiap manusia di dalam kehidupan sehari-hari ketika menghadapi berbagai masalah. Kecemasan juga diartikan sebagai perasaan tidak menentu, panik, takut tanpa mengetahui apa yang ditakutkan dan tidak dapat menghilangkan perasaan gelisah yang mencemaskan itu.

Kecemasan menghadapi pensiun adalah masalah secara psikologis yang dapat menimbulkan rasa cemas dan kekhawatiran karena tidak tahu akan gambaran kehidupan yang akan dihadapi kelak setelah pensiun (Lesmana, 2014). Kecemasan adalah sebuah ancaman terhadap pusat

eksistensi manusia. Individu yang mengalami kecemasan ditandai dengan adanya rasa khawatir, gelisah dan perasaan akan terjadi sesuatu hal yang kurang menyenangkan yang diikuti perasaan tidak mampu menghadapi tantangan, kurang percaya pada diri sendiri, tidak dapat menemukan penyelesaian terhadap masalahnya (Hurlock, 2002).

Kecemasan dapat menjadi reaksi emosi yang normal di beberapa situasi, tetapi tidak di situasi lain. Kecemasan sebagai keadaan yang emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan yang tegang yang tidak menyenangkan dan perasaan aprehensi. Kecemasan adalah keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi (Nevid, Rathus & Greene, 2005)

Dari beberapa pendapat tokoh di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa kecemasan menghadapi masa pensiun yaitu suatu keadaan atau perasaan tidak menyenangkan seperti khawatir, bingung, takut, gelisah, karena tidak pasti akan masa depannya, dan belum siap menerima kenyataan akan memasuki masa pensiun dengan segala akibatnya baik secara sosial, psikologi, maupun secara fisiologis.

## **2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan**

Ada beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi pensiun adalah (Nevid, Rathus & Greene, 2005) :

- a. Menurunnya pendapatan atau penghasilan, termasuk di dalamnya adalah gaji, tunjangan fasilitas dan masih adanya anak-anak yang

belum mandiri yang membutuhkan biaya atau masih adanya tanggungan keluarga.

- b. Hilangnya status, baik status jabatan seperti pangkat dan golongan maupun status sosialnya, termasuk di dalamnya adalah hilangnya wewenang penghormatan orang lain atas kemampuannya pandangan masyarakat atau kesuksesannya.
- c. Berkurangnya interaksi social dengan teman kerja. Kerja memberikan kesempatan untuk bertemu orang-orang baru dan bisa mengembangkan persahabatan, namun dengan tibanya masa pension hal ini kurang bisa dilakukan karena kondisi fisik dan ekonomi yang tidak memungkinkan sehingga tidak berhubungan seperti dulu.
- d. Datangnya masa tua, yaitu terutama menurunnya kekuatan fisik yaitu suatu perubahan pada sel-sel tubuh karena proses menua yang mempengaruhi turunnya kekuatan dan tenaga.

Pradono & Purnamasari (2010) menjelaskan faktor faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi masa pensiun, yaitu

- a. Faktor fisik

Bertambahnya usia seseorang mempunyai akibat yaitu menurunnya daya tahan fisik, menurunnya kesehatan, dan menurunnya daya ingat.

- b. Faktor Sosial

Kurangnya dukungan masyarakat berupa apresiasi terhadap kinerja pensiunan membuat individu merasa tidak berguna

- c. Faktor ekonomi



Kecemasan dapat timbul dari berkurangnya pendapatan ketika seseorang tidak lagi bekerja.

d. Faktor Psikologi

Individu yang menghadapi masa pensiun individu akan merasa tidak berguna karena merasa tidak dibutuhkan disebabkan kondisi fisik menurun, daya ingat yang berkurang, berkurangnya atau merasa tidak dihormati karena pekerjaan individu akan digantikan oleh orang lain membuat individu mengalami kecemasan.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi masa pensiun adalah pensiun kesiapan individu dalam menghadapi masa pensiun, hilangnya status dan jabatan, tidak memiliki perencanaan saat akan menghadapi masa pensiun, hilangnya status sosial.

### **3. Aspek-Aspek Kecemasan**

(Sue, 2010) menyebutkan aspek kecemasan menghadapi pensiun ada empat yaitu :

a) Aspek Afektif ( perasaan )

Yaitu komponen kecemasan yang berkaitan dengan persepsi individu tentang pensiun terhadap pengaruh psikologis dari kecemasan. Individu yang terus-menerus mengalami perasaan gelisah tentang suatu bahaya memandang dirinya sangat sensitif dan merasa tidak berdaya. Individu mengalami perasaan tegang yang tidak menyenangkan

dan muncul karena luapan emosi yang berlebihan seperti yang dihadapkan pada masa pensiun yang semakin dekat.

b) Aspek kognitif ( pikiran )

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

c) Aspek motorik ( pergerakan tubuh )

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

d) Aspek somatik ( reaksi fisik dan biologis )

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

Menurut Ramaiah (2003) kecemasan menghadapi pensiun terbagi menjadi beberapa aspek, yaitu:

a) Aspek Psikologis: meliputi rasa gugup, jengkel, ketegangan seperti merasa cemas, letih, mudah terkejut, mudah menangis, gemetar, gelisah, tidak dapat istirahat, gangguan kecerdasan, yaitu sukar berkonsentrasi, daya ingat

buruk. Perasaan depresi, yaitu hilang minat, sedih dan rasa panik. Rasa cemas berkepanjangan bahwa suatu hal yang tidak jelas dapat menyerang, mudah merasa lelah.

- b) Aspek Fisiologis: meliputi sakit kepala dan ketegangan otot khususnya di kepala, di daerah tengkuk dan di tulang punggung, mungkin menyebabkan sakit kepala atau rasa tidak enak serta denyut-denyut kesakitan. Aktivitas sistem otonomik yang meningkat: Fungsi-fungsi tubuh seperti pernafasan, pencernaan, denyut jantung dan sebagainya dinamakan “fungsi otonomik” karena berfungsi secara mandiri, tanpa pengaruh dari luar. Kecemasan dapat meningkatkan aktivitas sistem otonomik ini dan dapat menyebabkan keringat berlebih khususnya di telapak tangan, mulut menjadi kering serta terjadi gangguan tidur yaitu sukar tidur, terbangun pada malam hari, mimpi buruk, mimpi menakutkan, tidur pulas, bila terbangun badan lemas, sering mimpi buruk.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek- aspek kecemasan menghadapi pensiun yang dialami para karyawan adalah afektif, kognitif, motorik dan somatik.

#### 4. Dampak-Dampak Kecemasan

(Semiun ,2004) menyebutkan dampak kecemasan terdiri dari beberapa simtom, antara lain :

- a. Simtom suasana hati

Individu yang mengalami kecemasan memiliki perasaan akan adanya hukuman dan bencana yang mengancam dari suatu sumber tertentu yang tidak diketahui. Orang yang mengalami kecemasan tidak bisa tidur, dan dengan demikian dapat menyebabkan sifat mudah marah.

b. Simtom kognitif

Kecemasan dapat menyebabkan kekhawatiran dan keprihatinan pada individu mengenai hal-hal yang tidak menyenangkan yang mungkin terjadi. Individu tersebut tidak memperhatikan masalah-masalah real yang ada, sehingga individu sering tidak bekerja atau belajar secara efektif, dan akhirnya dia akan menjadi lebih merasa cemas.

c. Simtom motor

Orang-orang yang mengalami kecemasan sering merasa tidak tenang, gugup, kegiatan motor menjadi tanpa arti dan tujuan, misalnya jari-jari kaki mengetukngetuk, dan sangat kaget terhadap suara yang terjadi secara tiba-tiba. Simtom motor merupakan gambaran rangsangan kognitif yang tinggi pada individu dan merupakan usaha untuk melindungi dirinya dari apa saja yang dirasanya mengancam. Kecemasan akan dirasakan oleh semua orang, terutama jika ada tekanan perasaan ataupun tekanan jiwa.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa dampak-dampak kecemasan terdiri dari simton suasana hati, simton koginitif, dan simton motor.

### **C. Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun**

Pensiun merupakan salah satu diantara persoalan hidup yang paling krusial yang harus dipecahkan seseorang yang menghadapi masa pensiun. Keputusan pensiun akan mempengaruhi situasi keuangan, kondisi emosional, cara menghabiskan waktu, dan cara mereka berhubungan dengan teman dan keluarga. Kondisi-kondisi seperti itulah yang menyebabkan timbulnya kecemasan dalam diri individu yang menghadapi masa pensiun (Papalia, 2008). Sejalan dengan hal tersebut banyak karyawan yang menghadapi masa pensiun merasa cemas akan kegiatan yang akan dilakukannya setelah karyawan memasuki masa pensiun nanti, cemas akan kesehatannya terutama yang berkaitan dengan kemampuannya untuk membayar biaya perawatan kesehatannya, cemas akan kondisi keuangannya yang pasti berkurang setelah pensiun adalah kebutuhan masih banyak (Permata, 2021).

Lebih lanjut tingkat kecemasan yang dialami seseorang ketika menjelang masa pensiun dipengaruhi oleh kecerdasan emosi yang dimilikinya. Menurut Goleman (2003), kecerdasan emosi adalah kemampuan yang dimiliki individu untuk mengendalikan diri sendiri, memiliki daya tahan ketika menghadapi rintangan, mengendalikan impuls,

mengatur suasana hati, mengelola kecemasan agar tidak mengganggu kemampuan berpikir, serta berempati. Penelitian Goleman (2003), menunjukkan hasil bahwa orang yang mengalami kecemasan memiliki kecerdasan emosi yang rendah. Hal tersebut dapat dipahami bahwa kecerdasan emosi dapat membuat seseorang lebih mampu untuk memotivasi diri sendiri, bertahan menghadapi frustrasi, mampu mengendalikan dorongan hati, tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati, menjaga agar terbatas dari stres, serta mampu berempati terhadap perasaan orang lain

Orang yang mempunyai kecerdasan emosi yang tinggi mampu mengelola emosinya. Mengelola emosi adalah kemampuan untuk menyeimbangkan emosi- emosi yang dialami, mengelola perasaan marah agar dapat dikendalikan lebih baik, kemampuan untuk mengatasi stres, serta mampu untuk mengurangi rasa kesepian dan cemas dengan mengisi waktu pada kegiatan positif dan menyenangkan, sehingga membuat seseorang yang akan mengalami masa pensiun mampu untuk menghibur diri, melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan (Goleman, 2003). Menurut Mayer (dalam Buda, 2007) orang yang memiliki kemampuan mengelola emosinya akan bisa memilih mana di antara emosi- emosi tersebut yang dapat mempengaruhi proses berpikir, sehingga dapat mencegah kecemasan yang dialami. Sebaliknya, orang yang mempunyai kecerdasan emosi yang rendah tidak akan mampu mengelola emosinya. Individu yang memiliki kecerdasan emosi rendah tidak dapat

mengendalikan perasaan marah, sepi, dan cemas yang dialami sehingga individu tersebut tidak dapat mengelola rasa cemas ketika akan pensiun (Goleman, 2003).

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

Orang yang memiliki kecerdasan emosi rendah tidak dapat membina hubungan dengan orang lain. Orang yang tidak mampu membina hubungan dengan orang lain akan merasa terkucilkan dari lingkungan setelah pensiun dan membuat kecemasannya akan dikucilkan dari masyarakat tinggi (Goleman, 2003). Hurlock (2006) juga mengatakan bahwa orang yang memasuki masa pensiun perlu untuk melakukan penyesuaian psikologis dan sosial. Penyesuaian dalam mendekati masa pensiun semakin bertambah

sulit apabila perilaku keluarga dan lingkungan tidak menyenangkan, oleh karena itu seseorang yang tidak dapat membina hubungan dengan orang lain merasa sulit menjalani hidupnya dan akan mengalami kecemasan saat menghadapi masa pensiun.

#### **D. Telaah Pustaka**

1. Penelitian yang dilakukan Indah Safira Permata (2021), dengan judul “Hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi pensiun pada karyawan PT. Perkebunan Nusantara III Medan”. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan subjek 100 orang karyawan PT. perkebunan nusantara III medan dengan teknik *total sampling* dengan sampel berjumlah 56 orang karyawan. Metode analisis data menggunakan analisis *product moment*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi pensiun yang artinya semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin rendah kecemasan menghadapi pensiun
2. Penelitian yang dilakukan Danar Lesmana (2014), dengan judul “Kecerdasan spiritual dengan kecemasan menghadapi pensiun”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* dan menggunakan 64 orang pegawai negeri sipil sebagai subjek. Analisa dalam penelitian ini menggunakan analisa korelasi *product moment* dari *Pearson's*. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah ada hubungan kearah negatif yang sangat signifikan antara kecerdasan spiritual dengan kecemasan



menghadapi pensiun. PNS akan memiliki tingkat kecemasan menghadapi pensiun yang rendah ketika memiliki tingkat kecerdasan spiritual yang tinggi, begitu pula sebaliknya.

3. Penelitian yang dilakukan Artika Kumala Dewi (2011), dengan judul “Hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada Pegawai Negeri Sipil”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Populasi yang masuk ke dalam kriteria berjumlah 80 orang. Pengumpulan data menggunakan skala kecerdasan emosi dan skala kecemasan menghadapi masa pensiun. Teknik analisis data yang digunakan ialah analisis korelasi *product momen*. Dari hasil analisis tersebut, maka dapat dikemukakan ada hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai negeri sipil. Artinya semakin tinggi kecerdasan emosi maka akan semakin rendah kecemasan menghadapi pensiun, begitu juga sebaliknya.
4. Penelitian yang dilakukan Rina Oktaviana (2016), dengan judul “Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada Pegawai Bank BRI”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan subjek karyawan tetap PT. BRI (Persero) Tbk yang akan memasuki masa pensiun (maksimal 5 tahun) serta usia antara 50-55 tahun. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik dengan menggunakan teknik analisis korelasi *Product Moment*

*dari Pearson*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek memiliki hubungan negatif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi pensiun. Semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin rendah kecemasan menghadapi pensiun, sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosi semakin tinggi kecemasan menghadapi pensiun.

5. Penelitian yang dilakukan Dessy Sayyidah Arofah (2015), dengan judul “Pengaruh kecerdasan emosi dan optimisme terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun”. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode *non probability sampling*. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan *purposive sampling* dengan sampel berjumlah 142 orang yang umur 50-58 tahun. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari kecerdasan emosi, optimisme dan demografi terhadap kecemasan menghadapi pensiun artinya terdapat pengaruh yang signifikan dari kecerdasan emosi, optimisme dan demografi terhadap kecemasan menghadapi pensiun. Perbedaan yang terletak pada variabel tergantung yaitu optimisme terhadap kecemasan.
6. Penelitian yang dilakukan Hazmi Imama (2011) yang berjudul “Hubungan antara kecerdasan emosi dan dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi masa pensiun”. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel yang terdapat dalam penelitian ini menggunakan *non-probability sampling* dan jumlah sampel dalam penelitian ini, yaitu 85 orang pegawai Kementerian Agama Pusat.

Peneliti menggunakan uji analisis korelasi dengan *Pearson Correlation* dengan standar taraf signifikan 0,05 atau 5%, dan melanjutkan analisis data dengan melihat pengaruh IV terhadap DV dengan menggunakan uji analisis regresi berganda (*Multiple Regression*).

Hasil penelitian ini terdapat dua variabel yang mempengaruhi secara signifikan terhadap kecemasan menghadapi pensiun, yaitu variabel kecerdasan emosi dan dukungan emosi, serta dalam pengujian proporsi varians, terdapat tiga variabel yang sumbangannya signifikan terhadap kecemasan menghadapi pensiun, yaitu variabel kecerdasan emosi, dukungan emosional, dan dukungan informasi.

7. Penelitian yang dilakukan Hanifah Salsabila, (2019) yang berjudul “Hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi pensiun”. Metode yang digunakan merupakan metode kuantitatif dan menggunakan skala likert dengan responden penelitian ini berjumlah 78 guru sekolah negeri baik SMP maupun SMA di Kabupaten Sleman Yogyakarta, berjenis kelamin perempuan maupun laki-laki berusia dari 55-60 tahun. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik korelasi *Product Moment*. Setelah dilakukan analisis menggunakan teknik korelasi *Spearman Rho*, didapatkan bahwa adanya korelasi negatif antara variabel kecemasan menghadapi masa pensiun dengan kebersyukuran pada guru sekolah yang ada di Sleman, hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kecemasan menghadapi pensoun maka semakin rendah kebersyukuran seseorang begitu pula

sebaliknya dimana semakin rendah kecemasan maka semakin tinggi kebersyukuran.

8. Penelitian yang dilakukan Sugeng Budi Wiyono, (2021) yang berjudul “Hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan terhadap penyakit menular”. Jenis penelitian yang akan digunakan ini adalah pendekatan kuantitatif dengan teknik studi populasi. Subyek penelitian yang digunakan adalah karyawan J&T Express Karangpilang sebanyak 36 orang. Penelitian ini sebelum dilakukan analisis data, terlebih dulu dilakukan uji asumsi / prasyarat, yaitu menggunakan uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov*, dan menggunakan uji linieritas untuk menentukan teknik uji korelasi. Berdasarkan hasil yang didapatkan dari perhitungan korelasi *Spearman rho* menunjukkan bahwa korelasi dari kedua variabel tersebut adalah negative dan sangat signifikan. Korelasi yang terjadi bersifat negatif, berarti semakin tingginya tingkat kecerdasan emosi maka semakin rendah kecemasannya, sebaliknya semakin rendah tingkat kecerdasan emosi maka semakin tinggi kecemasannya.
9. Penelitian yang dilakukan Didit Kama Adi Putra (2019) yang berjudul “ Hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi masa pension pada pegawai swasta “. Jenis penelitian yang akan digunakan ini adalah pendekatan kuantitatif dengan subjek penelitian pegawai swasta yang bekerja di Surabaya. Pengumpulan data menggunakan teknik *purposive sample*. Hasil data dianalisis menggunakan teknik statistik parametrik *Pearson Product Moment*. Hasil analisis menunjukkan nilai

signifikansi artinya ada hubungan signifikan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai swasta, semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin rendah kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai swasta.

10. Penelitian yang dilakukan Annisa Ramadhani Saragih yang berjudul “ Hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi pension pada karyawan PDAM Tirtanadi Provinsi Sumatra Utara “. Penelitian ini dilakukan dengan populasi karyawan PDAM Tirtanadi Provinsi Sumatera Utara. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *total sampling* dengan total 34 karyawan PDAM Tirtanadi Provinsi Sumatera Utara. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan alat ukur skala kecemasan menghadapi masa pensiun dan skala kecerdasan emosi. Metode Pengumpulan data adalah skala yang terdiri dari skala kecerdasan emosional dan skala kecemasan menghadapi pensiun. Metode Analisis data adalah uji korelasional menggunakan pearsonproduct moment. Dari hasil analisis, diketahui bahwa hipotesis penelitian diterima. Artinya semakin rendah kecerdasan emosional maka semakin tinggi kecemasan menghadapi pensiun pada karyawan dan sebaliknya.
11. Penelitian oleh Maryam Kusha et al., (2018) yang berjudul “*Emotional intelligence and anxiety, stress, and depression in Iranian resident physicians*“. Penelitian ini merupakan studi *cross-sectional*. Studi ini disetujui oleh Komite Etika di Pusat Penelitian Universitas Ilmu

Kedokteran kami sesuai dengan Deklarasi Helsinki. Penelitian ini menggunakan populasi dokter residen di universitas ilmu kedokteran kami antara tahun 2014 dan 2015 memenuhi syarat untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Analisis data yang digunakan yaitu dengan normalitas variabel dianalisis menggunakan uji *Kolmogorov–Smirnov*. Variabel. Berkenaan dengan metode deskriptif penelitian ini, hasilnya mungkin tidak mendukung korelasi hubungan; namun, mengingat sifat EI yang lebih stabil daripada stres, kecemasan, atau suasana hati seseorang, masuk akal untuk berhipotesis bahwa EI memengaruhi tingkat stres, kecemasan, dan suasana hati depresi. Pada penelitian ini, skor kecemasan (signifikan) stres, dan depresi (tidak signifikan) lebih tinggi pada penduduk berusia kurang dari 30 tahun.

12. Penelitian yang dilakukan Luciano Romano et al., (2020) yang berjudul “*Emotional Intelligence, Motivation Climate and Levels of Anxiety in Athletes from Different Categories of Sport: Analysis through Structural Equations*“. Jenis penelitian yang akan digunakan ini adalah pendekatan kuantitatif dengan sampel dari 493 siswa sekolah. Pendekatan persamaan struktural termoderasi laten dilakukan untuk menguji model yang dihipotesiskan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional sifat dan dukungan emosional guru yang dirasakan berhubungan negatif dengan kelelahan sekolah. Selain itu, kecemasan akademik memoderasi hubungan antara dukungan emosional guru yang dirasakan dan kelelahan sekolah. Secara khusus, ketika tingkat kecemasan tinggi,

peran protektif dari dukungan emosional guru yang dirasakan terhadap kelelahan menjadi lemah.

13. Penelitian yang dilakukan Romualdas Malinauskas (2020) yang berjudul *“The Relationship between Emotional Intelligence and Psychological Well-Being among Male University Student: The Mediating Role of Perceived Social Support and Perceived Stress“*. Studi ini menggunakan pendekatan longitudinal kuantitatif untuk mencapai tujuan memahami korelasi antara IE dan kesejahteraan psikologis. Sampel yang hanya terdiri dari siswa laki- laki dicari dalam penelitian ini dalam proses yang dipandu oleh kriteria tertentu. Data yang dikumpulkan dari penelitian ini dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dan inferensial. Studi ini mengungkapkan bahwa EI siswa berkorelasi positif dengan dukungan sosial dan kesejahteraan yang dirasakan setiap saat dan lintas waktu. Hubungan negatif ditemukan antara stres yang dirasakan dan kesejahteraan pada setiap waktu dan lintas waktu. Hasil dan temuan yang dilaporkan dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa dukungan sosial yang dirasakan sebagian memediasi hubungan longitudinal antara EI dan kesejahteraan. Secara khusus, stres yang dirasakan tidak memediasi hubungan longitudinal antara EI dan kesejahteraan.
14. Penelitian yang dilakukan Dewi Erna Nuraini (2013) yang berjudul *“Kecerdasan emosi dan kecemasan menghadapi pension pada PNS“*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian

ini adalah *snowball sampling*. Subjek dan informan dalam penelitian ini berjumlah enam orang yaitu PNS yang menghadapi masa pensiun, istri dan anak. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data secara kualitatif berupa observasi, wawancara dan dokumen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tiga subjek mengalami kecemasan menghadapi masa pensiun. Namun subjek mampu mengenali emosi, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membangun hubungan dengan lingkungan sosial, mereka akan dapat menghindari atau mengendalikan kecemasan yang dialami.

15. Penelitian yang dilakukan Manuel Castro-sánchez et al., (2019) yang berjudul "*Relationships between Anxiety, Emotional Intelligence, and Motivational Climate among Adolescent Football Players*". Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan sampel terdiri dari 282 pemain sepak bola terdaftar berusia antara 16 dan 18 tahun. Analisis deskriptif dilakukan dengan menggunakan frekuensi dan median. Korelasi bivariat Pearson digunakan untuk menguji hubungan antar variabel. Selain itu, uji Kolmogorov-Smirnov dengan koreksi Lilliefors digunakan dalam untuk memeriksa normalitas data. Uji Levene digunakan untuk memeriksa homoskedastisitas. Akhirnya, koefisien alpha Cronbach digunakan untuk menganalisis reliabilitas internal instrumen yang digunakan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pesepakbola yang melaporkan tingkat kecemasan negara dan kecemasan sifat yang lebih tinggi juga menunjukkan EI yang lebih rendah dan persepsi dan pengaturan emosi yang lebih negatif.



Selain itu, iklim yang berorientasi ego dikaitkan dengan tingkat kecemasan yang lebih tinggi, sementara iklim yang berorientasi pada tugas terkait dengan tingkat kecemasan yang lebih rendah dan tingkat EI yang lebih tinggi. Tidak ada hubungan yang diidentifikasi antara aspek emosional pesepakbola muda dan memiliki orientasi motivasional terhadap iklim ego. Kesimpulan: Pemain sepak bola yang lebih merasakan iklim berorientasi tugas memiliki EI yang lebih tinggi dan biasanya melaporkan tingkat kecemasan yang lebih rendah terkait dengan kinerja olahraga. Oleh karena itu, penting untuk mempromosikan motivasi intrinsik dan mengembangkan kapasitas pesepakbola untuk mengatur emosi mereka sendiri.

Terdapat perbedaan yang ada dalam penelitian ini dengan beberapa penelitian sebelumnya diantaranya terkait dengan variable yang di teliti dimana dalam penelitain ini menggunakan kecerdasan emosi sebagai variable independent dan kecemasan menghadapi masa pensiun sebagai variable dependeny. Lokasi penelitian dengan variable yang peneliti gunakan tidak ditemukan dalam beberapa penelitian terdahulu. Terdapat subjek remaja akhir dalam penelitian sebelumnya tetapi dalam penelitian ini peneliti menggunakan karyawan LPP sebagai subjek penelitian. Selain itu, teori yang peneliti gunakan tidak sama persis dengan penelitian sebelumnya. Penelitian ini menggunakan teori kecerdasan emosi milik Goleman serta teori kecemasna menghadapi masa peniun milik Sue. Intrumen yang peneliti gunakan juga merupakan modifikasi sehingga tidak sama dengan peneliti terdahulu. Dengan beberapa perbedaan yang sudah di

sebutkan menunjukkan bahwa judul penelitian yang akan peneliti lakukan benar-benar asli.

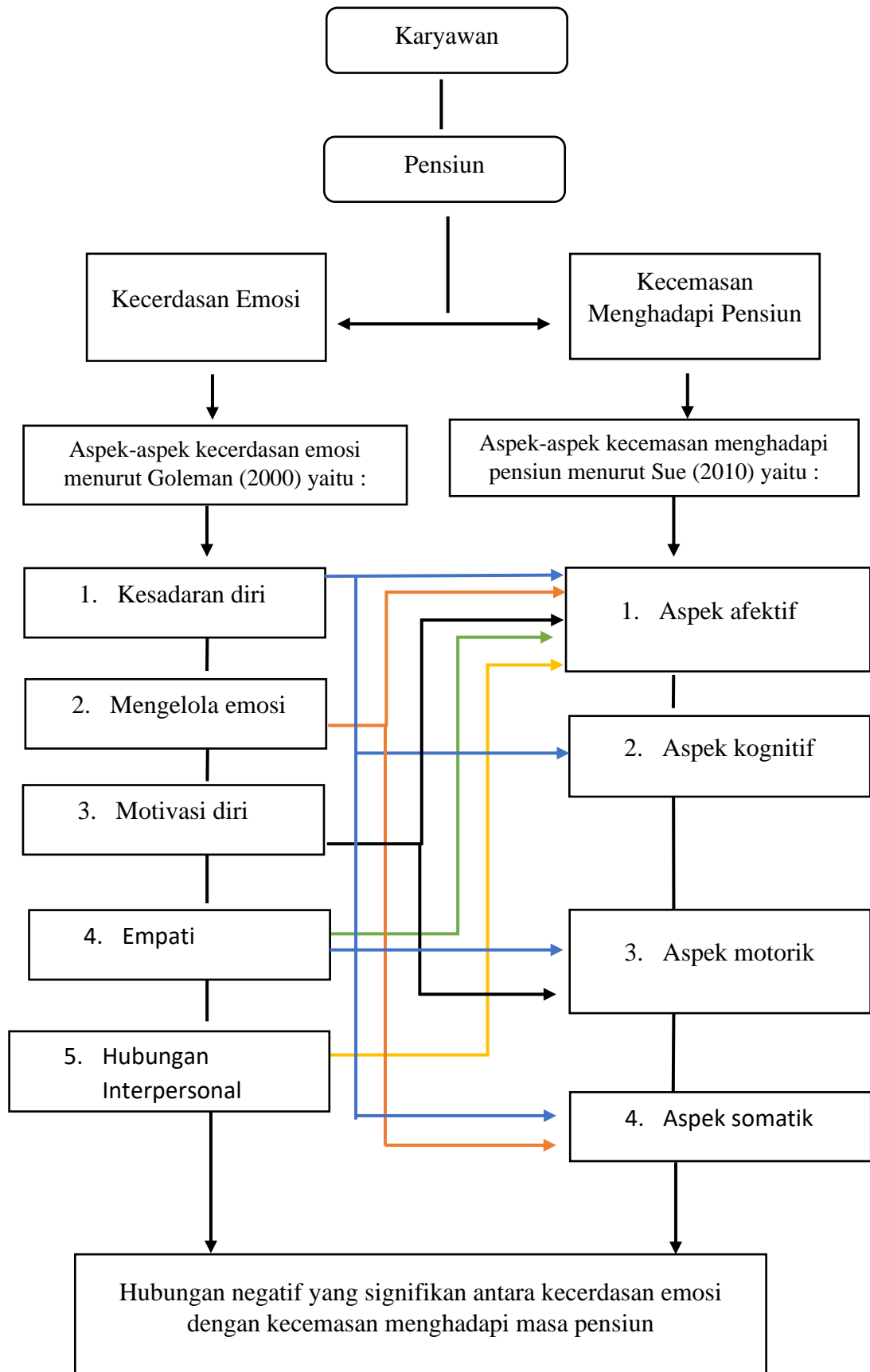
#### **E. Kerangka Berfikir**

Kecemasan tentang pensiun adalah mengkhawatirkan hal-hal yang berfokus pada tanggung jawab atau tanggung jawab keluarga mereka yang tidak terpenuhi, memenuhi kebutuhan sehari-hari hingga kebutuhan psikologisnya. Hal ini sesuai dengan konsep menghadapi kecemasan pensiun yang dikemukakan oleh Mayer dan Salovey (2007), pada umumnya kecemasan itu muncul ketika individu merasa akan terjadi perubahan peran, nilai dan pola hidup individu secara menyeluruh. Menghadapi masa pensiun bukan merupakan hal yang mudah dan seringkali dianggap sebagai ancaman terhadap kehidupan seseorang di masa yang akan datang sehingga dapat menimbulkan kecemasan bagi yang menjalaninya. Bagi individu yang belum siap menghadapi pensiun dan menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan psikologis, finansial dan sosial yang mungkin terjadi akan menganggap bahwa pensiun merupakan suatu periode kepahitan, kegetiran dan sesuatu yang mengancam karena terpaksa harus kehilangan hal-hal yang pernah menjadi miliknya.

Kebanyakan orang menganggap pensiun sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan dan menakutkan yang tidak dapat dihindari. Menurut Amune et al (2015), beberapa sumber utama kecemasan pensiun ada di sekitar kehilangan pendapatan secara tiba-tiba,

ketidakmampuan dan kecemasan finansial, kondisi kesehatan meningkatnya kecemasan dan kecemasan tentang akomodasi pasca-pensiun yang sesuai untuk mempelajari keterampilan bertahan hidup yang baru untuk memenuhi kebutuhan di masa pensiun.

Sering kali, beberapa orang sedang mempersiapkan pensiun lupa bahwa sebenarnya ada faktor lain yang dapat mempengaruhi hal ini, salah satunya adalah optimisme seperti harapan dalam segala hal-hal tertentu dalam hidup berhasil meskipun ada kemunduran. Orang yang tidak dapat menerima keadaan ini akan merasa kecewa dan pesimis, sehingga menimbulkan konflik batin, ketakutan dan harga diri yang rendah. Di sisi lain, orang yang siap menerima keadaan akan sangat optimis dan kepercayaan diri. Orang yang optimis berpikir bahwa pensiun bukanlah akhir dari segalanya, individu akan mempertahankan sikap positif, sehingga tidak akan ada emosi negatif dan individu akan dapat menjalani kehidupan pensiun dengan baik, tenang dan bahagia. Dari perspektif kecerdasan emosi, optimisme adalah penyangga bagi orang-orang agar tidak terjebak di dalamnya kebodohan, keputusasaan, atau depresi dalam menghadapi kesulitan (Goleman, 1999).



## **F. Hipotesis**

Berdasarkan paparan teori dan kerangka berfikir yang telah disusun, maka peneliti mengajukan hipotesis penelitian yang akan di uji adalah Adanya hubungan negatif yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada karyawan. Semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin rendah kecemasan menghadapi masa pensiun pada karyawan. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosi maka semakin tinggi kecemasan menghadapi masa pensiun pada karyawan.

- ❖ Ho : Tidak ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada karyawan.
- ❖ Ha : Ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada karyawan.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Metode penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, mengumpulkan data dengan menggunakan instrumen penelitian, analisis data yang sifatnya statistik untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2018).

Penelitian kuantitatif korelasional digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel yang diteliti. Alasan peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional dikarenakan peneliti ingin mengetahui adanya hubungan antara kecerdasan emosi sebagai variabel independen atau variabel bebas dan kecemasan menghadapi masa pensiun sebagai variabel dependen atau variabel terikat pada karyawan.

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

Variabel penelitian adalah konsep tentang atribut atau sifat yang khusus untuk suatu topik penelitian yang dapat berubah secara kuantitatif. Mengidentifikasi variabel penelitian merupakan langkah untuk mengidentifikasi variabel utama penelitian dan mengidentifikasi fungsinya. Dalam penelitian ini variabel-variabel yang digunakan ialah:

1. Variabel bebas (X) : Kecerdasan Emosi
2. Variabel terikat (Y) : Kecemasan Menghadapi Pensiun

### **C. Definisi Operasional Penelitian**

Definisi operasional adalah definisi variabel yang dirumuskan oleh sifat-sifat variabel yang diamati. Suatu penelitian harus memilih dan menentukan definisi operasional yang paling relevan terhadap variabel penelitiannya Prasojo (2011). Adapun definisi operasional pada penelitian ini adalah:

#### **1. Kecerdasan Emosi**

Kecerdasan emosi adalah suatu kemampuan yang dimiliki oleh seseorang dalam mengelola, dan mengekspresikan dengan tepat emosi yang dimilikinya termasuk juga kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, serta membina hubungan dengan orang lain. Aspek-aspek dalam kecerdasan emosi meliputi : Kesadaran diri, Mengelola emosi diri, empati, memotivasi diri, dan keterampilan sosial.

#### **2. Kecemasan Menghadapi Pensiun**

Kecemasan menghadapi pensiun adalah perasaan khawatir dan perasaan tidak menyenangkan tentang pensiun seperti rasa takut kehilangan pekerjaan, teman-teman posisi yang menyebabkan depresi yang membuatnya takut dan cemas karena tidak dapat memenuhi kebutuhan keluarganya. Kecemasan menghadapi pensiun diukur dengan aspek aspek kecemasan menghadapi pensiun yaitu: aspek afektif, aspek kognitif, aspek motorik dan aspek somatik. Dengan asumsi semakin tinggi skor yang di

dapat pada lembar penilaian maka semakin tinggi kecemasan menghadapi pensiun sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh, maka semakin rendah kecemasan menghadapi pensiun pada karyawan.

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

##### **1. Populasi**

Populasi merupakan sekelompok individu yang mewakili satu atau lebih karakteristik umum yang menjadi pusat penelitian. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik sifat yang sama (Sugiono, 2014). Populasi dalam penelitian ini adalah karyawan yang berada di masa persiapan pensiun berusia 50-55 tahun yang berjumlah 40 orang.

##### **2. Sampel**

Sampel diartikan sebagai bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi dan digunakan sebagai sumber data dari penelitian (Sugiyono, 2019). Untuk mempermudah pengambilan sampel maka apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika jumlah subjeknya besar dapat dapat diambil 10-15%, atau 20- 25% atau lebih. Mengingat jumlah populasi dalam penelitian ini berjumlah 40 karyawan, maka keseluruhan sampel dijadikan sampel penelitian. Oleh karena itu, jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 40 karyawan di LPP Hasil penelitian sampel diharapkan dapat digeneralisasikan kepada seluruh



populasi. Generalisasi adalah kesimpulan penelitian sebagai suatu yang berlaku bagi populasi. Maka sampel dalam penelitian ini diambil seluruhnya (*total sampling*) sebanyak 40 orang karyawan.

### 3. Tehnik Sampling

Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode *non-probability sampling* dengan metode *total sampling*, dimana pengambilan sampel dilakukan secara menyeluruh terhadap populasi penelitian dikarenakan yang menjadi sampel penelitian adalah seluruh populasi penelitian. Teknik pengambilan sampel yang tidak menawarkan peluang atau peluang yang sama untuk setiap item atau anggota populasi yang dipilih sebagai sampel.

## **E. Metode Pengumpulan Data**

Akuisisi data adalah salah satu elemen terpenting dari penelitian. Tujuan pengetahuan (*knowledge goals*) harus dicapai dengan menggunakan metode yang efisien dan akurat (Azwar, 2005). Menurut Azwar, (2000), metode skala menggunakan kuesioner langsung dan terfokus. Penelitian ini menggunakan kecerdasan emosi dan ukuran ketakutan akan pensiun.

### 1. Skala Kecerdasan Emosi

Skala yang dipakai dalam mengukur kecerdasan emosi pada subjek penelitian adalah skala yang disusun berdasarkan aspek kecerdasan emosi menurut Goleman (2000) yaitu Kesadaran diri, Mengelola emosi, Motivasi diri, Empati, Ketrampilan sosial.

Kecerdasan emosi menggunakan skala Likert, yang terdiri dari item favorable dan aitem unfavorable yang masing-masing terdiri atas empat alteratif jawaban untuk farorable yaitu Sangat Sesuai (SS) dengan skor 4, Sesuai (S) dengan skor 3, Tidak sesuai (TS) dengan skor 2, Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan skor 1 sedangkan pada aitem unfavorable diberlakukan sebaliknya yaitu Sangat Sesuai (SS) = 1, Sesuai (S) = 2, Tidak Sesuai (TS) = 3, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) = 4.

*Tabel 3. 1 Blue Print Kecerdasan Emosi*

No	Aspek	Indikator	Pernyataan		Total item
			F	U	
1	Kesadaran diri	Mengenali emosi diri	1,15	18	3
		Mengetahui keterbatasan diri	6	3	2
		Keyakinan akan kemampuan diri sendiri	11,27	21	3
		Menahan emosi terhadap dorongan negative	2	16	2
2	Mengelola Emosi	Bertanggung jawab atas kinerja pribadi	24	8,28	3
		Mempunyai dorongan untuk berprestasi	4,17	26	3
		Memiliki semangat untuk melakukan suatu aktivitas	22	12	2
3	Motivasi Diri	Percaya diri	14	19	2
		Kemampuan untuk mengerti perasaan dan kebutuhan orang lain	25	5,29	3
4	Empati	Mempunyai kesadaran akan kepentingan orang lain	7	13	2
		Kemampuan memahami orang lain	20,30	10	3
5	Hubungan Interpersonal	Memelihara hubungan dengan orang lain	9	23	2
<b>Total</b>			<b>16</b>	<b>14</b>	<b>30</b>

## 2. Skala Kecemasan Menghadapi Pensiun

Skala yang dipakai dalam mengukur kecemasan menghadapi pensiun pada subjek penelitian adalah skala yang disusun berdasarkan aspek- aspek kecemasan menurut Sue yaitu afektif , kognitif, motorik dan somatik kemudian diolah menjadi item/ Pernyataan.

Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun menggunakan skala Likert, yang terdiri dari item favorable dan aitem unfavorable yang masing-masing terdiri atas empat alteratif jawaban untuk farorable yaitu Sangat Setuju (SS) dengan skor 4, Setuju (S) dengan skor 3, Tidak Setuju (TS) dengan skor 2, Sangat Tidak Setuju (STS) dengan skor 1 sedangkan pada aitem unfavorable diberlakukan sebaliknya yaitu Sangat Setuju (SS) = 1, Setuju (S) = 2, Tidak Setuju (TS) = 3, dan Sangat Tidak Setuju (STS) = 4.

*Tabel 3. 2 Blue Print Kecemasan Menghadapi Pensiun*

No	Aspek	Indikator	Pernyataan		Total item
			F	U	
1	Afektif	Individu yang mengalami keadaan gelisah dan khawatir tentang suatu bahaya yang akan terjadi	7	3,13	3
		Individu sulit berkonsentrasi dalam mengambil keputusan berbagai masalah yang akan terjadi	1,11	6,14	4
2	Kognitif	Individu yang menimbulkan kekhawatiran lebih lanjut	4	8	2
		Perasaan individu yang tidak menyenangkan yang muncul dalam bentuk tingkah laku	2,12	10	3
3	Motorik	Gangguan pada anggota tubuh fisik ataupun biologis	9,15	5	3
<b>TOTAL</b>			<b>8</b>	<b>7</b>	<b>15</b>

## F. Validitas, Daya Beda Item dan Reabilitas Data

### 1. Validitas

Uji validitas digunakan untuk membuktikan sejauh mana data yang terdapat di kuesioner dapat mengukur tingkat validitas suatu kuesioner, yang digunakan agar data yang diperoleh bisa relevan atau sesuai dengan tujuan uji validitas adalah dengan menghitung korelasi antara skor masing-masing butir pertanyaan dengan skor setiap konstruknya.

Pengujian ini menggunakan metode *Pearson Correlation*, data dikatakan valid apabila korelasi antar skor masing-masing butir pertanyaan dengan total skor setiap konstruknya signifikan pada level 0,05 (Ghozali, 2018). Kriteria pengujian adalah sebagai berikut :

- a) Jika  $r \text{ hitung} \geq r \text{ tabel}$  (uji 2 sisi dengan *sig* 0,05) maka instrumen atau item-item pertanyaan berkorelasi signifikan terhadap skor total (dinyatakan valid).
- b) Jika  $r \text{ hitung} < r \text{ tabel}$  (uji 2 sisi dengan *sig* 0,05) maka instrumen atau item-item pertanyaan tidak berkorelasi signifikan terhadap skor total (dinyatakan tidak valid).

Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur dalam penelitian ini adalah Analisis *product moment* dari Pearson, yakni dengan mendeklamasikan antara skor yang diperoleh pada masing-masing aitem dengan skor alat ukur. Skor total adalah nilai yang diperoleh dari hasil penjumlahan semua skor item korelasi antara skor item dengan skor total haruslah signifikan berdasarkan ukuran statistik tertentu.

## 2. Daya beda item

Daya beda item adalah kemampuan suatu item dalam skala psikologi untuk membedakan setiap individu yang diukur antribut psikologisnya (Saifuddin, 2019). Dalam hal ini dapat didefinisikan bahwa daya beda item adalah kemampuan item skala psikologi dalam membedakan sampel dengan tingkat rendah, sedang dan juga tingkat yang tinggi. Daya beda item juga merupakan salah satu syarat skala psikologi yang baik. Perhitungan menggunakan  $r$  hitung dengan SPSS. Semakin mendekati angka 1, maka koefisien korelasi item dengan skor skala psikologi semakin baik.

## 3. Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah alat untuk menguji konsistensi jawaban responden, suatu kuesioner dikatakan *reliable* jika jawaban seseorang terhadap pertanyaan adalah konsisten dari waktu ke waktu. Keandalan konsistensi antar item atau koefisien dapat dilihat pada tabel *Cronbach's Alpha*, untuk menguji reabilitas instrumen, semakin koefisien keandalan dengan 1,0 maka akan semakin baik. Apabila *Cronbach's Alpha* dari suatu variabel  $\geq 0,6$  maka butir pertanyaan dalam instrumen penelitian tersebut adalah *reliable* atau dapat diandalkan, dan sebaliknya jika nilai *Cronbach's Alpha*  $< 0,6$  maka butir pertanyaan tersebut tidak *reliable* (Ghozali, 2018).

## **G. Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasi *Product Moment Pearson* dengan metode uji nonparametrik. Penggunaan teknik ini dengan alasan bahwa dalam penelitian terdapat satu variabel bebas yaitu Kecerdasan emosi dan satu variabel tergantung yaitu kecemasan menghadapi masa penison. Guna mempermudah perhitungan digunakan program Statistical Product and Service Solution (SPSS) 24 for windows.

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

### **1. Uji Persyaratan Analisis (Uji Asumsi)**

#### **a. Uji Normalitas**

Uji normalitas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah sebaran data subjek penelitian mengikuti kurva normal atau tidak (Saifuddin, 2019). Dalam hal ini data itu dapat dikatakan baik dan layak digunakan dalam penelitian adalah data yang berdistribusi normal. Normalitas data dapat dilihat dengan menggunakan uji normal Kolmogorov-Smirnov dengan bantuan SPSS versi 26. Apabila nilai Sig > 0.05 maka data berdistribusi normal, namun apabila Sig < 0.05 maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal (Sujarweni, 2021).

b. Uji Linieritas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui linear tidaknya suatu data penelitian, dalam hal ini artinya data tersebut mengikuti garis linear korelasi atau tidak. Uji linearitas dapat diuji dengan uji F apabila nilai  $p \leq 0.05$ , maka data dikatakan mengikuti model regresi linear. Sebaliknya, apabila  $p \geq 0.05$ , maka data dikatakan tidak mengikuti model regresi linear (Werang, 2015).

**2. Analisis Data (Uji Hipotesis)**

Setelah dilakukan uji normalitas dan uji linieritas menggunakan Teknik korelasi *product moment*. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun. Semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin rendah kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosi maka semakin tinggi kecemasan menghadapi masa pensiun pada karyawan. Kedua variabel dikatakan berkorelasi jika nilai signifikansinya ( $p$ )  $< 0,05$ . Sebaliknya jika nilai ( $p$ )  $> 0.05$  maka tidak terdapat korelasi antara kedua variabel tersebut (Sujarweni, 2021).

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Setting Penelitian**

##### **1. Gambaran Lokasi Penelitian**

LPP AGRO NUSANTARA didirikan di Yogyakarta paling awal pada tahun 2002. Cabang terbaru dari grup ini dan terlibat dalam konsultasi manajemen, mencakup semua aktivitas mulai dari manajemen operasi, strategi perusahaan, peta jalan & strategi, teknologi informasi, sumber daya manusia & manfaat, desain organisasi dan pengembangan, manajemen perubahan, hukum & resolusi konflik, penasihat keuangan, pemasaran & penjualan, dan sistem pemantauan layanan publik. LPP Hotel and Mice Group yang terletak di Jl. Perumnas No.1, Ambarukmo, Catur Tunggal, Kec.Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

#### **VISI**

“Menjadi *excellent partner* dalam membangun daya saing BUMN Perkebunan dan Industri Perkebunan Nasional”



## **MISI**

1. Sebagai *integrated knowledge partner* bagi BUMN Perkebunan dan *knowledge hub* bagi seluruh industri perkebunan untuk membangun kapabilitas sumber daya manusia dan organisasi.
2. *Utilizing knowledge & asset* organisasi secara optimal untuk bisnis dan segmen pasar non perkebunan dalam rangka memberi nilai tambah.
3. Memberikan nilai tambah bagi pemegang saham dan pemangku kepentingan lainnya.
4. Mempromosikan prinsip *management* dan *governance* yang mengacu pada standar, norma dan *best practices* industri serta menerapkan teknologi dan inovasi terkini.

## **2. Waktu dan Tempat**

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 05 September 2023.

Peneliti menyebarkan kuesioner dalam bentuk angket kepada karyawan LPP.

## **3. Subjek Penelitian**

Subjek penelitian ini sebanyak jumlah populasi 40 karyawan. Pengambilan sampel penelitian menggunakan teknik *total sampling*.

## **B. Tahapan Penelitian**

### **1. Tahap Persiapan**

Pada tahap awal penelitian, peneliti melakukan studi pendahuluan dan studi literatur terlebih dahulu sebagai langkah awal untuk memperdalam latar belakang masalah penelitian. Peneliti menyusun proposal penelitian dan melakukan konsultasi dengan dosen pembimbing skripsi. Hasil penelitian pengembangan instrumen dengan melihat instrumen penilaian kinerja melalui proses dimana menilai rancangan produk secara rasional sesuai pemikiran dari pakar (*Expert Judgment*), untuk dapat menghasilkan instrumen yang memiliki validitas butir yang baik, harus melalui uji ahli dan uji empiris (Yudha, Marsukan & Djuniadi, 2014). Tahap selanjutnya yakni melakukan penyusunan alat ukur dan melakukan penilaian alat ukur kepada tiga *expert judgement*.

Hasil validasi isi dari para ahli, didapat skor penilaian dan kemudian instrumen dianalisis menggunakan formula Aiken's. Berdasarkan hasil ini jika koefisien validitas 0.30 berarti item dapat dikatakan valid (Azwar, 2014:143). Hasil penilaian validasi dari ketiga validator menunjukkan secara keseluruhan 19 butir instrumen penilaian kinerja yang dianalisis dengan menggunakan formula Aiken's ini sudah memiliki nilai validitas 0.30 yang dapat dikatakan instrumen penilaian memiliki validitas isi yang memadai. Berikut daftar nama panelis/*expert judgement* skala penelitian yang terlibat.

*Tabel 4. 1 Daftar Nama Expert Judgement Skala Penelitian*

<b>No</b>	<b>Nama</b>	<b>Jabatan</b>	<b>Asal Instansi</b>
<b>1.</b>	Sekar Maharining Rarasati, M. Psi., Psikolog	Psikolog	Biro Psikologi Dinamis
<b>2.</b>	Munazilah, M. Psi., Psikolog	Psikolog	Biro Psikologi Dinamis
<b>3.</b>	Zahira Rahmatika Makarim, M.Psi., Psikolog	Psikolog	Biro Psikologi Dinamis

Peneliti menggunakan tiga expert judgment untuk menilai item pertanyaan, kemudian, peneliti melakukan validitas isi dimana pada validitas isi terdapat 4 item yang tidak valid dari skala kecerdasan emosi 26 item valid dan 4 item gugur yaitu item nomor 1,15,20 dan 30 dan 1 item yang tidak valid pada skala kecemasan menghadapi masa pensiun yaitu nomor 3. Sehingga, peneliti menggunakan 26 item pada skala kecerdasan emosi dan 14 item skala kecemasan menghadapi masa pensiun yang sudah dinyatakan valid.

Pada tahap pengambilan data, peneliti melakukan uji coba skala kepada 40 karyawan PT.ALW yang ada di Juwiring yang sesuai dengan karakteristik sampel penelitian yaitu karyawan yang akan memasuki masa pensiun yang berusia 50-55 tahun. Terdapat 40 pertanyaan yang peneliti bagikan melalui kertas kuisioner kepada karyawan yang didampingi oleh HRD. Melihat jumlah responden sudah memenuhi, maka langkah selanjutnya ialah mengolah data.

## **2. Tahap Perizinan**

Tahap administrasi yang dilakukan meliputi permohonan izin pada pihak yang berwenang di lokasi penelitian. Peneliti meminta surat izin penelitian dari Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta dan memberikannya ke HRD PT.Alwanas Lestari Internasional untuk mendapatkan balasan dari surat izin penelitian tersebut. Peneliti juga melakukan permohonan izin penelitian pada tanggal 29 Agustus – 01 September 2023 yang ditujukan kepada Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta dengan nomor surat B 2730/Un.20/F.I/PP.01.1/08/2023.

## **3. Tahap Pelaksanaan**

### **a. Pelaksanaan Uji Coba**

Uji coba skala penelitian dilakukan untuk menguji validitas, daya beda dan reliabilitas skala yang digunakan dalam penelitian. Peneliti melakukan uji coba skala kepada 40 karyawan yang memiliki karakteristik serupa dengan sampel penelitian yaitu karyawan yang akan memasuki masa pensiun dan berusia 50-55 tahun. Uji coba melibatkan karyawan PT.ALW. Uji coba penelitian dilakukan peneliti pada tanggal 29 Agustus – 01 September 2023. Terdapat 39 item pernyataan yang peneliti bagikan melalui angket. Hasil uji coba skala diolah menggunakan microsoft excel dan aplikasi SPSS 26.0 *for windows*.

## **b. Pengumpulan Data Penelitian**

Pengumpulan data penelitian dilaksanakan pada tanggal 29 Agustus – 01 September 2023 dengan kriteria utama adalah karyawan yang akan memasuki masa pensiun di PT.ALW. Adapun alat ukur yang digunakan meliputi skala Kecerdasan Emosi dan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun. Pengumpulan data dilaksanakan secara observasi dengan datang langsung ke PT. ALW dengan membagikan angket. Data yang diperoleh dari responden kemudian diolah menggunakan Microsoft Excel dan aplikasi SPSS 24.0 *for windows*

## **4. Hasil Analisis Uji Coba**

### **a. Uji Validitas**

#### **1) Skala Kecerdasan Emosi**

Hasil dari uji validitas dan daya beda item, tidak terdapat item yang gugur. Item-item tersebut memiliki nilai  $r_{hitung} < r_{tabel}$  yang termasuk taraf signifikan 5%, sehingga indeks validitas item bergerak antara 0.126 – 0.652. Sementara, koefisien daya beda item yang digunakan yaitu indeks daya beda ( $p > 0.3$ ). Kemudian, dapat disimpulkan skala kecerdasan emosi yang digunakan peneliti terdiri dari 26 item. Dibawah ini adalah sebaran item skala beserta item yang gugur setelah uji coba.

*Tabel 4. 2 Sebaran Item Skala Kecerdasan Emosi Setelah Uji Coba*

No	Aspek	Indikator	Pernyataan		Total Item
			F	U	
			-	18	1
1	Kesadaran diri	Mengenali emosi diri			
		Mengetahui keterbatasan diri	6	3	2
		Keyakinan akan kemampuan diri sendiri	11,27	21	3
2	Mengelola Emosi	Menahan emosi terhadap dorongan negative	2	16	2
		Bertanggung jawab atas kinerja pribadi	24	8,28	3
		Mempunyai dorongan untuk berprestasi	4,17	26	3
		Memiliki semangat untuk melakukan suatu aktivitas	22	12	2
3	Motivasi Diri	Percaya diri	14	19	2
		Kemampuan untuk mengerti perasaan dan kebutuhan orang lain	25	5,29	3
		Mempunyai kesadaran akan kepentingan orang lain	7	13	2
4	Empati	Kemampuan memahami orang lain	-	10	1
		Memelihara hubungan dengan orang lain	9	23	2
5	Hubungan Interpersonal				
<b>Total</b>			<b>13</b>	<b>14</b>	<b>26</b>

## 2) Skala Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun

Hasil uji validitas dan daya beda menunjukkan bahwa 1 item gugur dari 14 item. Dimana item tersebut memiliki nilai  $r_{hitung} < r_{tabel}$  dengan taraf signifikan 5%, sehingga indeks validitas item bergerak antara 0,39 – 0,803. Sedangkan pada koefisien daya beda item, menggunakan indeks daya beda ( $p > 0.3$ ). Kemudian, dapat disimpulkan bahwa skala kecemasan menghadapi masa

pensiun yang digunakan peneliti berjumlah 13 item. Berikut tabel sebaran item skala beserta item yang gugur setelah uji coba.

*Tabel 4. 3 Sebaran Item Skala Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Setelah Uji Coba*

No	Aspek	Indikator	Pernyataan		Total Item
			F	U	
1	Afektif	Individu yang mengalami keadaan gelisah dan khawatir tentang suatu bahaya yang akan terjadi	7	13	2
2	Kognitif	Individu sulit berkonsentrasi dalam mengambil keputusan berbagai masalah yang akan terjadi	1,11	6,14	4
		Individu yang menimbulkan kekhawatiran lebih lanjut	4	8	2
3	Motorik	Perasaan individu yang tidak menyenangkan yang muncul dalam bentuk tingkah laku	2,12	10	3
4	Somatik	Gangguan pada anggota tubuh fisik ataupun biologis	9*,15	5	2
		<b>TOTAL</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>13</b>

\*) Item yang gugur setelah uji coba

#### **b. Uji Reliabilitas**

Uji reliabilitas adalah alat untuk menguji konsistensi jawaban responden, suatu kuesioner dikatakan *reliable* jika jawaban seseorang terhadap pertanyaan adalah konsisten dari waktu ke waktu. Keandalan konsistensi antar item atau koefisien dapat dilihat pada tabel *Cronbach's Alpha*, untuk menguji reabilitas instrumen, semakin koefisien keandalan dengan 1,0 maka akan semakin baik. Apabila *Cronbach's Alpha* dari suatu variabel  $\geq 0,6$  maka butir

pertanyaan dalam instrumen penelitian tersebut adalah *reliable* atau dapat diandalkan, dan sebaliknya jika nilai *Cronbach's Alpha*  $< 0,6$  maka butir pertanyaan tersebut tidak *reliable* (Ghozali, 2018).

Melalui uji reliabilitas diperoleh koefisien reliabilitas pada setiap skala sebagai berikut:

*Tabel 4. 4 Koefisien Reliabilitas Skala Penelitian*

Skala Penelitian	Koefisien <i>Cronbach Alpha</i>	Keterangan
<b>Kecerdasan Emosi</b>	0.784	Reliabel
<b>Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun</b>	0.709	Reliabel

Berdasarkan pada hasil uji reliabilitas diatas dapat disimpulkan bahwakedua skala penelitian tersebut termasuk dalam kategori reliabilitas tinggi, sehingga skala penelitian tersebut reliabel. Uji reliabilitas yang dilakukan menggunakan SPSS 26.0 *for windows*.

## C. Hasil Analisi Data

### 1. Hasil Uji Asumsi

#### a) Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah sebaran data subjek penelitian mengikuti kurva normal atau tidak (Saifuddin, 2019). Data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai  $Sig > 0.05$ . Uji normalitas *Kolmogorov-smirnov*



dengan bantuan SPSS 26.0 *for windows* diperoleh hasil sebagai berikut:

*Tabel 4. 5 Hasil Uji Normalitas*

<b>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</b>		Unstandardize d Residual
N		40
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	2.23925850
Most Extreme Differences	Absolute	.111
	Positive	.107
	Negative	-.111
Test Statistic		.111
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Tabel diatas menunjukkan nilai signifikansi sebesar  $0,200 < 0.05$ , maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

#### **b) Uji Linearitas**

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui linear tidaknya suatu data penelitian, dalam hal ini artinya data tersebut mengikuti garis linear korelasi atau tidak. Uji linearitas dapat diuji dengan uji F apabila nilai  $p \leq 0.05$ , maka data dikatakan mengikuti model regresi linear. Sebaliknya, apabila  $p \geq 0.05$  maka data dikatakan tidak mengikuti model regresi linear (Werang, 2015). Uji linearitas dengan bantuan SPSS 26.0 *for windows* diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4. 6 Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun * Kecerdasan Emosi	Between Groups	(Combined)	38.508	12	3.209	1.717	.119
		Linearity	7.350	1	7.350	3.932	.058
		Deviation from Linearity	31.158	11	2.833	1.515	.183
	Within Groups		50.467	27	1.869		
	Total		88.975	39			

Tabel di atas menunjukkan nilai *sig. Deviation from linearity* sebesar  $0.183 > 0.05$  dan nilai *sig. Linearity*  $0.058 < 0.05$  yang berarti terdapat hubungan yang linear antara Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun.

### c) Uji Hipotesis

Setelah melaksanakan uji normalitas dan uji linearitas yang sudah memenuhi uji prasyarat, setelah itu peneliti melakukan analisis menggunakan *Product Moment Pearson* untuk melihat hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun. Dasar pengambilan keputusan uji korelasi yaitu jika nilai signifikansi ( $p$ )  $< 0.05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sebaliknya, jika nilai signifikansi  $> 0.05$ , maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Berikut tabel hasil uji korelasi antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masan pensiun dengan *SPSS 24.0 for windows*.

Tabel 4. 7 Hasil Uji Hipotesis

**Correlations**

		Kecerdasan Emosi	Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun
Kecerdasan Emosi	Pearson Correlation	1	-.790**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	40	40
Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun	Pearson Correlation	-.790**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	40	40

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

## a. Signifikansi Hasil Korelasi

Dasar pengambilan keputusan signifikansi berdasarkan angka probabilitas:

- 1) Jika probabilitas  $> 0.05$ , maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak
- 2) Jika probabilitas  $< 0.05$ , maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak

Hasil uji hipotesis antara variabel kecerdasan emosi dengan kecemasan meghadapi masan pensiun didapatkan taraf signifikan sebesar 0.000 (sig  $< 0.05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara variabel kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun. Sehingga  $H_a$  pada penelitian ini diterima dan  $H_0$  ditolak.

## b. Arah Korelasi

Berdasarkan pada tabel diatas, dapat diketahui bahwa arah korelasi antara kecerdasan emosi dengan kecemasan

menghadapi masa pensiun ditunjukkan oleh angka  $-0.790$ . Sementara itu arah korelasi bernilai negatif, sehingga disimpulkan ada hubungan yang signifikan dengan kecemasan menghadapi masa pensiun. Dapat diartikan semakin tinggi kecerdasan emosi, maka semakin rendah kecemasan menghadapi masa pensiun yang dialami pada karyawan.

c. Tingkat kekuatan korelasi

Pada tabel di atas dapat diketahui koefisien korelasi ( $r$ ) hitung kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun sebesar  $0.790$  hal ini menunjukkan bahwa adanya tingkat hubungan yang kuat antara variabel kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun

d. Koefisien Determinasi.

Hasil perhitungan koefisien determinasi ( $R$  squared) diperoleh nilai sebesar  $62,4\%$ . Hal ini berarti kecerdasan emosi memberikan kontribusi terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun sebesar  $62,4\%$ . Sementara  $37,6\%$  dipengaruhi oleh faktor lain.

*Tabel 4. 8 Koefisien Determinasi*

<b>Measures of Association</b>			
	R	Eta	Eta
R	Squared	Squared	Squared

Kecerdasan Emosi *	-	.624	.614	1.565
Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun	.790			

#### d) Analisis Deskriptif

Peneliti melakukan analisis deskriptif untuk mengetahui nilai mean, nilai minimum dan nilai maksimum, dan nilai standar deviasi dari variabel kecerdasan emosi dan variabel kecemasan menghadapi masa pensiun. Berikut tabel deskripsi umum data penelitian, yang meliputi sebaran usia, jenis kelamin, lama bekerja, tingkat pendidikan dan status pekerjaan.

*Tabel 4. 9 Statistik Deskripsi Data Penelitian*

Statistics			
		Kecerdasan Emosi	Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun
N	Valid	40	40
	Missing	0	0
Mean		71.78	33.98
Std. Deviation		4.594	1.510
Minimum		65	31
Maximum		79	37

Berdasarkan hasil analisis deskriptif diatas diketahui bahwa jumlah data (N) dari setiap variabel sebanyak 40 responden. Pada variabel kecerdaan emosi memiliki skor minimum sebesar 65 dan skor maksimumnya sebesar 79, hasil skor *mean* sebesar 71.78 dan standar deviasinya sebesar 4.5949. Sedangkan pada variabel kecemasan

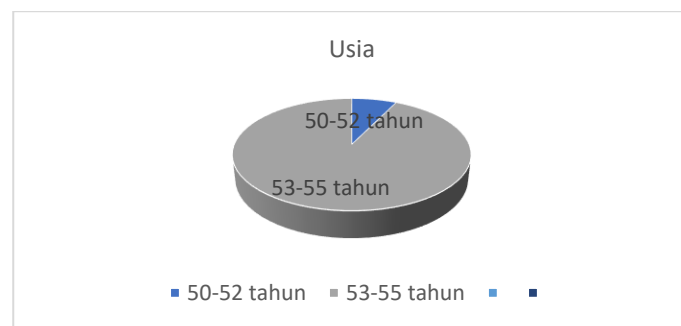
menghadapi masa pensiun memiliki skor minimum sebesar 31 dan skor maksimumnya sebesar 37, hasil skor mean sebesar 33.98 dan standar deviasinya sebesar 1.510

#### a. Usia

*Tabel 4. 10 Persebaran Responden Berdasarkan Usia*

Usia	Jml	Persentase
50-52 thn	10	25%
53-55 thn	30	75%
Jumlah	40	100%

Tabel diatas menunjukkan jumlah responden yang berusia 50-52 tahun berjumlah 10 (25%) dan responden yang berusia 53-55 tahun berjumlah 30 (75). Dengan demikian responden jumlah responden terbanyak berusia 53-55 tahun.



*Gambar 4. 1 Diagram Persebaran Responden Berdasarkan Usia*

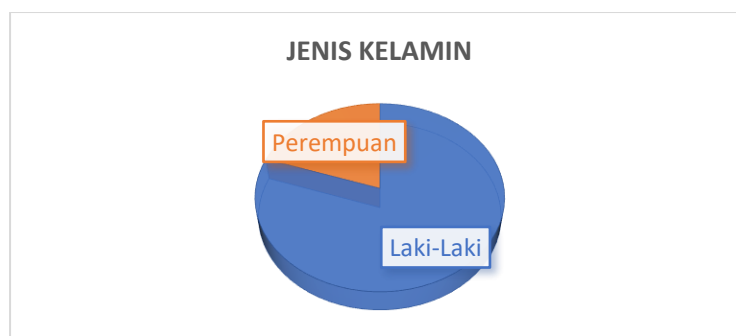
#### b. Jenis Kelamin

*Tabel 4. 11 Persebaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin*

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
---------------	--------	------------

<b>Laki-laki</b>	13	32.5%
<b>Perempuan</b>	27	67.5%
<b>Jumlah</b>	40	100%

Tabel diatas menunjukkan jumlah responden perempuan berjumlah 27 (67.5) dan 13 (32.5%) responden laki-laki. Dengan demikian jumlah responden terbanyak berjenis kelamin perempuan.



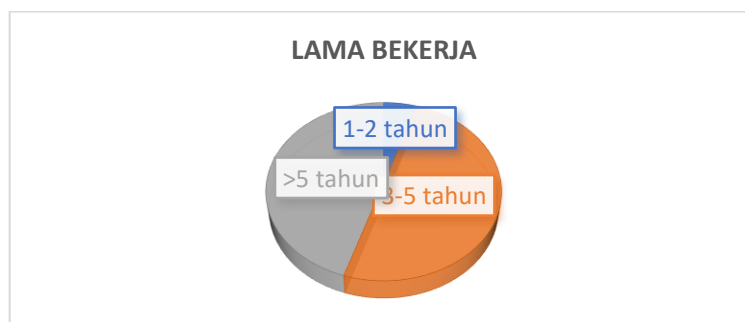
*Gambar 4. 2 Diagram Persebaran responden Berdasarkan Jenis Usia*

### c. Lama Bekerja

*Tabel 4. 12 Persebaran Responden Berdasarkan Lama Bekerja*

Lama Bekerja	Jumlah	Persentase
<b>1-2 tahun</b>	2	5%
<b>3-4 tahun</b>	20	50%
<b>&gt;5</b>	18	45%
<b>Jumlah</b>	40	100%

Tabel di atas menunjukkan jumlah responden yang telah lama bekerja 1-2 tahun berjumlah 2 (5%), lama bekerja 3-4 tahun berjumlah 20 (50%) dan >5 tahun berjumlah 18 (45%).



Gambar 4. 3 Persebaran Responden Berdasarkan Lama Bekerja

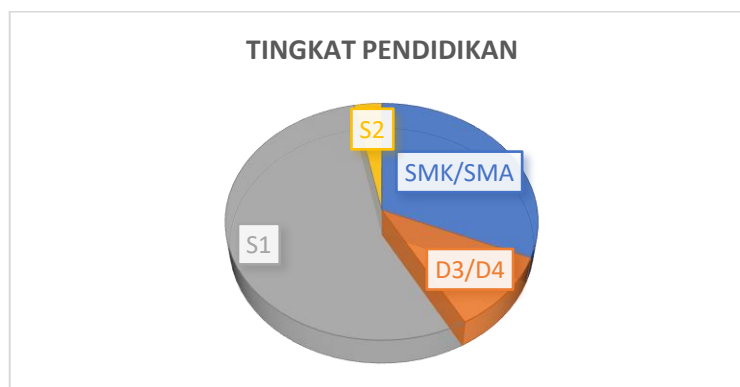
#### d. Tingkat Pendidikan

Tabel 4. 13 Persebaran Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Tingkat Pendidikan	Jumlah	Persentase
<b>SMA/SMK</b>	14	35%
<b>D3/D4</b>	4	10%
<b>S1</b>	21	52.5%
<b>S2</b>	1	2.5%
<b>Jumlah</b>	40	100%

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan responden yang berpendidikan SMA / SMK berjumlah 14 orang dengan persentase 35%, pendidikan D3 / D4 berjumlah 4 orang dengan persentase 10%, pendidikan S1 berjumlah 21 orang dengan persentase 52,5%, dan pendidikan S2 berjumlah 1 orang dengan persentase 2,5%.





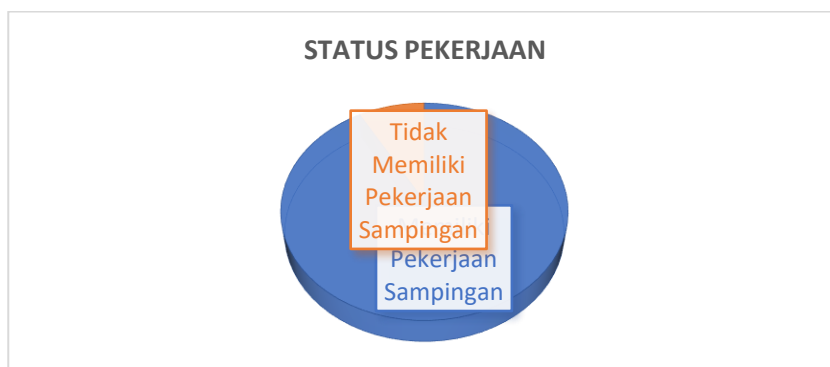
*Gambar 4. 4 Persebaran Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan*

#### e. Status Pekerjaan

*Tabel 4. 14 Persebaran Responden Berdasarkan Status Pekerjaan*

Status Pekerjaan	Jumlah	Persentase
<b>Tidak Memiliki Pekerjaan Sampingan</b>	36	90%
<b>Memiliki Pekerjaan Sampingan</b>	4	10%
<b>Jumlah</b>	40	100%

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan responden yang tidak memiliki pekerjaan sampingan berjumlah 36 (90%) dan yang memiliki pekerjaan sampingan berjumlah 4 (10%). Dengan demikian responden banyak yang tidak memiliki pekerjaan sampingan setelah pensiun.



Gambar 4. 5 Persebaran Responden Berdasarkan Status Pekerjaan

#### e) Hasil Kategorisasi

Berdasarkan analisis deskriptif yang telah dilakukan, skor mean (M) dan skor standar deviasi (SD) setiap variabel dapat digunakan untuk membuat kategorisasi skor tingkat kecerdasan emosi dan tingkat kecemasan menghadapi masa pensiun pada setiap responden penelitian. Peneliti menggunakan tiga kategorisasi yaitu rendah, sedang dan tinggi dengan perhitungan rumus sebagai berikut

Tabel 4. 15 Norma Kategorisasi

Kategori	Norma
Rendah	$X < M - 1 SD$
Sedang	$M - 1 SD \leq X < M + 1 SD$
Tinggi	$M + 1 SD \leq X$

Sumber : (Azwar, 2012)

#### a. Kategorisasi Kecerdasan Emosi

Dalam menganalisis tingkat konsep diri setiap responden, berikut ini dijelaskan cara membuat kategori tingkat kecerdasan emosi berdasarkan rumus yang telah dipaparkan sebelumnya. Proses

berikutnya adalah memasukkan nilai rata - rata dan nilai standar deviasi ke dalam norma kategorisasi sebagai berikut

*Tabel 4. 16 Kategorisasi Variabel Kecerdasan Emosi*

Kategorisasi	Norma	Hasil	Frekuensi	Persen
Tinggi	$M + 1 SD \leq X$	$76 \geq X$	12	32,5%
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < M + 1SD$	$68 \leq X < 76$	15	37.5%
Rendah	$X < M - 1SD$	$X \leq 68$	13	30%
Jumlah			40	100%

Data yang disajikan dalam tabel di atas menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan penelitian ini memiliki tingkat kecerdasan emosi yang cukup tinggi dengan total 12 responden yang mewakili 32,5% sampel. Sementara terdapat responden 15 atau 37.5% partisipan termasuk kategori sedang. Sedangkan, 13 atau 30 % subjek yang masuk dalam kategori konsep diri rendah. Adapun kategorisasi setiap aspek dari konsep diri sebagai berikut.

*Tabel 4. 17 Kategorisasi Berdasarkan Aspek Kecerdasan Emosi*

Aspek	Prosentase	Kategori
Kesadaran diri	77,2%	Sedang
Mengelola Emosi	66,8%	Sedang
Motivasi	65,6%	Sedang
Empati	70,6%	Sedang
Hubungan Interpersonal	62,5	Sedang

Tabel di atas menunjukkan bahwa prosentase tertinggi adalah aspek kesadaran diri sekitar 77,2, diikuti aspek empati sebesar 70,6, lalu aspek mengelola emosi sebesar 66,8%, aspek motivasi sekitar 65,6%, sementara prosentase aspek terendah yaitu hubungan interpersonal sebesar 62,5%. Pada kesimpulannya sebagian besar responden memiliki kesadaran diri tertinggi dengan kategori sedang.

b. Kategorisasi Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun

Dalam menganalisa tingkat kecemasan menghadapi masa pensiun pada masing-masing responden berdasarkan rumus yang telah dipaparkan sebelumnya. Langkah selanjutnya yakni memasukkan nilai mean dan nilai standar deviasi ke dalam norma kategorisasi sebagai berikut :

*Tabel 4. 18 Kategorisasi Variabel Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun*

Kategorisasi	Norma	Hasil	Frekuensi	Persen
Tinggi	$M + 1 SD \leq X$	$35 \geq X$	14	30%
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < M + 1SD$	$33 \leq X < 35$	21	37.5%
Rendah	$X < M - 1SD$	$X \leq 33$	5	32.5%
Jumlah			40	100%

Data yang disajikan dalam tabel di atas menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan penelitian ini memiliki tingkat kecemasan menghadapi masa pensiun yang cukup tinggi dengan total 14 responden yang mewakili 30% sampel. Sementara terdapat responden 21 atau 37.5% partisipan termasuk kategori sedang.

Sedangkan, 5 atau 32.5 % subjek yang masuk dalam kategori konsep diri rendah. Adapaun kategorisasi setiap aspek dari konsep diri sebagai berikut.

*Tabel 4. 19 Berdasarkan Aspek Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun*

Aspek	Prosentase	Kategori
Afektif	59,7%	Sedang
Kognitif	65,8%	Sedang
Motorik	66,0%	Sedang
Somatik	91,2%	Sangat Baik

Tabel di atas menunjukkan bahwa prosentase tertinggi adalah aspek somatik sekitar 91,2%, diikuti aspek motorik sebesar 66,0%, lalu aspek kognitif sebesar 65,8%, sementara prosentase aspek terendah afektif yaitu aspek sebesar 59,7%. Pada kesimpulannya mayoritas aspek somatik memiliki perbedaan nilai terlalu jauh dan berada pada kategori sedang.

#### **D. Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Karyawan. Hasil analisis korelasi *Product Moment* menjelaskan nilai koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) antara kecerdasan emosi dengan kecerdasan menghadapi masa pensiun sebesar - 0.790 dengan nilai signifikansi  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). Interpretasi dari nilai koefisien korelasi ( $r$ ) tersebut berada pada tingkat sedang. Sementara itu korelasi bernilai negatif atau memiliki

arah negatif, sehingga disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun. Dapat diartikan semakin tinggi kecerdasan emosi, maka semakin rendah kecemasan menghadapi masan pensiun yang dialami pada karyawan. Demikian bahwa hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima.

Berdasarkan temuan penelitian, diketahui bahwa 37,5% karyawan atau sebagian besar karyawan memiliki tingkat kecerdasan emosional yang tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa karyawan dengan kecerdasan emosi yang baik pada kategori tinggi akan lebih mampu mengendalikan emosinya, sehingga memungkinkan mereka untuk mengurangi atau bahkan menghindari sama sekali perasaan cemas menjelang masa pensiun. Semakin tinggi kecerdasan emosi yang dimiliki oleh seseorang, maka kecemasan yang dihadapi semakin menurun (Nuraini, 2013). Dalam hal ini sejalan dengan pendapat Saranggih (2019) yang menjelaskan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi yang dimiliki oleh seseorang, maka kecemasan yang dihadapi semakin menurun. Karyawan yang memiliki kecerdasan emosi yang baik juga dapat berpikir bahwa perubahan-perubahan yang terjadi dalam dirinya itu dianggap hal biasa karena itu adalah suatu proses kehidupan.

Kecerdasan emosi adalah kemampuan seseorang untuk mengatur kehidupan emosinya dengan kecerdasan dan menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian

diri, motivasi, empati dan keterampilan sosial (Goleman, 2000). Kecerdasan emosi mencakup kemampuan yang berbeda, tetapi saling melengkapi seperti pengendalian diri, semangat, ketekunan, dan kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan dari frustrasi.

Ada banyak bukti bahwa orang yang kompeten secara emosi, mengetahui dan mengolah perasaan sendiri, serta mampu membaca dan mengolah perasaan orang lain secara efektif, memiliki kelebihan dalam segala bidang kehidupan, baik itu cinta maupun persahabatan, hubungan kerja, atau ketika mereka akan memasuki fase pengunduran diri (Goleman, 2000). Saat ini, perusahaan tahu bahwa inti kompetensi personal dan sosial sebagai kunci utama keberhasilan seseorang adalah kecerdasan emosi (Dharmasasmitha & Nugraeni, 2017).

Jika dikaji lebih dalam aspek-aspek kecerdasan emosi diketahui aspek kesadaran diri sebesar 77,2% termasuk dalam kategori sedang, aspek kesadaran diri ini berhubungan dengan emosi-emosi, pikiran-pikiran dan keterhubungan menyadari dan memahami keseluruhan proses yang terjadi dalam dirinya, perasaannya, pikirannya dan latar belakang dari tindakannya. Aspek kesadaran diri berhubungan bahwa aspek kognitif sebesar 65,8%. Dalam hal ini di dukung oleh pendapat Mayer dan Salovey (2007) yang mengatakan fakta bahwa seseorang yang memiliki kecerdasan emosi akan mengetahui dan menangani perasaan mereka sendiri dengan baik, dan yang mampu membaca dan menghadapi diri sendiri dengan efektif memiliki keuntungan dalam semua bidang kehidupan. Hal itu dapat mempengaruhi

hubungan asmara dan persahabatan, hubungan kerja, atau hubungan kerja, atau saat akan memasuki masa berhenti bekerja. Orang dengan keterampilan emosi yang berkembang dengan baik lebih cenderung bahagia dan sukses dalam hidup, menghasilkan kebiasaan positif yang mendorong produktivitas mereka. Kini perusahaan menyadari dan menyimpulkan bahwa inti dari kemampuan pribadi dan sosial, kunci utama kesuksesan seseorang adalah kecerdasan emosi (Agustian, 2001).

Temuan selanjutnya adalah aspek mengelola emosi sebesar 66,8% termasuk dalam kategori sedang. Kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk mengelola dan mengekspresikan emosi dengan baik menyadari bahwa kita merasa dapat memotivasi diri sendiri, membangun hubungan dengan orang lain, dan menentukan tindakan yang harus kita ambil untuk mengatasinya kecemasan tersebut dan bukan hanya membiarkan kecemasannya berlarut-larut tanpa solusi (Citra, 2023). Hasil temuan aspek mengelola emosi berhubungan dengan aspek afektif. Diketahui bahwa aspek afektif sebesar 59,7%. Artinya orang yang memiliki kecerdasan emosi memiliki perasaan empati terhadap orang lain dan mampu hidup rukun dengan orang lain dan kelompok sehingga seseorang tidak dikucilkan, sehingga seseorang tetap memiliki hubungan yang baik dengan semua orang, baik sebelum atau setelah pensiun dan seseorang memiliki pemikiran positif tentang masa pensiun yang akan dialaminya (Goleman, 2003).

Kemampuan individu untuk memotivasi dirinya sendiri dalam keputusan, berfikir positif untuk bertahan dari masalah yang



membebani dan terus berjuang, tidak pernah mudah menyerah termasuk kedalam aspek memotivasi diri. Dalam penelitian yang dilakukan peneliti terdapat temuan 65,6% dalam kategori sedang. Aspek ini berhubungan dengan aspek motorik sebesar 66,0%. Menurut Hayat, kecemasan pada diri seseorang yang tidak bisa terkendali dapat mengganggu keseimbangan pribadi seperti gugup, gelisah, cemas, takut, berkeringat, sulit tidur dan lain sebagainya, Ada dua jenis kecemasan yang pertama kecemasan biasa, yang merupakan tanggapan yang cukup masuk akal terhadap peristiwa yang dihadapi, dan yang kedua kecemasan neurotik, yang bukan kecemasan keluar dari proporsi, yang terjadi diluar kesadaran dan untuk mencegah orang tidak memiliki keseimbangan (Hayat, 2014).

Kecerdasan emosi meningkatkan kemampuan penalaran, memanfaatkan emosi dengan baik, meningkatkan kebijakan intuisi, dan meningkatkan kemampuan berhubungan dengan diri sendiri dan orang lain (Reza, 2011). Bahwa keuntungan memiliki kecerdasan emosi yaitu kontrol diri yang lebih unggul, memiliki kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, dapat mengekspresikan emosi dengan wajar, dapat bersikap terbuka tetapi peduli dalam suatu hubungan, kehidupan emosional individu menjadi kaya dan seimbang, nyaman terhadap diri sendiri, orang lain, dan kehidupan sosial, dapat mengatur emosi, tidak ada perasaan khawatir yang berlebihan, cenderung dan mudah berteman. yang bisa mengatur kehidupan emosinya dengan intelegensi dan menjaga keselarasan emosi dan

oengungkapannya melalui ketrampilan diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan ketrampilan sosial (Goleman, 2000).

Menurut Permata, (2021) kecerdasan emosional memiliki empati terhadap orang lain dan dapat hidup rukun dengan orang lain atau kelompok, orang tersebut akan memiliki hubungan yang baik dengan semua orang, baik sebelum atau sesudah pensiun, sehingga orang tidak merasa terisolasi dan dengan demikian memiliki pemikiran positif tentang pensiun, yang akan dialami . Terdapat 70,6% karyawan memiliki aspek empati yang tinggi dan dalam kategori sedang. Aspek ini berhubungan dengan aspek afektif.

Hasil temuan aspek hubungan interpersonal sebesar 62,5% yaitu mereka dapat secara efektif membangun hubungan dengan orang lain, menjaga hubungan sosial, dan mampu menangani konflik antarpribadi. Aspek ini terkait dengan aspek afektif. Seperti dikutip Astuti, pensiun memutuskan aktivitas sehari-hari , dan juga memutuskan rantai sosial yang terjalin dengan rekan kerja dan yang paling penting bukan hanya belum siap menghadapi pensiunnya seseorang yang sudah lama memiliki keterikatan, namun ketidaksiapan dalam menghadapi pensiun umumnya muncul kekhawatiran tidak dapat memenuhi kebutuhan tertentu setelah pensiun tiba (Astuti, 2018), dalam artikelnya Muh. Kadarisman menjelaskan bahwa dampak yang sering muncul pada masa pensiun adalah sebagai akibat ketidaksiapan seseorang menghadapi pensiun misalnya adanya gangguan

psikologis dan ketidaksehatan dalam bentuk kecemasan, stress, dan bahkan depresi (Kadarisman, 2011).

Seorang karyawan yang memasuki masa pensiun karyawan seharusnya merasa bahagia karena telah mencapai puncak karirnya. Individu dapat menikmati masa hidupnya dengan lebih santai, rileks, tenang, dan bahagia. Individu tidak lagi memikul berbagai tugas dan tanggung jawab dari lembaga atau organisasi tempat mereka bekerja. Ketika masa pensiun tiba, individu akan memiliki lebih banyak waktu dan kesempatan untuk bersama dengan keluarga atau pasangannya.

Kecemasan menghadapi pensiun merupakan masalah psikologis yang dapat menimbulkan kecemasan dan kekhawatiran karena tidak tahu gambaran hidup yang akan dihadapi setelah pensiun (Lesmana, 2014). Kecemasan merupakan ancaman terhadap pusat eksistensi manusia. Seseorang yang pernah mengalami kecemasan ditandai dengan adanya rasa khawatir, gelisah dan perasaan akan terjadi sesuatu hal yang kurang menyenangkan yang diikuti perasaan tidak mampu menghadapi tantangan, kurang percaya pada diri sendiri, tidak dapat menemukan penyelesaian terhadap masalahnya (Hurlock, 2002).

Menurut Sue (2010), aspek kecemasan menghadapi masa pensiun ada empat terdiri dari aspek afektif, kognitif, motorik, dan aspek somatik. Temuan pada penelitian ini juga didukung penelitian (Pattynama, 2018) yaitu kecemasan menghadapi masa pensiun berada pada kategori sedang

dan aspek aspek tertinggi pada variabel kecemasan menghadapi masa pensiun yaitu kognitif, motorik, dan somatik. Berdasarkan hasil tersebut dapat diartikan bahwa kecemasan yang dihadapi oleh individu yang akan pensiun nampak pada kesiapan diri dalam pensiun, merencanakan kegiatan setelah pensiun, dan merasa tidak berguna saat tidak bekerja.

Karyawan merasa cemas saat menghadapi pensiun karena takut kehilangan pekerjaan dan beberapa fasilitas yang bisa dia dapatkan saat masih bekerja di LPP. Karyawan juga mengalami gejala kecemasan seperti sakit kepala mendadak, sulit tidur, dan kelelahan. Selain itu, ketika memikirkan masa pensiun karyawan juga merasa takut, khawatir pada kehidupan selanjutnya.

Penyebab kecemasan adalah perasaan kehilangan pekerjaan karena pekerjaan dapat memberikan kepuasan bagi individu, faktor usia dimana ada anggapan bahwa semakin tua fisik makin lemah dan banyak hambatan, kondisi kesehatan dimana penyakit merupakan hambatan dalam masa pensiun, persepsi individu tentang bagaimana ia akan menyesuaikan diri dengan masa pensiunnya, dan status sosial yang melekat sebelum pensiun akan hilang ketika tiba masa pensiun.

Dari fenomena kecemasan yang muncul, kecemasan seorang karyawan menghadapi masa pensiun merupakan perasaan mendasar yang dirasakan oleh karyawan yang terbiasa bekerja dan bertanggung jawab kehidupan membiayai kehidupan di keluarga. Pada dasarnya ini hanyalah

masa transisi dimana pensiun hanyalah masa transisi dari bekerja dengan tidak bekerja lagi. Seseorang yang mengalami kecemasan dalam menghadapi masa pensiun tidak merasa cemas jika diimbangi dengan kecerdasan emosi yang baik. Juga hal ini dipengaruhi oleh fakta bahwa karyawan belum siap sepenuhnya siap menghadapi pensiun

Hasil temuan yang dilakukan peneliti pada variabel kecemasan menghadapi masa pensiun berada pada kategori cukup tinggi dengan total responden 14 responden yang mewakili 30% sampel. Sementara terdapat responden 21 atau 37.5% partisipan termasuk kategori sedang. Sedangkan, 5 atau 32.5 % subjek yang masuk dalam kategori rendah.

Aspek kecemasan menghadapi masa pensiun prosentase tertinggi adalah aspek somatik sekitar 91,2%, diikuti aspek motorik sebesar 66,0%, lalu aspek kognitif sebesar 65,8%, sementara prosentase aspek terendah afektif yaitu aspek sebesar 59,7%. Pada kesimpulannya mayoritas aspek somatik memiliki perbedaan nilai terlalu jauh dan berada pada kategori sedang.

Berdasarkan hasil pengkategorian berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Pattynama, 2018) kecemasan menghadapi masa pensiun dan kecerdasan emosi dapat dikatakan bahwa masih ada karyawan yang mengalami kecemasan dalam menghadapi masa pensiun. Hal ini dapat berpengaruh terhadap kinerja para karyawan yang akan pensiun dan dapat

berdampak bagi perusahaan. Tidak sedikit juga karyawan yang memiliki kecerdasan emosi cukup tinggi dalam menghadapi kecemasan menghadapi masa pensiun. Kecerdasan emosi adalah suatu kesadaran diri, rasa percaya diri, penguasaan diri, komitmen dan integritas seseorang dalam mengkomunikasikan, mempengaruhi, melakukan inisiatif perubahan, dan menerimanya. Dari pengertian kecerdasan emosi dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosi dapat menurunkan tingkat kecemasan terlebih kecemasan menghadapi masa pensiun.

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

Sebaliknya orang dengan kecerdasan emosi rendah, mengalami kesulitan mengendalikan emosinya agar tidak terlalu tinggi dan sulit mengarahkannya ke hal-hal positif. Orang dengan kecerdasan emosi yang rendah tidak dapat mengenali emosinya, dan menentukan tindakan yang harus dilakukan untuk menghindari kecemasan dalam menghadapi masa

pensiun. Hal ini sejalan dengan penelitian Nuraini (2013) yang menyatakan bahwa kecerdasan emosi sangat berperan penting dalam mengatasi atau bahkan menghindari kecemasan dalam menghadapi masa pensiun.

Kecerdasan emosi membantu mengatur secara psikologis seseorang menghadapi pensiun, oleh karena itu seseorang dengan kecerdasan emosi yang baik akan dapat menghadapi masa pensiunnya dengan rencana yang akan dilakukan di masa depan di masa pensiun yang akan datang. Hal ini sejalan dengan penelitian Nuraini (2013) yang menyatakan bahwa kecerdasan emosi berperan penting dalam mengatasi atau menghindari kecemasan dalam menghadapi masa pensiun. Kecerdasan emosi dengan kecemasan dalam menghadapi masa pensiun memiliki hubungan yang negatif signifikan. Widianti (2017) menyatakan bahwa ada hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi pensiun. Kumolohadi (2013) menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi pensiun.

Berdasarkan uji korelasi diketahui sumbangan efektif dari variabel kecerdasan emosi terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun adalah 62,4%, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel kecerdasan emosi dapat memberikan kontribusi terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun adalah 61,4%. Atamimi dan Djaini (1999) menyatakan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan menghadapi masa pensiun pada laki-laki dan perempuan, laki-laki memiliki tingkat kecemasannya yang lebih tinggi dibandingkan perempuan. Secara umum perempuan lebih reseptif dan

langsung terlibat dalam kehidupan rumah tangganya. Meskipun pria merasa kesepian, merasa tidak berharga dan sulit menemukan hal-hal untuk berganti pekerjaan. Namun secara keseluruhan kecemasan pria dan wanita menghadapi masa pensiun tidak jauh berbeda.

Peneliti melakukan analisis deskripsi responden terdapat berjenis kelamin laki-laki mempunyai sumbangan terhadap kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun sebesar 32,5%. Sedangkan pada jenis kelamin perempuan 67,5% bahwa kecemasan menghadapi masa pensiun. Dengan demikian jumlah responden terbanyak berjenis kelamin perempuan.

Melihat peran kecerdasan emosi terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun begitu tinggi, maka diperlukan adanya usaha untuk meningkatkan kecerdasan emosi untuk meminimalisasi atau menghindari kecemasan menghadapi masa pensiun. Usaha-usaha tersebut diantaranya para karyawan diarahkan untuk mengikuti pelatihan kecerdasan emosi, kesehatan mental, membangun hubungan positif dengan keluarga dan lingkungan masyarakat serta meningkatkan religiusitas sehingga akan lebih siap menghadapi masa pensiun (Dewi, 2011).

Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa penyebab kecemasan sebelum pensiun antara lain disebabkan oleh aspek afektif, kognitif, motorik dan somatik contohnya faktor fisik, sosial, ekonomi dan psikologis. Hingga pada akhirnya, hal terpenting yang harus dipersiapkan



dalam menghadapi masa pensiun antara lain banyak bersyukur, menerapkan pola hidup sehat, perencanaan keuangan keluarga, menjaga hubungan baik dengan teman sebaya dan memperdalam sisi spiritual. Ada baiknya seorang karyawan mulai mempersiapkan dirinya untuk menghadapi pensiun sesegara mungkin dan sebaik mungkin dengan harapan dapat meminimalisir kecemasan yang mungkin akan dihadapi.

Kelebihan dari penelitian ini antara lain penelitian ini merupakan penelitian pertama yang mengungkap kecemasan menghadapi masa pensiun pada karyawan di kantor pusat LPP. Selain itu, peran kecerdasan emsi yang diberikan terhadap kecemasan menghadapi pensiun cukup tinggi yaitu sebesar 62,4%. Keterbatasan penelitian ini hanya melihat hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun dan kurang mempertimbangkan faktor-faktor lain seperti kehidupan keluarga dan masyarakat. Selain itu, hasil penelitian hanya dapat digeneralisasikan pada populasi yang terbatas, namun untuk menerapkan penelitian pada populasi yang lebih luas dengan karakteristik yang berbeda diperlukan penelitian lebih lanjut, seperti penambahan jumlah sampel dan diharapkan memperhatikan variabel lain yang belum disertakan atau dengan memperluas ruang lingkup penelitian.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Ada hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada karyawan. Interpretasi dari nilai koefisien korelasi ( $r$ ) berada pada tingkat sedang. Sementara itu korelasi bernilai negatif atau memiliki arah negatif, sehingga disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun. Dapat diartikan semakin tinggi kecerdasan emosi, maka semakin rendah kecemasan menghadapi masa pensiun yang dialami pada karyawan.

#### B. Saran

Berdasarkan hasil temuan penelitian, maka dapat dikemukakan beberapa saran, antara lain:

##### 1. Bagi Karyawan

Sebelum mendekati masa pensiun yang semakin dekat peneliti menyarankan agar subjek penelitian dapat merencanakan kegiatan yang dapat mengisi waktu luangnya saat masa pensiun tiba seperti memilih membuka usaha, berkebun ataupun memilih menghabiskan waktu dengan keluarga. Menjelang pensiun karyawan juga harus meningkatkan pengaturan diri seperti

mampu menghibur diri sendiri, menangani emosi sehingga mampu melepaskan kecemasan yang dirasakan.

Saat masa pensiun tiba karyawan dapat menyibukkan diri dengan memperluas interaksi sosial seperti mengikuti kegiatan sosial di wilayah tempat tinggalnya. Pensiun merupakan hal yang pasti dialami karyawan, namun bukan karena pensiun hidup karyawan akan berakhir justru ketika karyawan mampu menggunakan kecerdasan emosionalnya dengan baik dapat membantu karyawan untuk mewujudkan hari tua yang bahagia dan sejahtera.

## 2. Bagi Perusahaan

Diharapkan hal ini dapat membantu karyawan LPP mengembangkan dan melatih kecerdasan emosi agar karyawan LPP dapat mencegah kecemasan dalam menghadapi masa pensiun, misalnya melalui pembinaan, memberikan program pelatihan kewirausahaan dan pola hidup sehat agar karyawan LPP tidak mengalami kecemasan menghadapi pensiun. Peneliti juga memberi saran agar perusahaan tetap menjalankan atau mengembangkan Masa Persiapan Pensiun agar karyawan yang akan memasuki masa pensiun memiliki persiapan yang lebih matang, perusahaan juga bisa memberikan motivasi kepada karyawan yang akan memasuki masa pensiun. Kecemasan merupakan hal tidak baik sehingga seorang pegawai harus

menghindari kecemasan tersebut dengan upaya mempersiapkan diri dalam bentuk mental dan psikologi sebelum menghadapi pensiun agar kecemasan tersebut tidak terjadi.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a) Bagi peneliti selanjutnya hendaknya dapat memperluas dan memperbanyak subjek penelitian serta diharapkan dapat mengembangkan penelitian mengenai kecerdasan emosi menggunakan faktor-faktor lain.
- b) Karena persebaran jumlah subjek dalam penelitian ini kurang proporsional, maka generalisasi hasil penelitian tidak terlalu luas. peneliti selanjutnya diharapkan mempertimbangkan untuk menggunakan teknik pengambilan sampel dan mempertimbangkan batasan yang ditetapkan oleh peneliti sebelumnya.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Kelemahan penelitian ini adalah peneliti kurang mengetahui apakah subjek mengisi kuesioner penelitian dengan jawaban yang jujur, karena selama proses pengambilan data sebagian kuesioner ditiptkan di tempat penelitian karena sedang ada audit internal. Keterbatasan penelitian ini hanya melihat hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun dan kurang mempertimbangkan faktor-faktor lain seperti kehidupan keluarga dan masyarakat. Selain itu,

hasil penelitian hanya dapat digeneralisasikan pada populasi yang lebih luas dengan karakteristik yang berbeda diperlukan penelitian lebih lanjut, seperti penambahan jumlah sampel dan diharapkan untuk memperhatikan variabel lain yang belum disertakan ataupun dengan memperluas cakupan penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggorowati, R.P dan Purwadi. (2007). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun. *Humanitas*, Vol.4 No.1 Januari 2007.
- Astuti, S. S. P., & SE, M. E. (2018). Antisipasi menghadapi masa pensiun ditinjau dari aspek pengendalian kecemasan. *Jendela Inovasi Daerah*, 1(1), 17-34.
- Atamimi, N. 1989. *Post Power Syndrome*. Yogyakarta: Pusat Penelitian Kependudukan Universitas Gadjah Mada.
- Azwar, S. 2003. *Metode penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar Offset
- Azwar,S. 2005. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta Pustaka Pelajar
- Azwar,S. 2008. *Reliabilitas dan Validita*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Azwar, S. (2014). *Penyusunan Skala Psikologi (2nd ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bar-On,R.1997.*Bar On Emotional Quotient Inventory*.Toronto,ON:Multy
- Budi, S.W. 2021. Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Terhadap Penyakit Menular. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
- Castro-sánchez, M., Zurita-ortega, F., Ubago-jiménez, J. L., González-valero, G., & Chacón-cuberos, E. G. R. (2019). *Intelligence, and the Climate of Motivation in between. Soccer player*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Int. J. Env. Res. pub. Kesehatan.
- Daradjat (1990). *Kesehatan Mental*. Haji Masagung, Jakarta.
- Dewi. (2011). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Pegawai Negeri Sipil. Surakarta.
- Dharsamasmitha,W. 2017. Perbedaan Kecerdasan Emosi Antara Pendengar Musik Hardcore Dengan Pendengar Musik Klasik. *Junal Psikologi Udayana*. Vol.4., No.1
- Edy Sutrisno. (2013). Kematangan Emosional, Percaya Diri dan Kecemasan Pegawai Menghadapi Masa Pensiun. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*. Vol. 2, No.1.
- Ghozali, Imam. 2011. *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Goleman, Daniel, (2002). *“Emotional Inttelligence”* (terjemahan). Jakarta: PT

Gramedia Pustaka Utama

- Goleman, Daniel. (2000) . Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama
- Gunawati, R., Hartati. S., & Listiara, A. (2006). Hubungan antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stress dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal psikologi Universitas Diponegoro*, 3(2)
- Hadi, Sutrisno. (2004) .Metodologi Research Jilid 2. Yogyakarta: Penerbit Andi Offset
- Hayat, A. (2014). Kecemasan dan Metode Pengendaliannya. *Khazanah: Jurnal Studi Islam Dan Humaniora*, 12 (1), 52–63
- Hurlock, E. B (2000). “Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan” Terjemahan. Jakarta
- Imama, Hazmi (2011). Hubungan Kecerdasan Emosi dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun. Jakarta : Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Jalnapurkar, I., Allen, M., & Pigott, T. Sex differences in anxiety disorder; review. *Psychiatr Depress Anxiety*. 4(12). 1-9
- Kadarisman, M. (2011). Menghadapi pensiun dan kesejahteraan psikologis pegawai negeri sipil. *Civil Service Journal*, 5(2)
- Kartono, K. (2000). Hygnie mental. Bandung : Mandar maju.
- Kroger, J. 2001. *Identity Development Adolescence Trough Adulthood*. London: Sage Publication, Inc.
- Kusha, M., Alizadeh, H., Abtin, B., Komunitas, K., & Kedokteran, F. (2018). *Original article Emotional intelligence and anxiety, stress, and depression in Iranian doctors. Journal of Family Medicine and Primary Care*
- Lesmana, D (2014). Kecerdasan spiritual dengan kecemasan menghadapi pensiun. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2(1), 168-132. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Malinauskas, R. (2020). *The Relationship between Emotional Intelligence and Psychological Well-Being among Male University Students : The Mediating Role of Perceived Social Support and Perceived Stress*. *International Jouernal of Evironmental Reseachr and Public Health*
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). *What Is Emotional Intelligence? In P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.) Emotional Development and Emotional Intellegence*. New York: Basic Books
- Moen, K. (2001). *Couples’ Work Retirement Transitions, Gender and Marital Quality.pdf*.

- Nevid, J.S.,Ratrus, S. A., & Greene, B. (2005). psikologi abnormal. Jakarta: Erlangga
- Nuraini, D. E. (2013). *Kecerdasan emosi dan kecemasan menghadapi pensiun pada PNS*. Psikoborneo, Vol 1, No 3.
- Oktaviana, R. K (2008). Hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi pensiun pada pegawai bri. Artikel. Universitas Islam Indonesia.
- Papalia, W. (2008). Psikologi Perkembangan, Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.
- Patton, (2002). “Pengembangan EQ Sukses lebih bermakna”. Jakarta: Mitra Media
- Pattynama, G.J. (2021). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun , Surabaya : Fakultas Psikologi Hang Tuan Surabaya
- Permata, I. safira. (2021). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun Pada Karyawan PT. Perkebunan Nusantara Iii Medan. Universitas Medan Area,
- Pradono, G. S., & Purnamasari, S. E. (2010). Hubungan antara penyesuaian diri dengan kecemasan dalam menghadapi masa pensiun pada pegawai negeri sipil di propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Penelitian Psikologi Perkembangan*,
- Prasojo, B. D. (2011). BEKERJA DAN TIDAK BEKERJA ( Studi Komparatif Pada Pegawai Kementerian Agama Kabupaten Banjarnegara ).
- Putra, D. kama adi. (2019). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Pegawai Swasta. *Carbohydrate Polymers*, 6(1), 5–10.
- Rachmad, H. W. 2009. Kecemasan Pada Mahasiswa Saat Menghadapi Ujian Skripsi Ditinjau dari Kepercayaan Diri. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata. Semarang,
- Rini. J. F.(2001). Artikel lanjut usia. Jakarta: Team e-psikologi.com
- Romano, L., Tang, X., Hietajarvi, L., & Fiorili, C. (2020). *Characteristics of Student Emotional Intelligence and Teachers' Perceptions of Emotional Support in Preventing Burnout: The Role of Moderating Academic Anxiety*. Jurnal Internasional dari Penelitian Lingkungan dan Kesehatan Masyarakat.
- SA. Manurung. (2017). Perbedaan Kecemasan Menghadapi Pensiun antara Karyawan yang Memiliki Pekerjaan Sampingan dengan yang Tidak Memiliki Pekerjaan Sampingan di PT. PP Lonsum Indonesia Gung Malayu. Universitas Medan Area.
- Salovey, P. dan Mayer, J. D. (1990). *Emotional intelligence*. Baywood Publishing.
- Santrock, John W. 2002. Adolescence (perkembangan Remaja). Edisi Keenam.



- Alih Bahasa oleh Shinto B Adelar dan Sherly Saragih. Jakarta: Erlangga
- Schiemberg, L. B. & Smith, K. W. 1981. *Human Develepment*. New York: Me Millan Publishing Co. Inc.
- Semiun, Y., 2006, Kesehatan Mental 1, Yogyakarta: Kanisius
- Shapiro, Lawrence E. (1997). Mengerjakan Emotional Intelligence pada Anak. Terjemahan: Kantjono, A.T. Jakarta: Gramedia
- Sue, David, dkk (2010), “ *Understanding Abnormal Behavior*” Edisi Kesembilan. USA : Wadsworth.
- Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Kuantitatif dan R & D. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Sujarweni, W. (2021). *SPSS untuk Penelitian*. Pustaka Baru Press
- Sutrisno, E., (2013). Kecemasan Pegawai Menghadapi Masa Pensiun. Jurnal Psikologi Indonesia, Vol.2, No.1
- Werang, B. R. (2015). *Pendekatan Kuantitatif dalam Penelitian Sosial*. Calpulis.
- Yoce Reza F. Ravaie & R.A. Retno Kumolohadi (2014). Hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi pertandingan olahraga. Naskah Publikasi. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta
- Yusfina. 2016. Pengaruh penerimaan diri dan kecerdasan emosi dengan kecemasan pada pegawai yang akan menghadapi pensiun. eJournal Psikoborneo, Vol 4. No. 2, 2016 : 233-239.

# LAMPIRAN

## KUESIONER PENELITIAN

### HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI MASA PENSIUN PADA KARYAWAN

#### Petunjuk Pengisian Kuesioner :

1. Tulislah identitas Anda pada kolom yang telah disediakan
2. Bacalah dengan seksama setiap pertanyaan kuesioner
3. Berilah tanda ceklis ( ✓ ) pada alternatif jawaban yang sesuai dengan penilaian

#### Keterangan Penilaian :

- 1 : Sangat Tidak Sesuai ( STS )
- 2 : Tidak Sesuai ( TS )
- 3 : Sesuai ( S )
- 4 : Sangat Sesuai ( SS )

#### Identitas Responden

1. Nama Lengkap : .....
2. Usia :  50-52 tahun  
 53-55 tahun
3. Jenis Kelamin :  Laki-laki  
 Perempuan
4. Lama Bekeja :  1-2 tahun  
 3-5 tahun  
 >5 tahun
5. Tingkat Pendidikan :  SMA/SMK  S1  
 D3/D4  S2
6. Status Pekerjaan :  Memiliki Pekerjaan Sampingan  
 Tidak Memiliki Pekerjaan Sampingan

## A. KECERDASAN EMOSI

### *Lampiran 1 Skala Kecerdasan Emosi*

No	Pernyataan	Kategori			
		SS	S	TS	STS
1	Saya tetap sabar meski orang lain menganggap rendah tentang pensiun				
2	Saya yakin dengan kemampuan yang saya miliki				
3	Saya bekerja dengan baik tanpa terpengaruh pensiun yang semakin dekat				
4	Saya mengakui kemampuan yang saya miliki berperan besar dalam proses penyelesaian pekerjaan				
5	Saya mendapatkan kesempatan dalam mengembangkan keahlian dan kemampuan yang saya miliki sebelum memasuki masa pensiun				
6	Saya tidak mampu berfikir realistis , ketika suasana hati sedang tidak baik				
7	Saya dapat mengendalikan amarah , saat berhadapan dengan orang lain yang berbeda pendapat				
8	Saya tidak mempertimbangkan perasaan orang lain dalam mengambil suatu Tindakan				
9	Saya tidak mudah tersinggung ketika menerima kritikan dari pimpinan				
10	Saya akan menghindari tugas yang menurut saya sulit untuk dikerjakan				
11	Kepala instansi selalu melakukan pengawasan terus – menerus ( terus diawasi,seolah-olah tidak percaya dengan saya )				
12	etekunan dalam berkerja merupakan hal yang menjadi prioritas saya				
13	Jika mendapat hambatan dalam bekerja,saya akan coba mencari penyelesaiannya				
14	Gaji dan upah yang dibayarkan/diterima oleh instansi kepada saya tidak sebanding dengan prestasi kerja saya				
15	Saya berusaha memotivasi diri agar tidak malas dalam bekerja				
16	Saya belum yakin dalam kinerja yang saya jalankan				
17	Saya berusaha semaksimal mungkin untuk bertanggung jawab dalam menyelesaikan perkerjaan				

18	Saya mudah putus asa dalam mengatasi masalah yang dihadapi				
19	Saya merasa telah mengerjakan sesuatu yang bermanfaat untuk rekan-rekan bekerja				
20	Teman yang tekun dalam bekerja, tidak mempengaruhi saya untuk bekerja lebih giat				
21	Saya selalu menyendiri dan menjahui teman saya karena masa pensiun dating				
22	Rekan kerja di perusahaan senang bekerja dengan saya				
23	Saya bisa menempatkan diri pada posisi orang lain				
24	Secara relatif dibandingkan dengan rekan seprofesi yang setingkat, saya lebih dikenal dekat oleh atasan				
25	Saya merupakan orang yang selalu menjaga hubungan baik dengan teman				
26	Saya merupakan orang yang selalu mengecewakan teman				

## B. KECEMASAN MENGHADAPI MASA PENSIUN

### *Lampiran 2 Skala Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun*

No	Pernyataan	Kategori			
		SS	S	TS	STS
1	Saya merasa cemas ketika rekan kerja tidak memberikan bantuan ketika saya kesulitan dalam melakukan pekerjaan				
2	Saya merasa tidak sedih meski saat pensiun nanti akan berpisah dengan rekan kerja				
3	Bila membayangkan besok pensiun, saya merasa resah				
4	Saya tetap dapat berkonsentrasi bekerja meskipun pensiun sudah didepan mata				
5	Setelah mendengar cerita dari orang-orang tentang pensiun, tidur saya tetap nyenyak				
6	Saya berfikir terus-menerus bagaimana jika tunjangan yang diberikan tidak dapat memenuhi kebutuhan keluarga				
7	Meski memikirkan jumlah uang pensiun yang saya terima, napsu makan saya tetap normal				
8	Saya sering marah, setelah mengetahui masa pensiun yang akan segera datang				
9	Badan saya mendadak lemas ketika membayangkan bahwa saya tidak mampu memenuhi kebutuhan keluarga setelah pensiun				
10	Pensiun merupakan hal yang normal dilingkungan kerja saya sehingga tidak perlu dicemaskan				
11	Jantung saya berdebar lebih cepat saat mendengar teman kerja saya terlebih dulu pensiun				
12	Masa pensiun yang tidak lama lagi membuat saya canggung dengan teman-teman kerja yang lebih muda				
13	Adanya pensiun tidak akan menghalangi saya untuk menjalani aktivitas sehari-hari				

*Lampiran 3 Hasil Data Uji Coba*

**KECERDSAN EMOSI**

	X. 1	X. 2	X. 3	X. 4	X. 5	X. 6	X. 7	X. 8	X. 9	X. 10	X. 11	X. 12	X. 13	X. 14	X. 15	X. 16	X. 17	X. 18	X. 19	X. 20	X. 21	X. 22	X. 23	X. 24	X. 25	X. 26	j m l	
1	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	8 1
2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	8 1
3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	8 0
4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	8 2
5	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	7 9
6	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	8 9
7	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	2	8 7
8	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	8 4
9	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	2	3	2	2	7 9
10	4	4	4	3	4	2	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	8 5
11	4	4	4	3	3	2	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	2	8 9
12	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3	4	3	4	2	3	2	3	3	3	3	8 0
13	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	1	8 4

14	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	1	3	3	1	3	3	4	4	4	2	3	3	2	2	3	76	
15	4	4	4	3	3	2	3	2	3	2	4	3	2	3	4	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	1	75	
16	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	1	3	3	1	3	3	4	4	4	2	3	3	3	2	76	
17	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	1	3	3	1	3	4	4	4	4	2	3	3	3	3	78	
18	2	3	4	3	3	2	4	2	3	2	4	3	3	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	3	1	72	
19	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	3	2	4	3	2	3	2	2	3	3	1	71	
20	2	2	4	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	67	
21	4	4	4	3	3	2	4	3	4	2	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	2	87	
22	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3	4	3	4	2	3	2	3	2	3	80	
23	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	1	84	
24	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	1	3	3	1	3	3	4	4	4	2	3	3	2	2	3	77
25	4	4	4	3	3	2	3	2	3	2	4	3	2	3	4	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	1	75	
26	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	1	3	3	1	3	4	4	4	4	2	3	3	2	2	76
27	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	2	1	3	3	1	3	3	4	4	4	4	2	3	3	2	3	77
28	2	3	4	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	3	1	70	
29	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	1	70	



30	2	2	4	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	2	3	2	2	3	3	3	2	68	
31	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	79	
32	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	78	
33	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	81	
34	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	78	
35	3	4	3	3	3	3	4	4	4	2	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	2	87
36	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	2	86	
37	3	3	4	3	3	3	3	3	3	1	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2	82	
38	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	4	3	2	79	
39	4	4	4	3	4	2	3	3	3	2	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	83	
40	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	84	

**KECEMASAN MENGHADAPI MASA PENSIUN**

	Y.1	Y.2	Y.3	Y.4	Y.5	Y.6	Y.7	Y.8	Y.9	Y.10	Y.11	Y.12	Y.13	Y.14	JML
1	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	38
2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	4	4	4	2	3	40
3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	4	4	4	2	3	40
4	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	37
5	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	4	2	2	3	37
6	2	3	3	2	3	4	4	3	2	4	3	3	2	4	42
7	2	3	2	2	3	3	4	4	2	3	4	2	3	4	41
8	3	2	2	4	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	37
9	4	3	4	4	3	3	3	3	2	4	4	3	3	4	47
10	2	3	2	2	3	3	3	4	2	4	4	2	2	4	40
11	2	3	2	2	4	4	3	4	2	3	4	4	2	4	43
12	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	44
13	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	48
14	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	2	3	47
15	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	38
16	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	49
17	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	48
18	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	4	38
19	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	42
20	2	3	2	2	3	3	3	2	3	4	3	2	2	3	37
21	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	4	4	2	3	39

22	2	3	2	2	3	3	3	2	3	4	4	2	2	3	38
23	2	3	2	2	3	3	3	2	3	4	4	3	2	3	39
24	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	4	2	2	3	37
25	2	3	3	2	3	4	4	3	2	4	3	4	2	4	43
26	2	3	2	2	3	3	4	4	2	3	4	2	3	4	41
27	3	2	2	4	3	3	3	1	3	4	3	3	2	2	38
28	4	3	4	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	46
29	2	3	2	2	3	3	3	4	2	4	4	2	2	4	40
30	2	3	2	2	3	3	4	4	2	3	4	4	3	4	43
31	3	2	2	1	3	3	3	1	3	4	3	3	2	2	35
32	3	1	2	2	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	37
33	2	3	2	2	4	4	3	4	2	4	4	4	2	4	44
34	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	2	3	3	44
35	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	49
36	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	2	3	48
37	2	2	3	2	3	3	3	3	2	4	4	2	3	3	39
38	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	1	3	3	46
39	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	1	3	3	46
40	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	4	2	2	4	39

Lampiran 4 Hasil Uji Validitas Isi

1. KECERDASAN EMOSI

Butir	Penilaian			s1	s2	s3	as	n(c-1)	V	Ket
	1	2	3							
Butir_01	3	1	1	2	0	0	2	9	0,222222	TIDAK VALID
Butir_02	2	2	1	1	1	0	2	9	0,222222	TIDAK VALID
Butir_03	4	4	1	3	3	0	6	9	0,666667	VALID
Butir_04	4	4	2	3	3	1	7	9	0,777778	VALID
Butir_05	4	2	1	3	1	0	4	9	0,444444	VALID
Butir_06	4	4	2	3	3	1	7	9	0,777778	VALID
Butir_07	4	2	1	3	1	0	4	9	0,444444	VALID
Butir_08	4	3	3	3	2	2	7	9	0,777778	VALID
Butir_09	4	4	4	3	3	3	9	9	1	VALID
Butir_10	4	4	1	3	3	0	6	9	0,666667	VALID
Butir_11	4	4	2	3	3	1	7	9	0,777778	VALID
Butir_12	4	4	2	3	3	1	7	9	0,777778	VALID
Butir_13	4	4	1	3	3	0	6	9	0,666667	VALID
Butir_14	4	4	1	3	3	0	6	9	0,666667	VALID
Butir_15	4	4	2	3	3	1	7	9	0,777778	VALID
Butir_16	4	4	1	3	3	0	6	9	0,666667	VALID
Butir_17	4	4	3	3	3	2	8	9	0,888889	VALID
Butir_18	4	4	2	3	3	1	7	9	0,777778	VALID
Butir_19	4	4	4	3	3	3	9	9	1	VALID
Butir_20	4	4	3	3	3	2	8	9	0,888889	VALID
Butir_21	3	4	3	2	3	2	7	9	0,777778	VALID
Butir_22	4	4	3	3	3	2	8	9	0,888889	VALID
Butir_23	3	4	2	2	3	1	6	9	0,666667	VALID
Butir_24	4	4	1	3	3	0	6	9	0,666667	VALID
Butir_25	4	2	1	3	1	0	4	9	0,444444	VALID
Butir_26	2	1	1	1	0	0	1	9	0,111111	TIDAK VALID
Butir_27	1	2	2	0	1	1	2	9	0,222222	TIDAK VALID
Butir_28	4	2	1	3	1	0	4	9	0,444444	VALID
Butir_29	4	4	4	3	3	3	9	9	1	VALID
Butir_30	4	4	2	3	3	1	7	9	0,777778	VALID

## 2. KECEMASAN MENGHADAPI MASA PENSIUN

Butir	Penilaian			s1	s2	s3	âs	n(c-1)	V	Ket
	1	2	3							
Butir_1	4	4	1	3	3	0	6	9	0,6666667	VALID
Butir_2	3	1	1	2	0	0	2	9	0,2222222	TIDAK VALID
Butir_3	4	4	4	3	3	3	9	9	1	VALID
Butir_4	3	4	1	2	3	0	5	9	0,5555556	VALID
Butir_5	4	4	1	3	3	0	6	9	0,6666667	VALID
Butir_6	4	4	4	3	3	3	9	9	1	VALID
Butir_7	4	4	1	3	3	0	6	9	0,6666667	VALID
Butir_8	4	4	3	3	3	2	8	9	0,8888889	VALID
Butir_9	4	4	1	3	3	0	6	9	0,6666667	VALID
Butir_10	4	4	2	3	3	1	7	9	0,7777778	VALID
Butir_11	4	4	2	3	3	1	7	9	0,7777778	VALID
Butir_12	4	4	2	3	3	1	7	9	0,7777778	VALID
Butir_13	4	4	4	3	3	3	9	9	1	VALID
Butir_14	3	4	1	2	3	0	5	9	0,5555556	VALID
Butir_15	4	4	1	3	3	0	6	9	0,6666667	VALID

*Lampiran 5 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Penelitian*

1. SKALA KECERDASAN EMOSI

a. Uji Validitas

<b>Item</b>	<b>r<sub>hitung</sub></b>	<b>r<sub>tabel</sub></b>	<b>Kriteria</b>
<b>1</b>	0,584	0,312	Valid
<b>2</b>	0,664	0,312	Valid
<b>3</b>	0,318	0,312	Valid
<b>4</b>	0,384	0,312	Valid
<b>5</b>	0,463	0,312	Valid
<b>6</b>	0,449	0,312	Valid
<b>7</b>	0,437	0,312	Valid
<b>8</b>	0,452	0,312	Valid
<b>9</b>	0,613	0,312	Valid
<b>10</b>	0,347	0,312	Valid
<b>11</b>	0,352	0,312	Valid
<b>12</b>	0,415	0,312	Valid
<b>13</b>	0,375	0,312	Valid
<b>14</b>	0,446	0,312	Valid
<b>15</b>	0,421	0,312	Valid
<b>16</b>	0,494	0,312	Valid
<b>17</b>	0,678	0,312	Valid
<b>18</b>	0,355	0,312	Valid
<b>19</b>	0,350	0,312	Valid
<b>20</b>	0,485	0,312	Valid
<b>21</b>	0,375	0,312	Valid
<b>22</b>	0,678	0,312	Valid
<b>23</b>	0,466	0,312	Valid
<b>24</b>	0,719	0,312	Valid
<b>25</b>	0,350	0,312	Valid
<b>26</b>	1	0,312	Valid

## b. Uji Daya Beda Aitem

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X.1	76.23	30.487	.461	.770
X.2	76.08	29.815	.582	.763
X.3	75.45	33.177	.070	.786
X.4	76.28	32.153	.284	.779
X.5	76.33	31.866	.440	.775
X.6	76.53	32.820	.080	.788
X.7	75.90	32.144	.205	.782
X.8	76.33	31.302	.405	.774
X.9	76.28	30.820	.599	.768
X.10	76.50	31.231	.183	.788
X.11	75.65	32.028	.243	.780
X.12	76.48	29.692	.415	.771
X.13	76.53	30.153	.340	.776
X.14	76.43	31.840	.306	.778
X.15	76.23	29.769	.375	.774
X.16	76.63	29.676	.426	.770
X.17	76.28	31.589	.416	.774
X.18	75.65	32.695	.118	.786
X.19	76.23	32.384	.141	.785
X.20	76.08	30.789	.339	.776
X.21	76.38	29.625	.413	.771
X.22	76.38	29.010	.652	.758
X.23	76.28	32.153	.201	.782
X.24	76.30	31.651	.243	.781
X.25	76.40	32.451	.197	.782
X.26	77.38	32.343	.126	.787

## c. Uji Reliabilitas

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.784	26

## 2. SKALA KECEMASAN MENGHADAPI MASA PENSIUN

### a. Uji Validitas

Item	$r_{hitung}$	$r_{tabel}$	Kriteria
1	0,534	0,312	Valid
2	0,614	0,312	Valid
3	0,828	0,312	Valid
4	0,629	0,312	Valid
5	0,477	0,312	Valid
6	0,342	0,312	Valid
7	0,666	0,312	Valid
8	0,542	0,312	Valid
9	0,337	0,312	Valid
10	0,347	0,312	Valid
11	0,673	0,312	Valid
12	0,415	0,312	Valid
13	0,568	0,312	Valid

### b. Uji Daya Beda Item

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y.1	36.41	12.349	.491	.669
Y.2	36.05	13.198	.391	.685
Y.3	36.37	10.338	.803	.607
Y.4	36.41	10.749	.608	.642
Y.5	35.80	13.711	.372	.690
Y.6	35.85	14.228	.244	.702
Y.7	35.66	13.180	.503	.676
Y.8	36.17	12.995	.218	.716
Y.9	35.93	13.370	.205	.713
Y.10	35.46	14.255	.161	.710
Y.11	35.24	14.789	.039	.720
Y.12	36.59	14.049	.225	.704
Y.13	35.76	14.389	.077	.723



## c. Uji Reliabilitas

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.709	13

Lampiran 6 Hasil Data Penelitian

KECERDASAN EMOSI

	X .1	X .2	X .3	X .4	X .5	X .6	X .7	X .8	X .9	X. 10	X. 11	X. 12	X. 13	X. 14	X. 15	X. 16	X. 17	X. 18	X. 19	X. 20	X. 21	X. 22	X. 23	X. 24	X. 25	X 26	J M L	
1	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	2	4	4	3	4	3	4	1	3	3	1	3	3	2	3	2	75	
2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	1	79
3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	1	2	4	3	2	3	2	3	1	3	3	2	3	3	2	3	1	70
4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	1	66	
5	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	70
6	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	72
7	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	73
8	3	4	3	4	3	2	3	1	3	1	2	3	4	2	3	1	4	2	2	1	2	2	2	2	3	4	2	66
9	3	3	3	4	2	3	4	1	4	2	2	3	4	2	4	2	4	2	2	1	2	2	3	1	4	2	69	
10	2	4	4	4	4	1	4	2	1	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	2	3	3	3	3	3	1	79
11	4	3	4	3	3	2	3	2	3	2	2	3	4	3	4	2	4	2	3	3	2	3	3	3	3	4	2	76
12	3	3	3	3	4	3	4	3	4	2	3	3	4	2	4	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	2	78
13	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	77
14	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	1	65
15	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	74
16	3	3	3	3	3	4	4	2	3	2	2	4	3	1	3	2	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	73





## KECEMASAN MENGHADAPI MASA PENSIUN

	Y.1	Y.2	Y.3	Y.4	Y.5	Y.6	Y.7	Y.8	Y.9	Y.10	Y.11	Y.12	Y.13	JML
1	2	3	2	3	3	2	3	2	2	4	2	2	4	34
2	3	4	3	3	4	3	3	1	2	3	3	2	3	37
3	2	3	1	3	3	2	3	2	3	3	3	2	4	34
4	3	2	1	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	34
5	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	36
6	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	31
7	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	4	32
8	2	1	3	2	2	3	2	2	4	3	2	2	3	31
9	2	2	3	2	3	4	3	2	4	2	1	2	3	33
10	3	2	3	4	3	3	3	2	2	4	3	2	3	37
11	2	3	2	3	3	2	3	1	2	3	3	2	4	33
12	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	33
13	2	3	2	4	2	2	3	2	3	3	3	2	4	35
14	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	4	35
15	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	34
16	3	2	3	4	3	3	3	2	1	3	2	3	3	35
17	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	33
18	3	2	2	4	2	3	4	1	4	4	1	1	4	35
19	2	2	2	4	3	3	3	2	2	3	2	2	4	34
20	2	3	2	4	2	2	3	2	2	3	3	3	3	34
21	3	2	3	2	2	4	2	2	3	2	3	2	3	33
22	2	3	2	3	3	4	3	1	3	3	3	2	2	34
23	2	2	4	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	35

24	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	32
25	2	1	3	2	2	3	2	3	4	2	2	2	3	31
26	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	33
27	2	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	4	37
28	2	3	2	3	3	2	3	1	2	3	2	3	4	33
29	2	3	3	3	3	2	3	1	2	3	2	3	3	33
30	2	3	2	4	2	2	3	2	3	3	2	3	4	35
31	3	2	3	4	3	4	3	2	1	3	2	2	3	35
32	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	33
33	3	2	2	4	2	3	4	1	4	4	1	1	4	35
34	2	2	2	4	3	3	3	2	2	3	2	2	4	34
35	2	3	2	4	2	2	3	2	3	3	3	2	3	34
36	3	2	3	2	2	4	2	2	3	2	3	3	2	33
37	2	3	2	3	3	4	3	1	3	3	3	1	3	34
38	2	2	4	4	3	2	3	2	2	3	3	2	3	35
39	2	3	2	4	2	2	3	2	3	3	3	2	3	34
40	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	36

*Lampiran 7 Lembar Expert Judgment***SURAT PERNYATAAN EXPERT JUDGEMENT SKALA PSIKOLOGI**

Setelah memeriksa alat ukur penelitian variabel

Nama : Meita Yogi Pratiwi

NIM : 191141093

Prodi/Fakultas : Psikologi Islam/Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Dengan ini saya

Nama : Sekar Mahaning Rarasati, M.Psi., Psikolog

Pekerjaan : Psikolog

Instansi : Biro Psikologi Dinamis

Bersedia untuk menjadi penilai skala psikologi dan menyatakan bahwa kualitas skala psikologi tersebut yang telah terlampir digunakan untuk kepentingan penelitian skripsi dan layak untuk dipergunakan sebagai alat ukur penelitian.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 17 Juli 2023

Validator Alat Ukur



(Sekar Mahaning R., M.Psi., Psikolog)

**SURAT PERNYATAAN *EXPERT JUDGEMENT* SKALA PSIKOLOGI**

Setelah memeriksa alat ukur penelitian variabel

Nama : Meita Yogi Pratiwi

NIM : 191141093

Prodi/Fakultas : Psikologi Islam/Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Dengan ini saya

Nama : Zahira Rahmatika Makarim, M.Psi., Psikolog

Pekerjaan : Psikolog

Instansi : Biro Psikologi Dinamis

Bersedia untuk menjadi penilai skala psikologi dan menyatakan bahwa kualitas skala psikologi tersebut yang telah terlampir digunakan untuk kepentingan penelitian skripsi dan layak untuk dipergunakan sebagai alat ukur penelitian.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Surakarta, Juli 2023

Validator Alat Ukur



(Zahira Rahmatika Makarim, M.Psi., Psikolog)



□

**SURAT PERNYATAAN *EXPERT JUDGEMENT* SKALA  
PSIKOLOGI**

Setelah memeriksa alat ukur penelitian variabel

Nama : Meita Yogi Pratiwi

NIM : 191141093

Prodi/Fakultas : Psikologi Islam/Fakultas Ushuluddin dan  
Dakwah

Dengan ini saya

Nama : Munazilah, M.Psi., Psikolog

Pekerjaan : Psikolog Klinis

Instansi : Biro Psikologi Dinamis

Bersedia untuk menjadi penilai skala psikologi dan menyatakan bahwa kualitas skala psikologi tersebut yang telah terlampir digunakan untuk kepentingan penelitian skripsi dan layak untuk dipergunakan sebagai alat ukur penelitian.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 16 Juli 2023  
Validator Alat Ukur



Munazilah, M.Psi., Psikolog □

## Lampiran 8 Surat Penelitian



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA**  
**FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH**  
 Jl. Pandawa Pucangan Kartasura Sukoharjo Telp. (0271) 781516 Fax. (0271) 782774  
 Homepage : fud.iain-surakarta.ac.id E-mail: fud@iain-surakarta.ac.id

Nomor : B- 2833/Un.20/F.I/PP.01.1/08/2023 Surakarta, 31 Agustus 2023  
 Lampiran : -  
 Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth  
**Kepala HRD LPP Agro Nusantara**  
 Jl. Klitren, Kec. Gondokusuman, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Prof. Dr. Islah., M. Ag  
 NIP : 19730522 200312 1 001  
 Pangkat : Pembina TK. I/(IV/b)  
 Jabatan : Guru Besar/Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
 UIN Raden Mas Said Surakarta Surakarta

Memohon izin Penelitian bagi mahasiswa kami:

Nama : Meita Yogi Pratiwi  
 NIM : 191141093  
 Program Studi : Psikologi Islam  
 Waktu Penelitian : 05 - 10 September 2023  
 Lokasi : **LPP Agro Nusantara**  
 Judul Skripsi : Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan  
 Menghadapi Masa Pensiun Pada Karyawan

Demikian surat ini disampaikan, atas perkenan dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*



Prof. Dr. Islah., M. Ag  
 NIP. 19730522 200312 1 001



**LPP HOTEL & MICE GROUP**

Jl. Perumnas No.1, Ambarukmo, Caturtunggal, Kec. Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta

**Formulir Pernyataan Selesai Kegiatan Penelitian**

Yang bertanda tangan di bawah ini, menerangkan bahwa mahasiswa yang bernama :

Nama : Meita Yogi Pratiwi  
 NIM : 191141093  
 Perguruan Tinggi : UIN Raden Said Mas Surakarta  
 Jurusan : Psikologi Islam  
 Judul Skripsi : Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Karyawan

telah melaksanakan kegiatan penelitian di :

Nama Perusahaan/Institusi : LPP Garden Hotel  
 Alamat Perusahaan : Jl. Perumnas No.1, Ambarukmo, Caturtunggal, Kec. Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta  
 Kec : Depok  
 Kab/Kota : Sleman  
 Kode Pos : 55281  
 No Telepon : -

Saya selaku ketua Lembaga Telah Menyetujui Mahasiswa yang tersebut diatas untuk melakukan penelitian pada tanggal 05-07 September 2023 .

Demikian surat ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta , 10 September 2023

HRD Coordinator

( Marcinata Nazareth )



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA**  
**FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH**  
 Jl. Pandawa Pucangan Kartasura Sukoharjo Telp. (0271) 781516 Fax. (0271) 782774  
 Homepage : fud.iain-surakarta.ac.id E-mail: fud@iain-surakarta.ac.id

Nomor : B- 2730/Un.20/F.I/PP.01.1/08/2023      Surakarta, 23 Agustus 2023  
 Lampiran : -  
 Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth  
**HRD PT. Alwanas Lestari Internasional**  
 Jl. Carikan, Kec. Juwiring, Kabupaten Klaten, Jawa Tengah 57472

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Prof. Dr. Islah., M. Ag  
 NIP : 19730522 200312 1 001  
 Pangkat : Pembina TK. I / (IV/b)  
 Jabatan : Guru Besar/Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
 UIN Raden Mas Said Surakarta Surakarta

Memohon izin Penelitian bagi mahasiswa kami:

Nama : Meita Yogi Pratiwi  
 NIM : 191141093  
 Program Studi : Psikologi Islam  
 Waktu Penelitian : 29 Agustus - 01 September 2023  
 Lokasi : **PT. Alwanas Lestari Internasional**  
 Judul Skripsi : Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan  
 Menghadapi Masa Pensiun Pasa Karyawan

Demikian surat ini disampaikan, atas perkenan dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*



Dekan  
**Prof. Dr. Islah., M. Ag**  
 NIP. 19730522 200312 1 001

*Lampiran 9 Biodata Penulis***BIODATA PENULIS****A. Identitas Pribadi**

Nama : Meita Yogi Pratiwi  
Tempat, tanggal lahir : Klaten, 18 Mei 2001  
Jenis kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Alamat : Dk. Pacing tengah Rt 04/Rw 03, Carikan, Juwiring  
Klaten  
Email : Meitayogi18@gmail.com  
Kegemaran : Membaca buku dan Menonton Film

**B. Riwayat Pendidikan**

- 1) TK Pertiwi Carikan
- 2) SDN 2 Carikan
- 3) SMP N 1 Juwiring
- 4) SMA N 1 Polanharjo
- 5) UIN Raden Mas Said Surakarta