

## **KECEMASAN DITINJAU DARI KECERDASAN SPIRITUAL PADA KARYAWAN YANG AKAN MENGHADAPI MASA PENSIUN PTPN IV**

**Mukhaira El Akmal<sup>1</sup>, Ade Maria Panggabean<sup>2</sup>, Anggi Permana<sup>3</sup>, Rayshenda Dwi  
Cardela Butar-butur<sup>4</sup>, Widya Arisandy<sup>5</sup>**

Fakultas Psikologi, Universitas Prima Indonesia,  
Jl. Sekip Simpang Sikambing, Kampus II Unpri, Medan, Indonesia 20111

mukhaira.akmal@gmail.com

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kecemasan. Hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah “ada hubungan negatif antara kecerdasan spiritual dan kecemasan” dengan asumsi bahwa semakin tinggi kecerdasan spiritual maka semakin rendah kecemasan dan sebaliknya semakin rendah kecerdasan spiritual maka semakin tinggi kecemasan”. Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah karyawan yang akan menghadapi masa pensiun di PT. Perkebunan Nusantara IV Kebun Pabatu Kabupaten Serdang Bedagai sebanyak 111 orang yang dipilih dengan menggunakan total *sampling*. Perhitungan data dilakukan melalui uji prasyarat analisis (uji asumsi) yang terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Analisis data dengan menggunakan Analisa *Product Moment* melalui bantuan SPSS 17 for Windows. Hasil analisis data menunjukkan  $r = 0.084$ , dan  $p = 0.002$  ( $p < 0.05$ ). Dari hasil penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis yang diajukan dapat diterima.

**Kata kunci:** kecemasan, kecerdasan spiritual, karyawan yang akan pensiun.

### **ABSTRACT**

*This study aims to determine the relationship between spiritual intelligence and anxiety. The hypothesis proposed in this study is that there is a negative correlation between spiritual intelligence and anxiety with the assumption that the higher is spiritual intelligence, the lower will anxiety be, and conversely the lower is spiritual intelligence, higher will anxiety be. The research subjects used in this study were employees who will face retirement at PT. Perkebunan Nusantara IV Kebun Pabatu Kabupaten Serdang Bedagai consisting of 111 person who were selected using total sampling technique. The calculation was performed through the prerequisite test analysis (assumption) that consisted of a test for normality and linearity. Data analysis used was Product Moment through SPSS 17 for Windows. The results of data analysis showed that  $r = 0.084$ , and  $p = 0.002$  ( $p < 0.05$ ). From these results it is concluded that the hypothesis can be accepted.*

**Keywords:** anxiety, spiritual intelligence, retired employees.

## **PENDAHULUAN**

Manusia tidak terlepas dari aktifitas bekerja agar mereka dapat memenuhi kebutuhan hidupnya. Bekerja merupakan bagian fundamental kehidupan bagi hampir semua orang dewasa, baik pria maupun wanita, yang memberikan kebahagiaan dan kepuasan. Jika seseorang mampu mendapatkan penghasilan, hal ini suatu pertanda bahwa dirinya adalah manusia produktif, manusia yang berguna dan tidak menjadi beban bagi orang lain. Setiap orang mulai bekerja dari usia yang berbeda-beda namun dengan tujuan yang sama. Selain untuk memenuhi kebutuhan hidup, bekerja juga sebagai tabungan untuk masa depan. Setiap orang biasanya mulai berhenti bekerja pada masa usia lanjut. Masa usia lanjut merupakan masa yang tidak bisa dielakkan oleh siapapun khususnya bagi yang dikaruniai umur yang panjang. Di berbagai lembaga pemerintah atau swasta ada aturan yang mengatur seorang pegawai atau karyawan harus berhenti dari pekerjaan karena telah mencapai umur tertentu, yang disebut dengan purnatugas atau pensiun.

Menurut Widjajanto (2009) pensiun diberlakukan pada seseorang yang berusia 55-65 tahun karena pada umur tersebut kebanyakan orang sudah mulai mengalami penurunan kesehatan sehingga produktivitas berkurang. Bagi lansia yang tidak siap menghadapi masa pensiun, masa pensiun akan menjadi suatu stresor atau suatu kehilangan yang dapat menyebabkan timbulnya kecemasan, konflik dan perubahan harga diri, serta gangguan interaksi sosial. Menurut Turner dan Helms (dalam Poespodihardjo, 2010), kaum pekerja yang belum siap menghadapi masa menjadi tua dan tidak mempersiapkan diri untuk menjalani

masa pensiun biasanya akan mengalami kecemasan yang tinggi, stres, depresi, merasa tidak dibutuhkan orang, uring-uringan, merasa kehilangan harga diri dan kehormatan.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada karyawan PT Perkebunan Nusantara IV Kebun Pabatu Kabupaten Serdang Bedagai yang akan memasuki masa pensiun dalam beberapa bulan bahkan beberapa tahun kedepan menunjukkan bahwa beberapa dari mereka mengatakan bahwa masa pensiun merupakan masa yang membuat khawatir karena pada masa ini mereka akan kehilangan pekerjaan dan rutinitas yang biasa dilakukan, penghasilan yang akan berkurang dari upah biasa yang didapat. Beberapa alasan yang membuat mereka khawatir menghadapi masa pensiun adalah belum memiliki kegiatan yang pasti, tanggung jawab anak sekolah yang belum selesai atau belum tamat, belum memiliki lahan perkebunan atau ternak untuk bekal di hari tua, cara mereka untuk mengatasi rasa kekhawatirannya dengan mencari kesibukan agar tidak terfokus pada hal tersebut.

Konflik yang mereka alami tersebut menyebabkan gangguan yang dapat mempengaruhi kehidupan sehari-hari seperti merasa cemas atau khawatir. Lukluk dan Bandiyah (2011), menyatakan bahwa gangguan kecemasan adalah sekelompok gangguan dimana kecemasan merupakan gejala utama (gangguan kecemasan umum dan gangguan panik) atau dialami jika seseorang berupaya mengendalikan perilaku maladaptif tertentu (gangguan fobik dan gangguan *obsesif-kompulsif*). Dalam kamus lengkap psikologi menyatakan bahwa kecemasan (*anxiety*) adalah perasaan

campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut (Chaplin, 2008).

Terkait kecemasan dan kecerdasan spiritual ada sebuah penelitian yang dilakukan oleh Lesmana (2014) pada Pegawai Negeri Sipil (PNS) yang bekerja di wilayah Pemerintah Daerah Kabupaten Lombok Timur, NTB terutama yang bertugas pada Dinas Kementerian Agama. Dalam penelitian itu menunjukkan ada hubungan yang membuktikan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah kecerdasan spiritual. Dari penelitian tersebut diperoleh hasil bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara kecerdasan spiritual dengan kecemasan menghadapi masa pensiun. Semakin tinggi kecerdasan spiritual seseorang maka semakin rendah kecemasan yang dihadapi. Menurut Zohar dan Marshall (dalam Suyanto, 2006), kecerdasan spiritual merupakan kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup kita dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya atau kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibanding yang lain.

Selain kecerdasan spiritual, terdapat faktor lain yang mempengaruhi kecemasan, salah satunya adalah regulasi diri, sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Rosliani dan Ariati (2016) terhadap pengurus Ikatan Lembaga Mahasiswa Psikologi Indonesia (ILMPI) yang berjumlah 126 orang. Hasil menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan kecemasan. Artinya semakin baik

kemampuan regulasi diri seseorang maka semakin rendah tingkat kecemasan.

Barlow dan Durand (dalam Fausiah & Widury, 2005), mengatakan bahwa kekhawatiran atau kecemasan akan dianggap sebagai suatu hal yang patologis apabila tidak lagi bisa dihentikan atau dikontrol oleh individu tersebut. Gangguan kecemasan merupakan rasa takut dan khawatir yang tidak menyenangkan yang sering disertai dengan gejala psikologis dan perilaku menghindar. Correy (2009), menyebutkan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan tegang yang memotivasi kita untuk berbuat sesuatu. Menurut Ghufro dan Risnawita (2016), kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang, dan emosi yang dialami oleh seseorang. Kecemasan adalah suatu keadaan tertentu (*state anxiety*) yaitu menghadapi situasi yang tidak pasti dan tidak menentu terhadap kemampuannya dalam menghadapi objek tersebut, hal tersebut berupa emosi yang kurang menyenangkan yang dialami oleh individu dan bukan kecemasan sebagai sifat yang melekat pada kepribadian.

Calhoun dan Rossacocella (1995) mengemukakan aspek-aspek kecemasan dalam tiga reaksi, yaitu sebagai berikut:

- a. Emosional, yaitu orang tersebut mempunyai ketakutan yang amat sangat dan secara sadar.
- b. Kognitif, yaitu ketakutan tersebut meluas dan sering berpengaruh terhadap kemampuan berpikir jernih, memecahkan masalah dan mengatasi tuntutan lingkungan.
- c. Fisiologis, yaitu tanggapan tubuh terhadap rasa takut berupa

pengerasan diri untuk bertindak, baik tindakan itu dikehendaki atau tidak. Pergerakan tersebut merupakan hasil kerja dari sistem syaraf otonom yang mengendalikan berbagai otot dan kelenjar tubuh. Pada saat pikiran dijangkiti rasa takut, sistem syaraf otonom menyebabkan tubuh bereaksi secara mendalam.

Morgan (dalam Suparni & Astutik, 2016) menyebutkan ada beberapa gejala tentang kecemasan, diantaranya:

- a. Gejala fisiologis seperti gemetar, tegang, nyeri otot, letih, tidak dapat santai, kelopak mata bergetar, kening berkerut, muka tegang, tak dapat diam, mudah kaget, berkeringat, jantung berdebar cepat, rasa dingin, telapak tangan lembab, mulut kering, pusing, kepala terasa ringan, kesemutan, rasa mual, rasa aliran panas dingin, sering kencing, diare, rasa tak enak di ulu hati, kerongkongan tersumbat, muka merah dan pucat, denyut nadi dan napas yang cepat waktu istirahat.
- b. Gejala psikologis seperti rasa khawatir yang berlebihan tentang hal-hal yang akan datang, seperti cemas, khawatir, takut, berpikir berulang-ulang, membayangkan akan datangnya kemalangan terhadap dirinya maupun orang lain, kewaspadaan yang berlebih diantaranya adalah mengamati lingkungan secara berlebihan sehingga mengakibatkan perhatian mudah teralih, sulit konsentrasi, merasa nyeri, dan sukar tidur.

Freud (dalam Feist & Feist, 2010) mengatakan bahwa kecemasan dibagi menjadi tiga yaitu:

- a. Kecemasan neurosis (*neurotic anxiety*)  
Kecemasan neurosis adalah rasa cemas akibat bahaya yang tidak diketahui. Perasaan itu sendiri berada pada ego, tetapi muncul dari dorongan-dorongan id. Seseorang bisa merasakan kecemasan neurosis akibat keberadaan guru, atasan, atau figur otoritas lain karena sebelumnya mereka merasakan adanya keinginan tidak sadar untuk menghancurkan salah satu atau kedua orang tua. Semasa kanak-kanak, perasaan marah ini sering kali diikuti oleh rasa takut akan hukuman dan rasa takut ini digeneralisasikan ke dalam kecemasan neurosis tidak sadar.
- b. Kecemasan moral (*moral anxiety*)  
Yaitu berakar dari konflik antara ego dan superego biasanya di usia lima atau enam tahun mereka mengalami kecemasan yang tumbuh dari konflik antara kebutuhan realistik dan perintah superego. Misalnya, kecemasan moral bisa muncul dari godaan seksual jika anak meyakini bahwa menerima godaan tersebut adalah salah secara moral. Kecemasan ini juga bisa muncul karena kegagalan bersikap konsisten dengan apa yang mereka yakini benar secara moral. Misalnya, tidak mampu mengurus orang tua yang memasuki usia lanjut.
- c. Kecemasan realistik (*realistic anxiety*) terkait erat dengan rasa takut. Kecemasan ini didefinisikan sebagai perasaan yang tidak menyenangkan dan tidak spesifik yang mencakup kemungkinan bahaya itu sendiri. Misalnya, kita bisa mengalami kecemasan realistik pada saat berkendara dengan cepat dalam lalu lintas yang padat di kota asing yaitu situasi yang mencakup

bahaya yang objektif dan nyata. Akan tetapi, kecemasan realistik ini berbeda dari rasa takut karena tidak mencakup objek spesifik yang ditakuti. Misalnya, kita merasa takut pada saat berkendara kita tiba-tiba tergelincir dan tak bisa dikontrol di jalan bebas hambatan yang licin akibat lapisan es.

Zohar dan Marshall (dalam Safaria, 2007), menyebutkan bahwa kecerdasan spiritual sebagai dasar keefektifan fungsi antara IQ dan EQ itu adalah kecerdasan tertinggi. Menurut Zuhri (dalam Asteria, 2014), kecerdasan spiritual adalah kecerdasan manusia yang digunakan untuk berhubungan dengan Tuhan. Levin, (dalam Safaria, 2007), mengatakan bahwa kecerdasan spiritual adalah sebuah perspektif artinya mengarahkan cara berpikir kita menuju kepada hakekat terdalam kehidupan manusia, yaitu penghambaan diri pada sang Maha Suci dan Maha Meliputi. Satiadarma dan Waruwu (2003), juga berpendapat bahwa kecerdasan spiritual adalah inti kesadaran kita, kecerdasan spiritual itu membuat kita mampu menyadari siapa kita sesungguhnya dan bagaimana kita memberi makna terhadap hidup kita dan seluruh dunia kita.

Menurut Emmons (dalam, Jahja, 2011), kecerdasan spiritual adalah kecerdasan jiwa yang dapat membantu seseorang membangun jiwa secara utuh. Kecerdasan spiritual adalah kecakapan dalam dimensi nonmaterial dan jiwa, kecerdasan ini juga memberikan kita kekuatan untuk selalu merasa bahagia dalam keadaan apapun, dan bukan disebabkan oleh sesuatu. Elkins (dalam Jalil, 2013), mengatakan bahwa spiritualitas sebagai cara individu memahami keberadaan maupun pengalaman dirinya.

Zohar dan Marshall (dalam Azzet, 2015) mengungkapkan aspek-

aspek yang mempengaruhi kecerdasan spiritual yaitu:

- a. Kemampuan bersikap fleksibel  
Kemampuan bersikap fleksibel atau adaptif secara spontan dan aktif. Spontanitas adalah tanggapan terhadap sesuatu yang untuknya kita harus mengambil tanggung jawab. Ketika bersikap spontan, seseorang dapat mengenal dirinya sendiri dan mengetahui bahwa dirinya adalah dunia, dan dapat mengambil tanggung jawab atas dunia.
- b. Tingkatan kesadaran diri yang tinggi  
Kesadaran diri adalah salah satu kriteria tertinggi dari kecerdasan spiritual yang tinggi. Kesadaran diri mendorong individu untuk merenungkan apa yang dipercayai atau apa yang dianggap bernilai, membiarkan imajinasi mengalir. Bagian terpenting dari kesadaran diri mencakup usaha untuk mengetahui batas wilayah yang nyaman untuk diri sendiri. Kecerdasan spiritual yang tinggi menuntut individu untuk mengabdikan pada dirinya yang dalam dengan penuh kesadaran.
- c. Kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan individu yang memiliki kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan yang tinggi, dapat mengenal dengan benar penderitaan paling berat yang mungkin dirasakan, namun individu memilih reaksinya sendiri dan mengatasi penderitaannya untuk menemukan makna bagi kehidupannya.
- d. Kemampuan untuk menghadapi dan melampaui rasa sakit, kemampuan pada saat berada dalam situasi yang menyakitkan dan tidak menyenangkan, hanya

- individu yang dapat mempengaruhi caranya menanggapi hal tersebut. Hanya individu tersebut yang dapat menentukan sikapnya terhadap hal-hal yang terjadi kepadanya dan dapat memberi makna dari apa yang terjadi. Seseorang dengan kemampuan menghadapi dan melampaui rasa sakit akan dapat mengatasi rasa sakit dan penderitaannya untuk menemukan makna bagi kehidupannya. Rasa sakit mungkin dapat mengancam atau melumpuhkan tetapi dianggapnya sebagai tantangan dan sebagai peluang.
- e. Kemampuan hidup yang diilhami oleh visi dan nilai  
Kemampuan hidup yang diilhami oleh visi dan nilai termasuk niat atau tujuan hidup yang merupakan energi jiwa yang sangat besar. Visi dan nilai ini menggerakkan potensi dari pusat diri menuju lapisan ego dan kemudian bertindak di dunia.
  - f. Keengganan untuk menyebabkan kerugian yang tidak perlu, seseorang yang memiliki tingkat kecerdasan spiritual yang tinggi mengetahui bahwa individu tersebut merugikan orang lain, dan dirinya sendiri. Jika menyebabkan kerugian yang tidak perlu, individu akan meninggalkan tanggung jawab tersebut yang merugikan tujuan dan makna dalam dari hidupnya.
  - g. Berpikir secara holistik, satu kemampuan lain yang dimiliki manusia pada umumnya adalah rasa akan kesatuan atau keutuhan dalam menangkap satu situasi atau dalam melakukan reaksi terhadapnya. Pemahaman itu pada dasarnya bersifat holistik atau kemampuan untuk menangkap seluruh konteks yang mengaitkan antar unsur yang terlibat.
  - h. Kecenderungan untuk bertanya mengapa dan bagaimana, kecerdasan spiritual yang tinggi menuntut agar kita terbuka menerima pengalaman, dan dapat menangkap kembali kemampuan kita untuk memandang kehidupan dan orang lain dengan cara yang baru. Kecerdasan spiritual menuntut kita tidak lagi mencari perlindungan di dalam apa yang menerus menyelidiki dan mempelajari apa yang kita tidak ketahui. Kecerdasan spiritual menuntut seseorang hidup dengan pertanyaan bukan jawaban.
  - i. Menjadi pribadi mandiri, salah satu kriteria utama bagi kecerdasan spiritual adalah menjadi mandiri. Itu berarti mampu berdiri menentang orang banyak, berpegang pada pendapat yang tidak populer jika itu memang benar-benar diyakininya.

Berdasarkan uraian-uraian sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kecemasan pada karyawan yang akan menghadapi masa pensiun di PT. Perkebunan Nusantara IV Kebun Pabatu Kabupaten Serdang Bedagai. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kecemasan pada karyawan yang akan menghadapi masa pensiun. Manfaat Praktis yang diharapkan dari penelitian ini bagi karyawan yang akan menghadapi masa pensiun adalah dapat menjadi masukan yang berguna dan pengetahuan tambahan bagi para karyawan yang akan memasuki masa pensiun agar lebih mempersiapkan diri dalam menghadapi masa pensiun dan manfaat bagi perusahaan adalah Penelitian ini diharapkan mempunyai implikasi sebagai bahan pertimbangan agar perusahaan mengetahui hal-hal apa saja

yang harus diperhatikan, Salah satunya adalah program pelatihan bagi karyawan yang akan memasuki masa pensiun dan dana pensiun yang akan diberikan pada karyawan yang akan menghadapi masa pensiun agar tidak merasa cemas untuk memenuhi kebutuhan hidupnya di hari tua. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif dan signifikan antara kecerdasan spiritual dengan kecemasan. Dengan asumsi semakin tinggi kecerdasan spiritualnya makin semakin rendah tingkat kecemasan subjek demikian sebaliknya, semakin rendah kecerdasan spiritualnya maka semakin tinggi tingkat kecemasan subjek.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik analisis korelasi *Product Moment*. Penelitian ini menggunakan 2 (dua) variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kecemasan dan variabel terikatnya adalah kecerdasan spiritual. Kecemasan adalah suatu keadaan kekhawatiran yang mengancam secara nyata ataupun khayal dan sesuatu yang tidak menyenangkan akan terjadi. Kecemasan menggambarkan keadaan kekhawatiran, kegelisahan yang tidak menentu, atau reaksi ketakutan dan tidak tenteram yang terkadang disertai berbagai keluhan fisik. Penelitian ini menggunakan skala *likert* terdiri dari tiga aspek yang diantaranya adalah: emosional, kognitif, dan fisiologis. Semakin tinggi skor pada skala kecemasan yang diperoleh subjek, menunjukkan tingkat kecemasan pada subjek yang tinggi. Sebaliknya, semakin rendah skor pada skala kecemasan yang diperoleh subjek, menunjukkan

rendahnya tingkat kecemasan pada subjek.

Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan yang berhubungan dengan ketuhanan, membuat kita berpikir bahwa hidup kita memiliki makna yang sangat berharga dan merupakan kecerdasan dalam memecahkan masalah dengan memandang masalah tersebut sebagai suatu hal yang positif atau yang baik untuk dijadikan pelajaran hidup. Penelitian ini menggunakan skala *likert* terdiri dari empat dimensi yang diantaranya adalah: *Awareness Sensing*, *Mystery Sensing*, *Value Sensing*, *Community Sensing*. Semakin tinggi skor pada skala kecerdasan spiritual yang diperoleh subjek, menunjukkan tingkat kecerdasan spiritual pada subjek yang tinggi. Sebaliknya, semakin rendah skor pada skala kecerdasan spiritual yang diperoleh subjek, menunjukkan rendahnya tingkat kecerdasan spiritual pada subjek.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan yang akan memasuki masa pensiun di PTPN IV Kebun Pabatu Kabupaten Serdang Bedagai yang berjumlah 111 orang. Menurut Sugiyono (2016), sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Arikunto (2013), menjelaskan bahwa sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Sudjana dan Ibrahim (dalam Siyoto & Sodik, 2015), menyatakan bahwa sampel adalah sebagian dari populasi terjangkau yang memiliki sifat yang sama dengan populasi. Sampel dalam penelitian ini adalah karyawan yang akan memasuki masa pensiun.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *Likert*., dimana skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang

tentang fenomena sosial. Dengan skala *Likert*, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator atau aspek-aspek tersebut dijadikan titik tolak untuk menyusun aitem-aitem instrumen yang berupa pertanyaan atau pernyataan (Sugiyono, 2016). Skala *Likert* disajikan dalam bentuk pernyataan yang bersifat *favourable* dan *unfavourable* dengan empat alternatif jawaban untuk setiap butir pernyataan. Kriteria penilaian aitem *favourable* berdasarkan skala *Likert* adalah nilai 1 (satu) untuk jawaban (STS), nilai 2 (dua) untuk jawaban (TS), nilai 3 (tiga) untuk jawaban (S), dan nilai 4 (empat) untuk jawaban (SS). Sedangkan untuk aitem *unfavourable*, nilai 1 (satu) untuk jawaban (SS), nilai 2 (dua) untuk jawaban (S), nilai 3 (tiga) untuk jawaban (TS) dan nilai 4 (empat) untuk jawaban (STS) (Sugiyono, 2016).

Jenis validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Validitas isi menunjuk kepada sejauh mana isi sebuah tes/skala/instrumen dapat mengukur apa yang seharusnya diukur, Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan rumus *Corrected Item Total Correlation Alpha Cronbach* dengan bantuan SPSS 17 for windows.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Skala kecemasan terdiri 45 aitem dengan skor aitemnya yang bergerak dari empat pilihan jawaban dengan skor satu sampai empat. Rentang minimum dan maksimalnya adalah 45x1 sampai 45x4, yaitu 45 sampai 180 dengan mean hipotetiknya  $(180+45) : 2 = 112.5$ . Standar deviasi hipotetik dalam penelitian ini adalah  $(180-45) : 6 = 22.5$ . Dari skala kecemasan yang diisi oleh subjek, maka diperoleh *mean* empirik sebesar 89.126 dan standart deviasi sebesar 10.078 seperti tergambar pada tabel berikut:

**Tabel 1**  
**Perbandingan Data Empirik dan Hipotetik Kecemasan**

Variabel	Empirik			SD	Hipotetik			SD
	Min	Max	Mean		Min	Max	Mean	
Kecemasan	72	114	89.126	10.078	45	180	112.5	22.5

Keterangan :  
 Min : Nilai terendah  
 Max : Nilai tertinggi  
 Mean : Nilai rata-rata  
 SD :Standar Deviasi



Apabila mean empirik  $>$  mean hipotetik maka hasil penelitian yang di peroleh akan dinyatakan tinggi dan sebaliknya jika mean empirik  $<$  mean hipotetik maka hasil penelitian akan dinyatakan rendah.

Hasil analisis untuk skala kecemasan diperoleh mean empirik  $<$  mean hipotetik yaitu  $89.126 < 112.5$  maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan pada subjek penelitian lebih rendah dari pada populasi pada umumnya.

Selanjutnya subjek akan dibagi ke dalam tiga kategori kecemasan yaitu kecemasan rendah, sedang, dan tinggi. Pengkategorian kecemasan dengan membagi distribusi normal ke dalam enam bagian standart deviasi.

$x < (\mu - 1.0 \sigma)$   
kategori rendah

$(\mu - 1.0 \sigma) \leq x < (\mu + 1.0 \sigma)$   
kategori sedang

$x \geq (\mu + 1.0 \sigma)$   
kategori tinggi

Standart deviasi hipotetik dalam penelitian ini adalah  $\sigma = (180-45): 6 = 22.5$  dan mean hipotetiknya adalah  $\mu = (45+180):2 = 112.5$ . Dari perhitungan di atas dapat dibuat perhitungannya berdasarkan rumus yang telah diuraikan di atas, diperoleh  $x < (112.5-22.5) = x < 90$ ,  $(112.5-22.5) \leq x < (112.5+22.5) = 90 \leq x < 135$  dan  $x \geq (112.5+22.5) = x \geq 135$ . Dari perhitungan di atas, dapat dibuat kategori pada tabel 2 berikut ini.

**Tabel 2**

**Kategorisasi Data Kecemasan**

Variabel	Rentang Nilai	Kategori	Jumlah (n)	Persentase
Kecemasan	$x < 90$	Rendah	57	51,3%
	$90 \leq x < 135$	Sedang	54	48,6%
	$x \geq 135$	Tinggi	0	0%
<b>Jumlah</b>			111	100%

Berdasarkan kategori pada tabel 2 maka dapat dilihat bahwa terdapat 57 subjek atau 51.3 persen yang memiliki kecemasan rendah, terdapat 54 subjek atau 48.6 persen yang memiliki kecemasan sedang, dan terdapat 0 subjek atau 0 persen yang memiliki kecemasan tinggi.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa rata-rata subjek penelitian memiliki kecemasan rendah.

Skala Kecerdasan Spiritual terdiri dari 28 aitem dengan skor

aitemnya yang bergerak dari empat pilihan jawaban dengan skor satu sampai empat. Rentang maksimum dan minimumnya adalah 28x1 sampai 28x4, yaitu 28 sampai 112 dengan mean hipotetiknya  $(28+112) : 2 = 70$ .

Standard deviasi hipotetik dalam penelitian ini adalah  $(112-28) : 6 = 14$ . Dari skala Kecerdasan Spiritual yang diisi subjek, maka diperoleh mean empirik sebesar 89.243 dengan standard deviasi sebesar 10.148.

**Tabel 3**  
**Perbandingan Data Empirik dan Hipotetik**  
**Kecerdasan Spiritual**

Variabel	Empirik			SD	Hipotetik			SD
	Min	Max	Mean		Min	Max	Mean	
Kecerdasan Spiritual	58	112	89.243	10.148	28	112	70	14

Apabila mean empirik  $>$  mean hipotetik maka hasil penelitian yang diperoleh akan dinyatakan tinggi dan sebaliknya jika mean empirik  $<$  mean hipotetik maka hasil penelitian akan dinyatakan rendah.

Hasil analisis untuk skala Kecerdasan Spiritual diperoleh mean empirik  $>$  mean hipotetik yaitu  $89.243 > 70$  maka dapat disimpulkan bahwa Kecerdasan Spiritual pada subjek penelitian lebih tinggi daripada populasi pada umumnya. Selanjutnya subjek akan dibagi ke dalam tiga kategori Kecerdasan Spiritual yaitu Kecerdasan Spiritual rendah, sedang, dan tinggi. Pengkategorian Kecerdasan Spiritual dengan membagi distribusi normal ke dalam enam bagian standart deviasi (Azwar, 2012).

$x < (\mu - 1.0 \sigma)$   
kategori rendah  
 $(\mu - 1.0 \sigma) \leq x < (\mu + 1.0 \sigma)$   
kategori sedang  
 $x \geq (\mu + 1.0 \sigma)$   
kategori tinggi

Standart deviasi hipotetik dalam penelitian ini adalah  $\sigma = (112-28) : 6 = 14$  dan mean hipotetiknya adalah  $\mu = (28+112) : 2 = 70$ . Dari perhitungan di atas dapat dibuat perhitungannya berdasarkan rumus yang telah diuraikan di atas, diperoleh  $x < (70-14) = x < 56$   $(70-14) \leq x < (70+14) = 56 \leq x < 84$  dan  $x \geq (70+14) = x \geq 84$ , dari perhitungan diatas dapat dibuat kategori pada tabel 4 berikut.

**Tabel 4**  
**Kategorisasi Data Kecerdasan Spiritual**

Variabel	Rentang Nilai	Kategori	Jumlah (n)	Persentase
----------	---------------	----------	------------	------------

Kecerdasan Spiritual	$x < 56$	Rendah	0	0%
	$56 \leq x < 84$	Sedang	30	31.5%
	$x \geq 84$	Tinggi	81	68.4%
<b>Jumlah</b>			111	100%

Dari tabel 4 dapat dilihat bahwa subjek yang memiliki kecerdasan spiritual yang sebanyak 30 orang atau 31,5 persen dan subjek memiliki kategori kecerdasan spiritual yang tinggi sebanyak 81 orang atau 68,4 persen dan tidak ada subjek yang memiliki kecerdasan spiritual yang rendah.

## 1. Hasil Uji Asumsi Penelitian

Sebelum melakukan uji hipotesa, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi untuk mengetahui ada tidaknya penyimpangan data yang diperoleh dari alat pengumpul data. Uji asumsi yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji normalitas dan uji linearitas.

### a. Uji Normalitas Sebaran

Uji normalitas dilakukan agar dapat mengetahui apakah setiap variabel penelitian telah menyebar secara normal atau tidak. Uji normalitas sebaran

menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov Test*.

Data dikatakan berdistribusi normal jika  $p > 0.05$  (Priyatno, 2011). Uji normalitas yang dilakukan terhadap variabel kecemasan diperoleh koefisien KS-Z = 0.962 dengan Sig sebesar 0.313 untuk uji 2 (dua) arah dan Sig sebesar 0.156 untuk uji 1 (satu) arah ( $p > 0.05$ ), yang berarti bahwa data pada variabel kecemasan memiliki sebaran atau berdistribusi normal. Uji normalitas pada variabel Kecerdasan Spiritual diperoleh koefisien KS-Z = 0.748 dengan Sig sebesar 0.630 untuk uji 2 (dua) arah dan Sig sebesar 0.315 untuk uji 1 (satu) arah ( $p > 0.05$ ), yang berarti bahwa data pada variabel Kecerdasan Spiritual memiliki sebaran atau berdistribusi normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel 5 di bawah ini :

**Tabel 5**  
**Hasil Uji Normalitas**

Variabel	SD	KS-Z	Sig.	P	Keterangan
Kecemasan	10.078	0.962	0.313	$P > 0.05$	Sebaran normal
Kecerdasan Spiritual	10.148	0.748	0.630	$P > 0.05$	Sebaran normal

## b. Uji Linearitas Hubungan

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian yaitu variabel Kecerdasan Spiritual dan kecemasan memiliki hubungan linear Uji F (Anova).

Variabel Kecerdasan Spiritual dan kecemasan dikatakan memiliki hubungan linear jika  $p < 0.05$ . Hasil uji linearitas dapat dilihat pada Tabel 6 di bawah ini :

**Tabel 6**  
**Hasil Uji Linearitas**

Variabel	F	Sig	P	Keterangan
Kecemasan	9.952	0.002 <sup>a</sup>	$P < 0.05$	Linear
Kecerdasan Spiritual				

Berdasarkan tabel 12 dapat dikatakan bahwa variabel kecemasan dan Kecerdasan Spiritual memiliki hubungan linear. Hal ini terlihat dari nilai signifikansi yang diperoleh yaitu maka  $p < 0.05$ , dapat disimpulkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan linear dan telah memenuhi syarat untuk dilakukan analisa korelasi *Product Moment*.

## 2. Hasil Uji Hipotesis

Setelah uji asumsi diterima, selanjutnya dilakukan uji hipotesis. Hipotesis dalam penelitian ini adalah hubungan positif antara kecemasan dengan Kecerdasan Spiritual. Berdasarkan tujuan penelitian maka dilakukan uji *Pearson Correlation*. Hasil uji statistik dapat dilihat pada tabel 7 di bawah ini :

**Tabel 7**  
**Korelasi Antara Kecerdasan Spiritual dengan Kecemasan**

Analisis	<i>Pearson Correlation</i>	Signifikansi (p)
Kecerdasan Spiritual	-0.289	0.002
Kecemasan		

Berdasarkan hasil analisis korelasi antara Kecerdasan Spiritual dengan Kecemasan diperoleh koefisien korelasi *product moment* sebesar -0.289 dengan sig sebesar 0.002 ( $p < 0.05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa adanya korelasi negatif antara Kecerdasan Spiritual dengan Kecemasan (Priyatno, 2011). Dari hasil perhitungan tersebut, maka

hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini menunjukkan ada hubungan negatif antara Kecerdasan Spiritual dengan Kecemasan diterima.

**Tabel 8**

**Sumbangan Efektif**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0.289 <sup>a</sup>	0.084	0.075	9.692

Berdasarkan tabel 8, Sumbangan Efektif di atas, dapat disimpulkan dalam penelitian ini diperoleh koefisien determinasi *R Square* ( $R^2$ ) sebesar 0.084. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa sumbangan 8.4 persen kecerdasan Spiritual mempengaruhi kecemasan dan selebihnya 91.6 persen dipengaruhi oleh faktor lain, seperti religiusitas, kematangan emosional, percaya diri, *self disclosure*, dan penerimaan diri.

Hasil penelitian pada 111 karyawan yang akan menghadapi masa pensiun yang menjadi subjek penelitian. Diperoleh hasil ada hubungan antara Kecerdasan Spiritual dengan kecemasan dengan koefisien korelasi *product moment* sebesar  $r = 0.289$  dan nilai  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). Artinya semakin tinggi Kecerdasan Spiritual maka semakin rendah kecemasan dan sebaliknya, semakin rendah Kecerdasan Spiritual maka semakin tinggi kecemasan.

Hasil penelitian tersebut, sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawati dan Heri (2010) terhadap pasien pre operasi di Paviliun Mawar

RSUD Jombang. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kecemasan pada pasien pre operasi dengan nilai  $p = 0.01$  dan nilai koefisien korelasi sebesar 0.616. Hal ini menunjukkan bahwa seseorang yang sedang mengalami kecemasan akan mempengaruhi kecerdasan spiritualnya.

Pada penelitian ini diperoleh koefisien determinasi *R Square* ( $R^2$ ) sebesar 0.084 persen. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa 8.4 persen kecerdasan Spiritual mempengaruhi kecemasan karyawan yang akan menghadapi masa pensiun di PT. Perkebunan Nusantara IV Kebun Pabatu sedangkan 91.6 persen dipengaruhi oleh faktor lain. Adapun faktor lain yang turut mempengaruhi kecemasan diantaranya seperti religiusitas, kematangan emosional, percaya diri, *self disclosure*, dan penerimaan diri.

Kategorisasi pada data kecemasan yang dialami oleh karyawan yang akan menghadapi masa pensiun adalah terdapat 57 subjek dengan persentase 51.3 persen karyawan dengan kecemasan rendah, dalam kategori kecemasan sedang terdapat 54 subjek dengan persentase 48.6 persen, dan tidak ada subjek dengan tingkat kecemasan tinggi. Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa rata-rata karyawan yang akan menghadapi masa pensiun memiliki kecemasan yang rendah dalam menghadapi masa pensiunnya yang akan mendatang.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap beberapa karyawan yang akan menghadapi masa pensiun, mereka mengatakan bahwa mereka belum sepenuhnya memiliki persiapan untuk menghadapi masa pensiun dikarenakan

dana pensiun yang akan mereka peroleh nanti akan dipergunakan untuk membangun rumah setelah pensiun dan masih banyak kebutuhan lain yang harus dipersiapkan ketika pensiun nanti salah satunya biaya sekolah anak yang belum tamat, selain itu mereka juga belum memiliki lahan untuk penghasilan mereka ketika sudah pensiun nanti, hal tersebut yang membuat para karyawan yang akan menghadapi masa pensiun merasa cemas. Hal tersebut sesuai dengan aspek kecemasan yaitu reaksi kognitif.

Penelitian ini juga meneliti tingkat kecerdasan spiritual karyawan yang akan menghadapi masa pensiun. Hasil menunjukkan tidak ada subjek dengan tingkat kecerdasan spiritual yang rendah, selain itu terdapat 30 subjek dengan persentase 31.5 persen yang masuk dalam kategori sedang serta banyak sebanyak 81 subjek dengan persentase 68.4 persen yang masuk dalam kategori tingkat kecerdasan spiritual tinggi. Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa rata-rata subjek penelitian memiliki tingkat kecerdasan spiritual yang tinggi. Berdasarkan hasil wawancara terhadap karyawan yang akan menghadapi masa pensiun di PT. Perkebunan Nusantara IV Kebun Pabatu menunjukkan tingkat kecerdasan spiritual sebanyak 30 subjek dengan persentase 31.5 persen, diperoleh informasi bahwa mereka memiliki keyakinan dan percaya akan Tuhan serta cukup taat dalam menjalankan ibadah, namun mereka juga mengakui terkadang mereka masih sering menyalahkan Tuhan ketika mereka sedang menghadapi masalah yang sulit untuk diselesaikan dan lupa untuk menjalankan ibadah dapat dikatakan mereka tidak bertanggung jawab akan masalahnya sendiri, serta mereka juga kurang membangun

renungan spiritualitasnya. Hal ini tidak sesuai dengan dimensi kecerdasan spiritual yaitu, dimensi *value sensing*, *community sensing*.

Terdapat juga sebanyak 81 subjek dengan persentase 68.4 persen yang masuk dalam kategori tingkat kecerdasan spiritual tinggi, mereka mengatakan memiliki keyakinan yang kuat kepada Tuhan serta percaya bahwa segala sesuatu yang terjadi karena rencana Tuhan. Mereka juga mengatakan ketika lingkungan sosial mereka sedang dalam masalah mereka berhak untuk membantu serta tidak perlu merasa khawatir ketika dihadapkan masalah karena mereka yakin pasti Tuhan akan membantu menyelesaikan setiap masalah yang dihadapi. Hal ini sesuai dengan dimensi kecerdasan spiritual yaitu dimensi *value sensing*, *community sensing*.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kecemasan. Semakin tinggi kecemasan yang dihadapi karyawan maka tingkat kecerdasan spiritualnya akan rendah dan sebaliknya semakin rendah kecemasan yang dihadapi maka tingkat kecerdasan spiritualnya akan semakin tinggi.

## KESIMPULAN

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

1. Ada hubungan negatif antara kecerdasan spiritual dengan kecemasan pada karyawan yang akan menghadapi masa pensiun di PT. Perkebunan Nusantara IV Kebun Pabatu dengan korelasi *Product Moment* ( $r$ ) sebesar 0.084 dengan sig sebesar 0.002 ( $p < 0.05$ ), artinya semakin tinggi

kecerdasan spiritual, maka semakin tinggi kecemasan, dan sebaliknya jika semakin rendah kecerdasan spiritual, maka semakin rendah kecemasan.

2. *Mean* empirik dari kecemasan pada karyawan yang akan menghadapi masa pensiun di PT. Perkebunan Nusantara IV Kebun Pabatu secara keseluruhan menunjukkan bahwa kecemasan subjek penelitian lebih rendah daripada populasi pada umumnya. Hal ini dapat dilihat dari nilai *mean* empirik sebesar 89.126 lebih rendah dari *mean* hipotetik yaitu 112.5. Berdasarkan kategori, maka dapat dilihat bahwa 57 orang atau 51.3 persen yang memiliki kecemasan yang rendah, 54 orang atau 48.6 persen yang memiliki kecemasan sedang, dan tidak ada atau 0 persen yang memiliki kecemasan tinggi.
3. *Mean* empirik dari kecerdasan spiritual pada karyawan yang akan menghadapi masa pensiun di PT. Perkebunan Nusantara IV Kebun Pabatu secara keseluruhan menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual subjek penelitian lebih tinggi daripada populasi pada umumnya. Hal ini dapat dilihat dari nilai *mean* empirik sebesar 89.243 lebih tinggi dari *mean* hipotetik yaitu 70. Berdasarkan kategori, maka dapat dilihat bahwa tidak ada orang atau 0 persen yang memiliki kecerdasan spiritual rendah, 30 orang atau 31.5 persen yang memiliki kecerdasan spiritual sedang, dan 81 orang atau 68.4 persen yang memiliki kecerdasan spiritual tinggi.
4. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sumbangan efektif yang diberikan variabel kecerdasan spiritual terhadap variabel kecemasan adalah sebesar 8.4

persen, selebihnya 91.6 persen dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti, seperti religiusitas, kematangan emosional, percaya diri, *self-disclosure*, dan penerimaan diri.

## SARAN

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan, maka peneliti mengemukakan beberapa saran yang diharapkan akan berguna untuk kelanjutan studi korelasional ini.

### 1. Saran bagi karyawan yang akan menghadapi masa pensiun

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka disarankan agar karyawan yang akan menghadapi masa pensiun lebih mempersiapkan diri untuk segala kebutuhan dimasa pensiun dan lebih meningkatkan kebutuhan spiritualnya agar tidak merasa khawatir dalam menghadapi masa pensiun.

### 2. Saran bagi pihak perusahaan

Bagi pihak perusahaan diharapkan agar mengadakan sosialisasi bagi karyawan yang akan menghadapi masa pensiun untuk mengurangi rasa kecemasan karyawan ketika menghadapi masa pensiun.

### 3. Saran kepada peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat meneliti faktor-faktor lain seperti religiusitas, kematangan emosional, percaya diri, *self-disclosure*, dan penerimaan diri yang dapat berpengaruh terhadap kecemasan serta dapat mengembangkan metode dan aspek-aspek dalam membuat skala yang akan digunakan dalam penelitian sehingga mendapatkan hasil yang lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Asdi Mahasatya.
- Asteria, P. V. (2014). *Mengembangkan Kecerdasan Anak Melalui Pembelajaran Membaca Sastra*. Malang: Ub Press.
- Azwar, S. (2012). *Skala Penyusunan Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azzet, A. M. (2015). *Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Bagi Anak*. Jogjakarta: Ar-ruzz Media.
- Correy, G. (2009). *Teori Dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Feist, J & Feist, G. J. (2010). *Teori Kepribadian*. Jogjakarta: Salemba Humanika.
- Kurniawati & Heri, U. (2010). Hubungan Tingkat Kecerdasan Spiritual Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi. *Jurnal Edu Health Vol 1 No 1*. Diunduh dari <http://download.portalgaruda.org>
- Lesmana, D. (2014). Kecerdasan Spiritual dengan Kecemasan menghadapi masa pensiun. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan Vol 02 No 01*. Diunduh dari <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/viewFile/1778/1866>.
- Lukluk, Z. L & Bandiyah, S. (2011). *Psikologi Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Safaria, T. (2007). *Spiritual Intellegence*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Satiadarma, M. P & Waruwu, F. E. (2003). *Mendidik Kecerdasan*. Jakarta: Media Grafika.
- Siyoto, S & Sodik, M. A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta
- Suparni, I. E & Astutik, R. Y. (2016). *Menopause Masalah Dan Penanganannya*. Yogyakarta: Deepublish. Diunduh dari <https://books.google.co.id>
- Suyanto, M. (2006). *15 Rahasia Mengubah Kegagalan Menjadi Kesuksesan Dengan Kecerdasan Spiritual*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Rosliani, N & Ariati, J. (2016). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Pengurus Ikatan Lembaga Mahasiswa Psikologi Indonesia. *Jurnal Empati Volume 5 No 4*. Diunduh dari <https://media.neliti.com/media/publications/67079-ID-hubungan-antara-regulasi-diri-dengan-kec.pdf>.
- Widjajanto, J. (2009). *PHK dan Pensiun Dini, Siapa Takut?*. Jakarta: Penebar Swadaya.