

**PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP KECEMASAN PADA
KARYAWAN YANG AKAN MENGHADAPI MASA PENSIUN**



Oleh:

Namira Mutiara Azani

1801619153

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2023

LEMBAR PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

“Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Kecemasan pada Karyawan yang akan
Menghadapi Masa Pensiun”

Nama Mahasiswa : Namira Mutiara Azani
Nomor Registrasi : 1801619153
Jurusan/Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 15 Agustus 2023

Dosen Pembimbing 1

Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi.
NIP. 198107262008122003

Dosen Pembimbing 2

Liza Yudhita Widyastuti, M.Psi.
NIP. 199104252022032009

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Penanggung Jawab)*		07/09/23
Dr. Gungum Gumelar, M.Psi (Wakil Penanggung Jawab)**		26/08/23
Mira Ariyani, Ph.D. (Ketua Penguji)***		26 Agustus 2023
Deasyanti, Ph.D. (Anggota)****		26 Agustus 2023
Adhissa Qonita, M.Psi (Anggota)****		26 Agustus 2023

Catatan:

*Dekan FPPsi

**Wakil Dekan I

***Ketua Penguji

****Dosen Penguji selain pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Namira Mutiara Azani
NIM : 1801619153
Fakultas/Prodi : Pendidikan Psikologi/Psikologi
Alamat email : namiramutiara.azani@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul:

Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Kecemasan pada Karyawan yang akan Menghadapi Masa Pensiun

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 1 September 2023

(Namira Mutiara Azani)

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”

(Q.S Al-Baqarah, 2:286)

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan yang lain), dan hanya kepada Tuhanmulah kamu berharap.”

(Q.S Al-Insyirah, 94:6-8)

“Lakukanlah hal kecil dengan cinta yang besar, agar memperoleh hasil yang maksimal.”

PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya yang tanpa lelah dengan penuh kasih sayang memanjatkan doa yang luar biasa untuk anaknya serta memberikan dukungan baik moril maupun materil. Terimakasih atas pengorbanan dan kerja keras dalam mendidik saya.

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Namira Mutiara Azani

NIM : 1801619153

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Kecemasan pada Karyawan yang akan Menghadapi Masa Pensiun” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Maret sampai dengan bulan Agustus 2023.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi atau karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 24 Agustus 2023

Yang Membuat Pernyataan



Namira Mutiara Azani

NAMIRA MUTIARA AZANI

**PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP KECEMASAN PADA
KARYAWAN YANG AKAN MENGHADAPI MASA PENSIUN**

Skripsi

Jakarta : Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi,

Universitas Negeri Jakarta, 2023

ABSTRAK

Saat memasuki masa pensiun, karyawan akan mengalami perubahan ekonomi, aktivitas, dan lingkungan sosial. Perubahan ini dapat menimbulkan kecemasan saat masa pensiun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecerdasan emosional terhadap kecemasan pada karyawan yang akan menghadapi masa pensiun. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat pengaruh kecerdasan emosional terhadap kecemasan pada karyawan yang akan menghadapi masa pensiun. Sampel penelitian berjumlah 200 karyawan yang akan menghadapi pensiun yang diperoleh dengan menggunakan teknik *non-probability sampling* atau *purposive sampling*. Alat ukur penelitian menggunakan skala kecemasan yang dikembangkan oleh Syahroni (2019) berdasarkan teori kecemasan yang dikemukakan oleh Greenberger dan Padesky dan skala kecerdasan emosional menggunakan *Trait Emotional Intelligence Questionnaire* berdasarkan teori kecerdasan emosional yang dikembangkan oleh Petrides (2010). Hasil analisis regresi sederhana, diperoleh hasil koefisien korelasi sebesar $r = -0.458$, $p < 0.000$. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Terdapat pengaruh negatif dan signifikan pada kecerdasan emosional terhadap kecemasan pada karyawan yang akan menghadapi masa pensiun, dengan demikian kecerdasan emosional berpengaruh pada karyawan untuk menurunkan tingkat kecemasan menghadapi masa pensiun.

Kata Kunci: Kecemasan, Kecerdasan Emosional, Karyawan yang akan Menghadapi Masa Pensiun.

NAMIRA MUTIARA AZANI

**THE INFLUENCE OF EMOTIONAL INTELLIGENCE ON ANXIETY IN
EMPLOYEES THAT WILL BE REACHING RETIREMENT**

Skripsi

Jakarta : Study Program of Psychology, Faculty of Psychology Education,

Universitas Negeri Jakarta, 2023

ABSTRACT

When entering retirement, employees will experience changes in the economy, activities and social environment. These changes can cause anxiety during retirement. This research aims to determine the effect of emotional intelligence on anxiety in employees who will face retirement. The hypothesis of this research is that there is an influence of emotional intelligence on anxiety in employees who will face retirement. The research sample totaled 200 employees who will face retirement obtained by using non-probability sampling or purposive sampling techniques. The research measurement tool uses an anxiety scale developed by Syahroni (2019) based on the anxiety theory proposed by Greenberger and Padesky and an emotional intelligence scale using the Trait Emotional Intelligence Questionnaire based on the emotional intelligence theory developed by Petrides (2010). The results of simple regression analysis showed a correlation coefficient of $r = -0.458$, $p < 0.000$. This shows that the hypothesis is accepted. There is a negative and significant influence on emotional intelligence on anxiety for employees who will face retirement, thus emotional intelligence influences employees to reduce anxiety levels facing retirement.

Keywords: Anxiety, Emotional Intelligence, Employees Facing Retirement.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kami panjatkan kepada Allah SWT atas berkat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik yang berjudul “Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Kecemasan pada Karyawan yang akan Menghadapi Masa Pensiun”. Skripsi ini dibuat untuk memenuhi salah satu syarat agar mendapatkan gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.

Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini karena keterbatasan saya dalam menyusun skripsi ini. Maka dari itu, diharapkan adanya kritik dan saran yang membangun agar kedepannya dapat bermanfaat bagi peneliti atau peneliti selanjutnya. Saya ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu saya menyelesaikan pengerjaan skripsi ini di antara lain:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi., selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si., selaku Wakil Dekan I, Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D., selaku Wakil Dekan II, dan Ibu Mira Ariyani, Ph.D., selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Phil. Zarina Akbar, M.Psi., selaku Koordinator Prodi Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi, Psikolog, selaku Dosen Pembimbing 1 peneliti yang telah membimbing dan menyediakan waktu untuk membimbing peneliti selama proses penyusunan skripsi.
5. Ibu Liza Yudhita Widyastuti, M.Psi, Psikolog, selaku Dosen Pembimbing 2 peneliti yang telah membimbing dan menyediakan waktu untuk membimbing peneliti selama proses penyusunan skripsi.
6. Ibu Fellianti Muzdalifah, M.Psi, selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing peneliti selama perkuliahan.
7. Seluruh Bapak dan Ibu dosen Program Studi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberi ilmu selama perkuliahan.

8. Seluruh Bapak dan Ibu staf administrasi dan karyawan Program Studi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah membantu proses administrasi peneliti selama perkuliahan.
9. Kepada Kedua orang tua saya, Papa R. Adiwidjaja, S.E. dan Mama Nining Sri Purwaningsih, S.E., Kakak saya, Andika Fachrianto, S.T., serta seluruh keluarga besar yang tiada henti-hentinya memberikan dukungan, motivasi, pengingat, dan semangat serta doa kepada peneliti sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
10. Kepada Abizar Alghifari, yang senantiasa mendengarkan keluh kesah peneliti, memberikan dukungan, membantu, dan menemani peneliti saat mengalami kesulitan dalam proses penyusunan skripsi.
11. Kepada Asyila, Cindy, Nia, dan Tania yang selalu memberikan dukungan kepada peneliti selama penyusunan skripsi.
12. Kepada Adeta, Dinica, dan Kania yang selalu memberikan dukungan kepada peneliti selama penyusunan skripsi.
13. Kepada Farah Intan, Dhilayla, dan Mutiara, yang selalu memberikan dukungan, membantu, saling menguatkan, dan berjuang bersama-sama dari awal selama masa perkuliahan.
14. Kepada seluruh teman-teman satu bimbingan skripsi, yang selalu memberikan dukungan dan kerjasamanya dalam proses penyusunan skripsi.
15. Kepada seluruh teman-teman Angkatan 2019, yang berjuang bersama-sama dari awal selama masa perkuliahan.
16. Kepada Bapak dan Ibu responden, yang berpartisipasi secara sukarela dalam proses penyusunan skripsi.
17. Terakhir, untuk diri saya sendiri yang dapat menyelesaikan skripsi ini dan tidak menyerah dalam berjuang.

Jakarta, 11 Agustus 2023

Namira Mutiara Azani

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	ii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iv
ABSTRAK.....	v
<i>ABSTRACT</i>.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	6
1.3 Pembatasan Masalah.....	6
1.4 Rumusan Masalah.....	6
1.5 Tujuan Penelitian	6
1.6 Manfaat Penelitian	6
1.6.1 Manfaat Teoritis	6
1.6.2 Manfaat Praktis	7
BAB II.....	8

TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Kecemasan.....	8
2.1.1 Definisi Kecemasan	8
2.1.2 Aspek-Aspek Kecemasan.....	9
2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan	9
2.1.4 Skala Pengukuran Kecemasan	10
2.2 Kecerdasan Emosional.....	11
2.2.1 Definisi Kecerdasan Emosional	11
2.2.2 Aspek-Aspek Kecerdasan Emosional	12
2.2.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional.....	15
2.2.5 Skala Pengukuran Kecerdasan Emosional	16
2.3 Hubungan Antar Variabel.....	16
2.4 Kerangka Konseptual.....	18
2.5 Hipotesis	19
2.6 Hasil Penelitian yang Relevan	19
BAB III	22
METODE PENELITIAN.....	22
3.1 Tipe Penelitian	22
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	22
3.2.1 Definisi Konseptual Variabel	22
3.2.2 Definisi Operasional Variabel	23
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	23
3.3.1 Populasi	23
3.3.2 Sampel.....	23
3.4 Teknik Pengumpulan Data	24
3.5 Instrumen Penelitian	24

3.5.1 Instrumen Kecemasan	25
3.5.2 Instrumen Kecerdasan Emosional	27
3.6 Uji Coba Instrumen.....	28
3.6.1 Uji Coba Instrumen Kecemasan.....	29
3.6.2 Uji Coba Instrumen Kecerdasan Emosional	32
3.7 Analisis Data	34
3.7.1 Uji Statistik.....	34
3.7.2 Uji Hipotesis Statistik	35
BAB IV	36
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	36
4.1 Gambaran Responden / Subyek Penelitian	36
4.1.1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	36
4.1.2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia	37
4.1.3 Gambaran Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir	38
4.1.4 Gambaran Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	40
4.1.5 Gambaran Responden Berdasarkan Penghasilan Perbulan.....	41
4.1.6 Gambaran Responden Berdasarkan Pekerjaan Sampingan.....	42
4.1.7 Gambaran Responden Berdasarkan Pembekalan dan Pelatihan Menjelang Masa Pensiun	43
4.2 Prosedur Penelitian	45
4.2.1 Persiapan Penelitian	45
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian	46
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian.....	47
4.3.1 Data Deskriptif	47
4.3.2 Kategorisasi Skor	49
4.3.3 Analisis Data Demografi Kecemasan.....	53

4.3.4 Analisis Data Demografi Kecerdasan Emosional	59
4.3.5 Uji Linearitas.....	66
4.3.6 Uji Korelasi	67
4.3.7 Uji Normalitas	68
4.3.8 Uji Hipotesis.....	68
4.4 Pembahasan.....	69
4.5 Keterbatasan Penelitian.....	71
BAB V	72
KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....	72
5.1 Kesimpulan	72
5.2 Implikasi	72
5.3 Saran	73
5.3.1 Bagi Karyawan yang akan Menghadapi Masa Pensiun	73
5.3.2 Bagi Instansi.....	73
5.3.3 Bagi Peneliti Selanjutnya	73
DAFTAR PUSTAKA	75
LAMPIRAN	79

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blueprint Instrumen Kecemasan.....	25
Tabel 3.2 Skala Kecemasan	26
Tabel 3.3 Blueprint Instrumen Kecerdasan Emosional	27
Tabel 3.4 Skala Kecerdasan Emosional.....	28
Tabel 3.5 Nilai Indeks Diskriminasi Item.....	29
Tabel 3.6 Interpretasi Koefisien Reliabilitas	29
Tabel 3.7 Blueprint Akhir Instrumen Kecemasan Menghadapi Pensiun.....	31
Tabel 3.8 Reliabilitas Instrumen Kecemasan	32
Tabel 3.9 Blueprint Akhir Instrumen Kecerdasan Emosional	33
Tabel 3.10 Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosional	33
Tabel 4.1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	36
Tabel 4.2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia.....	37
Tabel 4.3 Gambaran Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir	39
Tabel 4.4 Gambaran Responden Berdasarkan Pekerjaan	40
Tabel 4.5 Gambaran Responden Berdasarkan Penghasilan Perbulan	41
Tabel 4.6 Gambaran Responden Berdasarkan Pekerjaan Sampingan	42
Tabel 4.7 Gambaran Responden Berdasarkan Pembekalan dan Pelatihan Menjelang Pensiun	44
Tabel 4.8 Data Deskriptif Variabel Kecemasan Menghadapi Pensiun	48
Tabel 4.9 Data Deskriptif Variabel Kecerdasan Emosional.....	48
Tabel 4.10 Kategorisasi Skor Kecemasan	51
Tabel 4.11 Kategorisasi Skor Kecerdasan Emosional	52
Tabel 4.12 Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin	53
Tabel 4.13 Kecemasan Berdasarkan Usia.....	54
Tabel 4.14 Kecemasan Berdasarkan Pendidikan Terakhir.....	55
Tabel 4.15 Kecemasan Berdasarkan Pekerjaan	56
Tabel 4.16 Kecemasan Berdasarkan Penghasilan Perbulan	57
Tabel 4.17 Kecemasan Berdasarkan Pekerjaan Sampingan	58
Tabel 4.18 Kecemasan Berdasarkan Pembekalan dan Pelatihan Menjelang Pensiun....	59

Tabel 4.19 Kecerdasan Emosional Berdasarkan Jenis Kelamin.....	60
Tabel 4.20 Kecerdasan Emosional Berdasarkan Usia	61
Tabel 4.21 Kecerdasan Emosional Berdasarkan Pendidikan Terakhir	62
Tabel 4.22 Kecerdasan Emosional Berdasarkan Pekerjaan.....	63
Tabel 4.23 Kecerdasan Emosional Berdasarkan Penghasilan Perbulan	64
Tabel 4.24 Kecerdasan Emosional Berdasarkan Pekerjaan Sampingan.....	65
Tabel 4.25 Kecerdasan Emosional Berdasarkan Pembekalan dan Pelatihan Menjelang Pensiun	66
Tabel 4.26 Hasil Uji Linearitas.....	67
Tabel 4.27 Hasil Uji Korelasi	67
Tabel 4.28 Hasil Uji Normalitas	68
Tabel 4.29 Hasil Uji Hipotesis.....	68



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual.....	18
Gambar 4.1 Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	37
Gambar 4.2 Responden Berdasarkan Usia	38
Gambar 4.3 Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir	40
Gambar 4.4 Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	41
Gambar 4.5 Responden Berdasarkan Penghasilan Perbulan.....	42
Gambar 4.6 Responden Berdasarkan Pekerjaan Sampingan.....	43
Gambar 4.7 Responden Berdasarkan Pembekalan dan Pelatihan Menjelang Pensiun...	45



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Instrumen Penelitian	79
Lampiran 2: Hasil Uji Coba Instrumen	95
Lampiran 3: Data Demografi.....	101
Lampiran 4: Hasil Analisis Data Deskriptif Kecemasan dan Kecerdasan Emosional .	104
Lampiran 5: Hasil Kategorisasi	105
Lampiran 6: Hasil Gambaran Responden.....	106
Lampiran 7: Hasil Uji Linearitas	112
Lampiran 8: Hasil Uji Korelasi	113
Lampiran 9: Hasil Uji Normalitas	114
Lampiran 10: Hasil Uji Regresi Linear Sederhana.....	115
Lampiran 11: Daftar Riwayat Hidup	116

