





Kecerdasan Emosional Terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pegawai

Emi Puspita Dewi^{*}, Jawasi^{*}, Dalinur M. Nur^{*}
Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia
 emipuspitadewi_uin@radenfatah.ac.id

Submitted:
2022-03-08

Revised:
2022-06-24

Accepted:
2022-07-31

Copyright holder:
© Dewi, E. P., Jawasi, J., & Nur, D. M. (2022)

This article is under:



How to cite:
Dewi, E. P., Jawasi, J., & Nur, D. M. (2022). Kecerdasan Emosional Terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pegawai. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2). <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.176>

Published by:
Kuras Institute

Journal website:
<https://journal.kurasinstitute.com/index.php/bocp>

E-ISSN:
2656-1050

ABSTRACT: *The purpose of this study was to determine the effect of emotional intelligence on employee anxiety in facing retirement. The research design used simple linear regression analysis with the independent variable Emotional Intelligence (X) and the dependent variable Anxiety (Y), the data analysis technique used was the basic assumption test (data normality test, linearity test and homogeneity test), hypothesis testing namely regression test linear. T test and R Square test. The results of the research from a simple linear regression test $Y = - 2.870 + 0.866$ means that employees who have 86.6% emotional intelligence will be able to suppress the anxiety that exists within themselves so that personal implementation that arises is a calm life and is able to adapt to conditions or the environment. Then the results of the t test (partial) there is an influence between emotional intelligence on anxiety facing retirement, namely - 2.563 meaning less than 0.05. And the value of R² (R Square) is 0.974 or 97.4% while the remaining 2.6% is influenced by other factors such as social support, self-concept and so on which were not examined in this study.*

KEYWORDS: *Emotional Intelligence, Anxiety, Retirement*

PENDAHULUAN

Pada organisasi atau institusi tentunya memiliki sumber daya manusia sebagai pegawai untuk mewujudkan visi misi dan tujuan dalam organisasi, karena peran individu sebagai penggerak dan pemberi kontribusi dalam memenuhi target yang dicapai menjadi hal yang utama, sehingga keberadaan pegawai sangat urgen. Karena keberadaan sumber daya manusia penting sehingga instansi melakukan perencanaan pengembangan dalam sumber daya manusia agar mereka dapat bekerja dengan optimal sehingga dibutuhkan pengaturan secara terstruktur terhadap pegawai. Pengaturan tersebut salah satunya dengan pemberian pelatihan secara berkesinambungan agar pegawai dapat menyesuaikan diri pada perubahan zaman, karena perkembangan pase juga akan merubah teknologi informasi (Ong, 2020). Dan tentunya kinerja pegawai terus dituntut untuk mengikuti teknologi yang terus maju. Pada pengelolaan pegawai agar terus aktif dalam mengembangkan skill menjadi tugas manajer SDM. Fungsi manajerial sendiri mencakup perencanaan (merencanakan kebutuhan tenaga kerja), pengorganisasian (mengorganisir semua tenaga kerja), pengarahan (mengarahkan semua karyawan) serta pengendalian (mengendalikan semua karyawan) (Larasati, 2018).



Gambar 1. Siklus Kepegawaian

Selanjutnya pada siklus pengendalian pegawai, ini akan memberikan mekanisme kontrol dalam pelaksanaan tugasnya. Tugas sebagai pegawai memiliki puncak pencapaian dalam bekerja yakni fase masa pensiun, dapat dijelaskan bahwa siklus pegawai dalam organisasi dapat dilihat pada gambar 1. Masa pensiun merupakan fase, seorang pegawai sudah meninggalkan aktivitas keseharian dari bekerja di kantor tempat institusi yang selama ini menjadi salah satu identitas diri individu (Lesmana, 2014). Sebagaimana yang dikutip dari Astuti, bahwa pensiun akan memutuskan aktivitas rutin dan juga memutuskan rantai sosial yang sudah terbina dengan rekan kerja serta yang paling vital adalah menghilangkan identitas seseorang yang sudah melekat begitu lama. Serta ketidaksiapan dalam menghadapi pensiun umumnya muncul kekhawatiran tidak dapat memenuhi kebutuhan tertentu setelah pensiun tiba (Astuti, 2018), senada dengan ini Muh. Kadarisman dalam artikelnya mengungkapkan 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).

Kecemasan menghadapi masa pensiun tentunya hal yang wajar dialami oleh seorang individu sebab kekhawatiran diri begitu kompleks tidak hanya cemas soal berkurang finansial, tapi berpisah dengan teman, lingkungan yang sudah nyaman dan lain sebagainya. Namun bila kecemasan ini berlebihan akan memiliki efek terhadap individu. Menurut Hayat, kecemasan seseorang bila tidak bisa dikendalikan akan dapat mengganggu keseimbangan pribadi seperti tegang, resah, gelisah, takut, gugup, berkeringat, sulit tidur dan lain sebagainya, kemudian dari jenisnya terdapat dua kecemasan yang pertama kecemasan biasa yakni tanggapan yang cukup wajar terhadap peristiwa yang sedang dihadapi, kedua kecemasan neurotik merupakan kecemasan yang keluar dari proporsi yang ada, ia terjadi diluar kesadaran serta cenderung untuk menjadikan orang tidak memiliki keseimbangan (Hayat, 2014).

Keseimbangan di dalam diri tentunya akan menjadi hal yang penting untuk membuat pribadi kita menjadi lebih baik, walaupun sedang menghadapi problematika kehidupan, dan keseimbangan diri dapat kita dapatkan dengan memiliki kemampuan kecerdasan emosional yang baik (Nur, 2019). Yang dikutip dari Robbins (2009) kualitas utama yang membedakan yang sukses dari yang tidak sukses adalah kecerdasan emosional. Selanjutnya Suryatni (2015) mengungkapkan orang yang mempunyai kecerdasan emosional yang baik (stabil) dapat menyelesaikan masalah dengan pikiran jernih karena nalar/logika mereka tidak terpengaruh oleh nafsu/emosi yang tidak stabil, mereka akan cenderung untuk berhasil dalam kehidupan walau dihadapkan dengan berbagai masalah (Dewi, 2019). Dari

Tabel 1. Variabel Kecemasan Emosional

No	Variabel	Definisi Variabel	Indikator	Skala
1	Kecerdasan Emosional (X)	Kecerdasan emosional adalah kemampuan mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati, dan keterampilan atau kemampuan sosial.	1. Pengaturan Mood 2. Keterampilan Sosial 3. Pemanfaatan Emosi 4. Penilaian Emosi	Ordinal
2	Kecemasan (Y)	kecemasan adalah manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, yang terjadi ketika orang sedang mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik).	1. Kepuasan Kerja 2. Usia 3. Persepsi Individu	Ordinal

konteks di atas maka peneliti akan mengkaji lebih dalam tentang Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pegawai.

METODE

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah Kuantitatif. Desain penelitian analisis regresi linier sederhana. Sumber data terdiri dari data primer yakni peneliti menggunakan angket (kuesioner) yang disebarakan secara langsung kepada responden dan data sekunder yakni diperoleh dari jurnal, dokumen yang terkait penelitian serta sumber pendukung yang lainnya. Operasional Variabel Instrumen Penelitian dapat dilihat pada tabel 1. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yakni seluruh pegawai Univeritas Islam Negeri Raden Fatah Palembang dengan rentang waktu pensiun 5 s.d 1 tahun mendekati masa pensiun yang berjumlah 38 orang dan Teknik pengambilan sampel yakni menggunakan total sampling.

Instrumen penelitian yakni menggunakan dua instrument yaitu skala kecemasan dan kecemasan menghadapi pensiun yang dikembangkan oleh Goldman (2012). Data Ordinal ke Data Interval, Uji Validitas dan Uji Reliabilitas. Uji Hipotesis yakni dengan Uji Regresi Linier Sederhana, Uji t (Uji Parsial) dan Uji Determinan (R^2). Jika nilai *Corrected Item-Total Correlation* (r -hitung) $\geq r$ – table, maka instrument penelitian dikatakan valid. Pada r – table yang diperoleh dengan rumus $df = n - 2$ ($38 - 2 = 36$) adalah 0,270, dari data Tabel. 1 di atas pada *corrected item total correlation* $\geq 0,270$ maka dapat disimpulkan bahwa seluruh item pernyataan untuk variable kecerdasan emosional dinyatakan valid. Untuk mencari r – table dengan rumus $df = n - 2$ ($38 - 2 = 36$) hasilnya 0,270, berdasarkan pada hasil uji validitas menggunakan SPSS Versi 26 *corrected item total correlation* $\geq 0,270$ maka semua item pernyataan untuk variable kecemasan dinyatakan valid. Kriteria pengambilan keputusan Jika nilai $\alpha > 0,60$ maka dinyatakan reliabel. Berdasarkan hasil di atas diperoleh Uji Reliabiliti Variabel Kecerdasan Emosional dan Kecemasan $> 0,80$ maka dinyatakan Reliabel. Teknik Analisis Data menggunakan Uji Asumsi Dasar yakni dengan Uji Normalitas Data, Uji Homogenitas dan Uji Linieritas data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 2 Uji Normalitas Data
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		X	Y
N		38	38
Normal Parameters	Mean	47.68	38.42
	Std. Deviation	4.094	3.592
Most Extreme Differences	Absolute	.112	.126
	Positive	.112	.126
	Negative	-.070	-.092
Test Statistic		.112	.126
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}	.136 ^c

Tabel 3 Uji Homogenitas Data

		Test of Homogeneity of Variances			
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Y	Based on Mean	3.759	9	24	.005
	Based on Median	1.142	9	24	.373
	Based on Median and with adjusted df	1.142	9	12.930	.402
	Based on trimmed mean	3.654	9	24	.06

Penelitian ini menganalisis sejauh mana kecerdasan emosional pegawai di lingkungan UIN Raden Fatah dalam menghadapi kecemasan menghadapi pensiun. Hasil dari kuesioner menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan bahwa kecemasan emosional mempengaruhi kecerdasan emosi pegawai dilihat pada hasil rangkaian penelitian dan hasil penelitian yang didapatkan. Langkah awal setelah menyiapkan instrumen peneliti melakukan uji normalitas dan homogenitas sebagai uji asumsi dasar, dapat dilihat pada tabel 2. Berdasarkan data ini maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal dengan variable kecerdasan emosional 0,2 dan variabel kecemasan 0,1. Berdasarkan hasil yang diperoleh maka dapat diasumsikan bahwa H_0 diterima atau memiliki varian yang sama dengan nilai 0,06.

Selanjutnya pada uji linieritas data menggunakan analisis ANOVA dengan hasil dapat dilihat pada tabel 4. Dari tabel 4 dapat diperoleh signifikansi pada *Deviation from linearity* 0.105 maka hubungan antara dua variable dinyatakan linier. Hasil Pengujian Regresi Linier Sederhana dapat dilihat pada tabel 5. Pada tabel 5, Hasil Pengujian Regresi Linier Sederhana diketahui bahwa $Y = -2.870 + 0.866X$. Artinya konstanta $b_0 = -2.870$ yakni kecerdasan emosional memiliki nilai 0 maka kecemasan pegawai menghadapi masa pensiun nilainya negative sebesar -2.870 dan koefisien $b = 0.866$ yakni kecerdasan emosional di maksimalkan dalam pengendaliannya maka kecemasan akan berkurang sebesar 0.866 % sehingga pribadi yang dimiliki pegawai akan lebih siap dalam menghadapi pensiun. Dari hasil pengujian didapat signifikansi kurang dari 0.05 maka dapat disintesis bahwa ada pengaruh secara parsial antara variable independen terhadap variable dependen. Pada analisis untuk melihat apakah ada faktor lain yang mempengaruhi.

Berdasarkan uji regresi linier sederhana didapatkan hasil bahwa 86,6% bila pegawai memiliki kecerdasan emosional maka dapat mengendalikan kecemasan dalam dirinya dan dapat membuat psikologis dalam diri menjadi tenang dengan berpikir positif dengan berbagai upaya yang dilakukan seperti menyelesaikan diri dengan lingkungan baru. Kemudian dari hasil uji t yang dikaitkan dengan Adjusted R Square yang menghasilkan nilai (+), maka ada pengaruh yang positif dan signifikan antara

Tabel 4. Uji Linieritas Data

		ANOVA Table					
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Y * X	Between Groups	(Combined)	470.846	13	36.219	135.468	.000
		Linearity	465.045	1	465.045	1739.387	.000
		Deviation from Linearity	5.802	12	.483	1.808	.105
	Within Groups		6.417	24	.267		
	Total		477.263	37			

Tabel 5. Analisis Regresi Linier Sederhana

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-2.870	1.119		-2.563	.015
	X	.866	.023	.987	37.016	.000

a. Dependent Variable: Y

kecerdasan emosional terhadap kecemasan pegawai menghadapi pensiun secara parsial. Kemudian berdasarkan uji koefisien determinan tersebut maka variable yang digunakan dalam penelitian ini cukup memberikan pemahaman bahwa kecerdasan emosional dapat menekan kecemasan dalam diri pegawai yang akan menghadapi masa pensiun, hal ini sejalan dengan beberapa temuan terdahulu yang menunjukkan hubungan antara kecerdasan emosi dan kecemasan seperti penelitian Nuraini (2013) bahwa kecemasan pensiun sangat mempengaruhi kecerdasan emosi.

Begitupun dengan penelitian terdahulu yang bertujuan untuk mengeksplorasi kecerdasan emosional dan kecemasan untuk menghadapi pensiun (Dewi, 2013; Martha, 2014) tetapi perbedaan dapat dilihat pada variable tertentu seperti pada temuan penelitian Ma'rifattullah, I. (2016) dilihat pada aspek kepercayaan diri pegawai Ketika menghadapi putusan kerja, begitupun dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh (Hijriyati, 2021; Setyarini, 2022) kecemasan putusan kerja dilihat pada situasi pandemi covid. Hal ini menegaskan posisi penelitian dibandingkan dengan temuan penelitian terdahulu yang dilihat pada aspek pensiun pada pegawai dan bagaimana kecerdasan emosi mempengaruhi sikap dalam menghadapi kecemasan masa pensiun pegawai di lingkungan UIN Raden Fatah Palembang. Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penyebaran instrumen penelitian kepada responden (pegawai yang mendekati masa pensiun dengan rentang 5 sampai dengan 1 tahun) dengan usia pensiun sesuai dengan Peraturan Pemerintah Nomor 11 Tahun 2017 tentang Manajemen Pegawai Negeri Sipil batas usia pensiun bagi pejabat administrasi yakni 58 tahun (Rudiansyah, 2019). Maka dapat disimpulkan bahwa *coefisient* untuk uji t taraf signifikansinya kurang dari 0.05 maka dapat ada pengaruh antara kecerdasan emosional terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai dan nilai R^2 (*R Square*) yakni 0.974 jadi pengaruh dari variable kecerdasan emosional yakni 97,4% sedangkan sisanya sebesar 2,6 % dipengaruhi oleh faktor lain seperti dukungan sosial, konsep diri dan lain sebagainya yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

KESIMPULAN

Berdasarkan pada temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh bahwa kecerdasan emosi mempengaruhi tingkat kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai di

lingkungan UIN Raden Fatah Palembang. Dimana berdasarkan rangkaian penelitian dan analisis penelitian yang dilakukan, diketahui bahwa kecerdasan emosi sangat mempengaruhi tingkat kecemasan menghadapi masa pensiun hal ini juga dipertegas dengan posisi temuan penelitian berdasarkan beberapa temuan penelitian terdahulu. Oleh karena itu, hipotesis dari penelitian ini diterima.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, S. S. P., & SE, M. E. (2018). Antisipasi menghadapi masa pensiun ditinjau dari aspek pengendalian kecemasan. *Jendela Inovasi Daerah*, 1(1), 17-34. <https://doi.org/10.56354/jendelainovasi.v1i1.11>
- Dewi, A. K., Karini, S. M., & Agustin, R. W. (2012). Hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada pegawai negeri sipil. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 1(1). [Google Scholar](#)
- Dewi, E. P. (2019). Pengaruh Kecerdasan Spiritual, Konsep Diri, Dan Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pegawai Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang. *Yonetim: Jurnal Manajemen Dakwah*, 2(1), 15-32. <https://doi.org/10.19109/yonetim.v2i1.3760>
- Goldman, R. D. Koller, D., & (2012). Distraction techniques for children undergoing procedures: a critical review of pediatric research. *Journal of pediatric nursing*, 27(6), 652-681. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2011.08.001>
- Hayat, A. (2014). Kecemasan dan Metode Pengendaliannya. *Khazanah: Jurnal Studi Islam Dan Humaniora*, 12 (1), 52–63. [Google Scholar](#)
- Hijriyati, N. (2021). *Hubungan kecerdasan emosi dan dukungan sosial dengan kecemasan pada pekerja dalam menghadapi pandemi covid-19* (Doctoral dissertation, Uin Sunan Ampel Surabaya). [Google Scholar](#)
- Kadarisman, M. (2011). Menghadapi pensiun dan kesejahteraan psikologis pegawai negeri sipil. *Civil Service Journal*, 5(2). [Google Scholar](#)
- Larasati, S. (2018). *Manajemen sumber daya manusia*. Deepublish. [Google Scholar](#)
- Lesmana, D. (2014). Kecerdasan spiritual dengan kecemasan menghadapi masa pensiun. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2(1), 168-183. <https://doi.org/10.22219/jipt.v2i1.1778>
- Ma'rifattullah, I. (2016). Hubungan antara kecerdasan emosi dan kepercayaan diri karyawan terhadap kecemasan isu pemutusan hubungan kerja (PHK) pada karyawan. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(3). <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v4i3.4101>
- Martha, S. I., & Annatagia, L. (2014). Hubungan kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi masa pembebasan pada narapidana. *Jurnal Psikologi Integratif*, 2(2). <https://doi.org/10.14421/jpsi.2014.%25x>
- Nur, D. M., & Dewi, E. P. (2019). Pengaruh Kecerdasan Spiritual (SQ) dan Kecerdasan Emosional (EQ) Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Program Studi Manajemen Dakwah Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang. *Wardah*, 20(1), 57-70. <https://doi.org/10.19109/wardah.v20i1.3619>
- Nuraini, D. E. (2013). Kecerdasan emosi dan kecemasan menghadapi pensiun pada PNS. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(3). <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i3.3331>
- Ong, J. O., & Mahazan, M. (2020). Strategi pengelolaan sdm dalam peningkatan kinerja perusahaan berkelanjutan di era industri 4.0. *Business Economic, Communication, and Social Sciences (BECOSS) Journal*, 2(1), 159-168. [Google Scholar](#)
- Robbins, S. P., & Judge, T. (2009). *Organizational behavior*. Pearson South Africa. [Google Scholar](#)
- Rudiansyah, S., Una, S., & Kusnadi, D. (2019). *Analisis Peraturan Pemerintah Nomor 11 Tahun 2017 Tentang Manajemen Pegawai Negeri Sipil Terhadap Pangkat Dan Jabatan di Kantor Badan*

Kepegawaian Daerah Muaro Jambi (Doctoral dissertation, UIN Sulthan Thaha Saifuddin).
[Google Scholar](#)

Setyarini, E. A., Niman, S., Parulian, T. S., & Hendarsyah, S. (2022). Prevalensi Masalah Emosional: Stres, Kecemasan dan Depresi pada Usia Lanjut. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 21-27. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i1.140>

Suryatni, L. (2020). Kecerdasan Emosional Dan Perilaku Manusia (Dalam Perspektif Antropologi) Luh Suryatni. *Jurnal Mitra Manajemen*, 7(2). [Google Scholar](#)