

**PENGARUH KONSEP DIRI TERHADAP TINGKAT KECEMASAN  
MENGHADAPI MASA PENSIUN PADA PEGAWAI NEGERI SIPIL  
DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN DAN PENANAMAN  
MODAL KABUPATEN SUMENEP**

**SKRIPSI**

**Oleh:  
KARTINI SOFIA  
NIM: 03410079**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) MALANG  
2007**

**PENGARUH KONSEP DIRI TERHADAP TINGKAT KECEMASAN  
MENGHADAPI MASA PENSIUN PADA PEGAWAI NEGERI SIPIL  
DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN DAN PENANAMAN  
MODAL KABUPATEN SUMENEP**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Dekan Fakultas Psikologi UIN Malang  
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)

**Oleh:**  
**KARTINI SOFIA**  
**NIM: 03410079**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) MALANG**  
**2007**

**PENGARUH KONSEP DIRI TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI MASA PENSIUN PADA  
PEGAWAI NEGERI SIPIL DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN  
DAN PENANAMAN MODAL KABUPATEN SUMENEP**

**SKRIPSI**

**Oleh:  
KARTINI SOFIA  
NIM: 03410079**

Telah Disetujui Oleh:  
Dosen Pembimbing

Drs. A. Khudori Soleh, M.Ag  
NIP. 150 299 504

Tanggal 04 Oktober 2007

Mengetahui  
Dekan

Drs. H. Mulyadi, M.Pd.I  
NIP: 150 206 243

**PENGARUH KONSEP DIRI TERHADAP TINGKAT KECEMASAN  
MENGHADAPI MASA PENSIUN PADA PEGAWAI NEGERI SIPIL  
DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN DAN PENANAMAN  
MODAL KABUPATEN SUMENEP**

**SKRIPSI**

**Oleh:  
KARTINI SOFIA  
NIM: 03410079**

Telah Dipertahankan Di depan Dewan Penguji  
dan Dinyatakan Diterima Sebagai Salah Satu Persyaratan  
untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)  
Tanggal 24 Oktober 2007

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

**TANDA TANGAN**

1. Drs. H. Yahya, M.A (Penguji Utama)

\_\_\_\_\_  
NIP. 150 246 404

2. Fathul Lubabin Nuqul, M. Si. (Ketua/Penguji)

\_\_\_\_\_  
NIP. 150 327 249

3. Drs. A. Khudori Soleh, M.Ag (Sekretaris/Pembimbing)

\_\_\_\_\_  
NIP. 150 299 504

Mengesahkan  
Dekan Fakultas Psikologi

Drs. H. Mulyadi, M.Pd.I  
NIP: 150 206 243

## **SURAT PERNYATAAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Kartini Sofia

NIM : 03410079

Fakultas : Psikologi

Judul Skripsi : Pengaruh Konsep Diri terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi  
Masa Pensiun pada Pegawai Negeri Sipil Dinas Perindustrian,  
Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep

Menyatakan bahwa skripsi tersebut adalah karya saya sendiri dan bukan karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Malang, 04 Oktober 2007

Yang menyatakan,

Kartini Sofia

## **MOTTO**

*“Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”  
(Ali ‘Imran: 139)*

Ku persembahkan seluruh karyaku untuk  
Ayah dan Ibunda tercinta  
Atas segala kasih sayang, dorongan dan pengorbanan  
serta do'a yang tiada henti  
Semoga panjang umur dan bahagia di hari tuamu...  
Amien...

SpEisial ThankS tO:

#Mb' dEc (Almh), yAng Semasa hiDupnya slAlu MemBerI DukUngan dan MemBantu Segalnya,  
(sampai SaAt inipuN aKu mAsih BerUsaha Untuk pErCaya bAhwa kamU udAh PerGi 'Tuk  
SelamanYa) MaKasih ataS kasih sayangmu "sEbagaI ibU kedUaku", dah ngajaRin Aku BanyaK  
haL n Slalu nuRutin mauKu.

ILuVU & MiSsu mUch.

#Mb' Int, yang Sekarang jaDi satU"nYa ka"kk, makAsih atas dUkungaAn, dOronGan N  
bUlananNya (Next, Rutin ya...), cepEt niKah dong... caLonnYa kan daH ada, Nunggu pa laGi sech?!

#adik"Ku, de JabaR, seMangat dong Kuliahnya... de Alan, bela Jar yAng rajin, u caNdObEtter,  
BwAt teMen keCilku de taTa, Walo kmu Suka nYengaNych n Nyebelin, kamU slalU denGerin  
cURhatanku N nemeNin aku Bobo, thanks ya...Btw janGan kaya Tom & Jerry dong sama  
k'Alannya...

#KeluaRga Sawojajar, MakaSih banyaK atas seGala BantUanNya

#AA, makaSih uDah nemeNin Sampe skaRang n banyAk baNtu, mO deNgerin keluH keSahku N  
menghiBur saat aKu sedih, becouse of U...(cie..hUeK..!)

#p' An, MakaSih banYak atas Bantuannya, seMoga cEpet dApet Hidayah, Amien..

#sohiB"ku, Nyit, Ilul, Jin, Uyunk, Poenk, No matter what hAppenS,  
as Long as U have smile, a SincEre Heart & a Good MiNd,

Our FrieNdship wiLL be 4evEr...caYoo GiRlz...!!

#BobAn as My computer's doctor, suWun seng Uakch.... yo..! daH g' mUnGut biAya he...3x. bTw  
SkripsiNya cePet diGarap dong...

#tEmen sePejuangAn, BintAn, keep SpiriT n Cayoo!!

# alL My pRendS keLas B, especially4 aRman AlFonso (maKasih piNjeman TasnYa..)

#TemeN bO"ku, FaRibonG, yang suKa BaNgunin bWt soLat ShuBuh (he3x)

#teMen" KP 70, yang lmuT", mAnieZ" NzExy", da Mb Ade (wah..kalo Mangkel ma OranG serem  
banGet!), NceP YoyEh..., Ida, lis sAyuti, GaLoc, shiNta, UluL, naNi, anA n Ki"

# For eVeryOne, yang uDah BantUin tapi GaK keSebut diSini,  
mAap Ya... n SuWun seng uWAaaaKch yooo....!

## KATA PENGANTAR



*Alhamdulillah Rabbal Alamien...*, segala puji syukur kami panjatkan kepada Allah SWT, Yang tidak ada daya upaya melainkan dari-Nya, Yang telah memberikan segala Nikmat dan Rahmat-Nya serta kekuatan dan kemudahan kepada hambanya dalam melaksanakan amanah hidup. Shalawat dan salam kami haturkan pada junjungan kami nabi Muhammad SAW yang telah menyampaikan risalah-Nya kepada umat manusia.

Ucapan terimakasih tak lupa pula penulis sampaikan kepada pihak-pihak yang telah banyak membantu penulis dalam pembuatan karya tulis ini, antara lain;

1. Drs. Imam Suprayogo selaku Rektor universitas Islam Negeri Malang
2. Drs. H. Mulyadi, M.Pd.i selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang
3. Drs. A. Khudori Shaleh, M.Ag selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan arahan tentang pelaksanaan penelitian dan pembuatan karya tulis ini.
4. Kepada seluruh dosen Fakultas Psikologi yang membantu dan memberikan arahan dalam penyusunan karya tulis ini.
5. Ayah dan ibunda tercinta atas segala kasih sayang, dorongan dan pengorbanan serta do'a yang tiada henti sehingga karya tulis ini dapat terselesaikan dengan baik



6. Rekan-rekan yang telah membantu dan memotivasi demi terselesaikannya karya ini
7. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu-persatu yang telah banyak membantu pelaksanaan penelitian maupun penyusunan karya tulis ini.

Karya tulis ini penulis susun untuk memenuhi syarat untuk mendapat gelar sarjana strata 1. Dalam penulisan karya ini tentunya penulis tidak luput dari kekeliruan ataupun kekurangan, oleh karenanya, kritik dan masukan yang bersifat membangun sangat penulis harapkan untuk perbaikan ke depan.

Terakhir, penulis ucapkan banyak terima kasih dan mohon maaf sebesar-besarnya atas segala kesalahan dan kekurangan.

Malang, 04 Oktober 2007

Penulis

Kartini Sofia

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
SURAT PERNYATAAN .....	v
MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
ABSTRAK.....	xvi

### BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian .....	10
D. Manfaat Penelitian .....	11

### BAB II KAJIAN TEORI

A. Konsep Diri	
----------------	--

1. Pengertian Konsep Diri.....	12
2. Perkembangan Konsep Diri .....	14
3. Dimensi Konsep Diri .....	16
4. Pola Konsep Diri .....	21
5. Konsep Diri Muslim .....	26
6. Tingkatan Kosep Diri dalam Islam .....	27
<b>B. Kecemasan</b>	
1. Pengertian Kecemasan.....	29
2. Gejala Kecemasan .....	31
3. Sebab-sebab Kecemasan.....	33
4. Macam-macam serta Bentuk Timbulnya Kecemasan .....	34
5. Terapi Kecemasan .....	35
<b>C. Pensiun</b>	
1. Definisi Pensiun .....	37
2. Jenis-jenis Pensiun .....	40
3. Fase Penesuaian Diri pada Saat Pensiun .....	40
4. Perubahan-perubahan Akibat Pensiun.....	43
<b>D. Pengaruh Konsep Diri Terhadap Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Masa Pensiun .....</b>	
	45

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....	48
B. Identifikasi Variabel .....	48

C. Definisi Operasional.....	49
D. Populasi dan Sampel .....	49
E. Metode Pengumpulan Data.....	50
F. Kerangka Penelitian .....	54
G. Proses Penelitian .....	55
H. Analisa Validitas dan Reliabilitas.....	56
1. Validitas .....	56
2. Reliabilitas.....	60
I. Teknik Analisa Hasil Penelitian.....	62

#### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Lokasi Penelitian	
1. Profil .....	65
2. Dasar Hukum .....	66
3. Visi dan Misi .....	67
4. Strategi dan Arah Kebijakan .....	68
5. Intensifikasi dan Ekstensifikasi Pendapatan Daerah.....	71
B. Penyajian dan Analisa Data	
1. Pengkategorian Konsep Diri .....	71
2. Pengkategorian Kecemasan .....	73
3. Pengujian Hipotesis .....	75
C. Pembahasan .....	76

**BAB V PENUTUP**

A. KESIMPULAN.....81

B. SARAN .....82

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN-LAMPIRAN**

## **DAFTAR TABEL**

- Tabel 3.1 Skor Skala Likert
- Tabel 3.2 Blue Print Angket Konsep Diri
- Tabel 3.3 Blue Print Angket Kecemasan
- Tabel 3.4 Validitas Skala Konsep Diri
- Tabel 3.5 Blue Print Skala Konsep Diri
- Tabel 3.6 Validitas Skala Tingkat Kecemasan
- Tabel 3.7 Blue Print Skala Kecemasan
- Tabel 3.8 Reliabilitas
- Tabel 4.1 Norma Kelompok
- Tabel 4.2 Kategori Tingkat Konsep Diri
- Tabel 4.3 Perincian Pengkategorian Variabel Konsep Diri
- Tabel 4.4 Diagram Porsentase Konsep Diri
- Tabel 4.5 Kategori Tingkat Kecemasan
- Tabel 4.6 Perincian Pengkategorian Variabel Kecemasan
- Tabel 4.7 Diagram Porsentase Kecemasan
- Tabel 4.8 Hasil Regresi

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 : Angket Konsep Diri & Kecemasan
- Lampiran 2 : Angket Konsep Diri & Kecemasan (valid)
- Lampiran 3 : Data Kasar Konsep Diri & Kecemasan
- Lampiran 4 : Reliabilitas Konsep Diri & Kecemasan (beserta aitem gugur)
- Lampiran 5 : Reliabilitas Konsep Diri & Kecemasan (aitem valid)
- Lampiran 6 : Frekuensi Konsep Diri & Kecemasan
- Lampiran 7 : Hasil Regresi
- Lampiran 8 : Daftar Nama PNS Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kab. Sumenep yang akan Pensiun

## ABSTRAK

Sofia, Kartini. 2007. **Pengaruh Konsep Diri Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Pegawai Negeri Sipil (PNS) Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep**. Skripsi. Malang: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang.

**Kata Kunci : Konsep Diri, Kecemasan, Pensiun**

Konsep diri sebagai suatu sikap pandang terhadap diri sendiri merupakan dasar bagi tingkah laku individu dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Konsep diri terbentuk sesuai dengan bagaimana individu dan orang lain menilai dirinya. Dalam bidang pekerjaan, konsep diri memiliki peran yang sangat penting untuk memotivasi dirinya dalam bekerja. Individu akan mengalami perubahan konsep diri ketika dirinya mendekati masa pensiun. Karena sebagian orang seringkali menganggap pensiun sebagai kenyataan yang tidak menyenangkan sehingga menjelang masanya tiba sebagian orang sudah merasa cemas karena tidak tahu kehidupan macam apa yang akan dihadapi kelak. Kecemasan menghadapi masa pensiun ini seharusnya tidak perlu terjadi jika konsep diri individu tersebut cukup baik.

Rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah bagaimanakah tingkat konsep diri PNS? Bagaimanakah tingkat kecemasannya dalam menghadapi masa pensiun? dan Bagaimanakah pengaruh konsep diri terhadap kecemasan PNS dalam menghadapi masa pensiun? sedangkan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat konsep diri dan tingkat kecemasan PNS Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep, dan seberapa besar pengaruh konsep diri terhadap tingkat kecemasan PNS dalam menghadapi masa pensiun.

Pendekatan penelitian ini adalah kuantitatif, sedangkan jenis penelitian yang dipakai adalah asosiatif yaitu penelitian yang bertujuan untuk menyelidiki hubungan atau pengaruh antar variabel dan seberapa jauh hubungan atau pengaruh variabel tersebut terhadap variabel yang lain. Penelitian ini adalah penelitian populasi karena terdapat 11 PNS yang akan menghadapi masa pensiun dalam waktu dekat. Pengujian validitas aitem menggunakan Product Moment, sedangkan untuk menguji reliabilitas angket menggunakan Alpha Cronbarch. Untuk mengetahui pengaruh antara dua variabel tersebut digunakan analisa regresi.

Dari hasil penelitian diketahui bahwa tingkat konsep diri PNS Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep berada pada tingkat sedang dengan persentase 82%, begitu pula dengan tingkat kecemasannya. Analisa regresi pada penelitian ini mendapatkan hasil  $R=0,754$  sedangkan nilai  $R$  square sebesar 0,568 dengan nilai signifikansi  $0,038/p<0,05$  artinya hipotesis dalam penelitian ini terbukti bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara konsep diri terhadap tingkat kecemasan PNS dalam menghadapi masa pensiun. Sedangkan besarnya pengaruh Konsep Diri terhadap Kecemasan yaitu  $56,8\%$  ( $R$  square  $=0,568 \times 100 = 56,8\%$ ) sementara sisanya dipengaruhi oleh sebab-sebab lain.



## ABSTRACT

Sofia, Kartini. 2007. **The Influence of Self Concept to Anxiety Level Facing Retried Period of Civil Servant at Industry, and Capitalization Agency in Sub-Province of Sumenep.** Mini-Thesis. Malang: Faculty of Psychology, Islamic State University of Malang.

**Key Word : Self Concept, Anxiety, Retried**

Self concept as a view of behaving to oneself are fundamental of individual attitude on their interaction with their environment. Self concept formed according to how individual and other people assessing themselves. In work area, self concept has important role to motivate themselves in working. Individual will feel such change of self concept when they close to retired period. Because some of people often assuming retired as inconvenience fact so that when it almost come, some of people feel worry because they don't know somehow their life will be. The anxiety to face retired period shouldn't need happened if individual self concept are good enough.

The formula of this research are how self concept and the anxiety of Civil Servant at Industry, Commerce, and Capitalization Agency in Sub-province Sumenep? And how the influence of self concept to the anxiety level of civil servant to face retired period?. The aim of this research are to know self concept and anxiety level of civil servant, and how much the influence of self concept to anxiety level of civil servant facing their retired.

The approach that used in this research is quantitative, while its research type is associative that is the research with the aim to find out relationship or influence to the other variable. This research is population research because there are 11 civil servant that will face retired period during near time. Item validity examination used product moment, while to test enquette reliability we used alpha cronbach. To know the influence between those variable, we used regression analysis.

By the result of this research we know that self concept of Civil Servant at Industry, Commerce, Capitalization Agency in Sub-province Sumenep are residing at level intermediate with percentage of 82%, so also with the anxiety level. Regression analysis of this research get the result of  $R=0,574$  while  $R$  square value is 0,568 with signification  $0,038 < p < 0,05$  that means the hypothesis on this research proved that there is significant influence between self concept to anxiety level of Civil Servant to face retired period. Meanwhile the influence of self concept to the anxiety is 56,8% ( $R$  square =  $0,568 \times 100 = 56,8\%$ ) while the residue influenced by the other causes.

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. LATAR BELAKANG

Manusia sebagai *zoon politicon* adalah makhluk sosial yang hidup tidak lepas dari proses interaksi dengan orang lain. Eksistensinya sangat bergantung pada lingkungan di sekitarnya karena sejak lahir lingkungan akan membentuk kepribadian individu dan menjadikannya sebagai bagian integral.

Manusia tidak terlepas dari aktivitas bekerja. Ada orang yang bekerja untuk mencari uang, ada yang bekerja untuk mengisi waktu luang, ada pula yang bekerja untuk mencari identitas, dan lain sebagainya. Apapun alasan manusia bekerja, semuanya adalah untuk memenuhi kebutuhannya.

Menurut Maslow kebutuhan manusia secara garis besar dapat dibagi atas: kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan dimiliki, kebutuhan harga diri, dan aktualisasi diri.<sup>1</sup> Alasan seseorang bekerja bisa memenuhi salah satu kebutuhan yang diutarakan oleh Abraham Maslow, misalnya untuk kebutuhan aktualisasi diri, harga diri serta fisiologis ataupun kebutuhan akan materi.

Bila ditelusuri lebih jauh, selain untuk memenuhi kebutuhan materi, suatu pekerjaan juga berkaitan dengan kebutuhan psikologis seseorang. Secara materi, orang bisa memenuhi kebutuhan sandang pangan melalui bekerja. Sedangkan secara psikologis arti bekerja adalah menimbulkan rasa identitas,

---

<sup>1</sup> Atkinson R.L., et. all. *Pengantar Psikologi*. Jilid I. Terjemah Nur Jennah dan Rukmini Burhan (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2000) hal. 21S

status, ataupun fungsi sosial. Seseorang akan merasa berharga jika ia bisa mengatakan posisi dan pekerjaannya. Semakin lama seseorang bekerja, tentunya identitas itu akan semakin melekat pula.

Dalam proses interaksi sosial inilah individu tumbuh dan mulai belajar mengidentifikasi dirinya sendiri yaitu individu mulai membangun konsep diri yakni sebuah sikap pandang terhadap dirinya sendiri dan sebagai penentu tingkah laku.

Dari konsep diri inilah kemudian, memunculkan manifestasi perilaku individu yang berbeda pula, individu dengan pola konsep diri yang positif akan memiliki predisposisi yang mengarah pada pengembangan kualitas kediriannya. Sebaliknya, pada individu dengan pola konsep diri yang negatif, cenderung menempatkan individu tersebut pada penolakan terhadap lingkungan akibat perasaan inferioritasnya.

Ini sejalan dengan derajat konsep diri menurut Hurlock yang mengemukakan bahwa individu yang memiliki konsep diri yang positif, akan mengembangkan sifat-sifat percaya diri, harga diri dan kemampuan untuk melihat dirinya secara realistis, dapat menilai hubungan orang lain secara tepat sehingga menumbuhkan penyesuaian pribadi dan Sosial yang baik hal yang berkebalikan pada individu yang memiliki konsep diri negatif, akan mengembangkan perasaan tidak mampu, rendah diri, ragu dan kurang percaya diri sehingga menimbulkan penyesuaian pribadi dan sosial yang buruk.<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> Hurlock, Elizabeth. *Psikologi Perkembang, suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi Kelima (Jakarta; Penerbit Erlangga, 1999) hal. 238

Eksistensi individu dalam lingkungannya, selain dapat kita teliti dari pola kognitif dan eksternal, juga pada kepribadian individu yakni konsep diri. Individu yang memiliki konsep diri yang positif cenderung menginginkan kompetisi sebagai aktualisasi dirinya, Sebaliknya individu yang memiliki konsep diri yang negatif cenderung mengalah pada kompetisi di lingkungannya.

Menurut Stuart dan Sundeen konsep diri merupakan semua ide, pikiran, kepercayaan dan pendirian yang diketahui individu tentang dirinya dan mempengaruhi individu dalam berhubungan dengan orang lain.<sup>3</sup> Hurlock menuliskan bahwa konsep diri sebenarnya ialah gambaran yang dimiliki orang tentang dirinya. Konsep diri ini merupakan gabungan dari keyakinan yang dimiliki orang tentang diri mereka sendiri, yang berkaitan dengan karakteristik fisik, psikologis, sosial dan emosional, aspirasi serta prestasi. Konsep seseorang mengenai siapa dirinya. Konsep ini merupakan bayangan cermin, yang ditentukan sebagian besar oleh peran dan hubungan dengan orang lain dan reaksi orang lain terhadapnya.<sup>4</sup>

Konsep diri merupakan hal yang penting artinya dalam kehidupan seseorang, karena konsep diri menentukan bagaimana seseorang bertindak dalam berbagai situasi. Menurut Fitts konsep diri merupakan aspek penting

---

<sup>3</sup> Keliat, Budi Anna. *Gangguan Konsep diri* (Jakarta; Penerbit Buku Kedokteran EGC, 1992) hal. 2

<sup>4</sup> Hurlock, Elizabeth. *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Hal. 58

dalam diri seseorang karena konsep diri merupakan kerangka acuan seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungannya.<sup>5</sup>

Hurlock mengatakan bahwa seseorang yang mempunyai konsep diri positif adalah jika ia berhasil mengembangkan sifat-sifat percaya diri, harga diri dan mampu melihat dirinya secara realistis.<sup>6</sup> Dengan adanya sifat-sifat seperti ini orang tersebut akan mampu berhubungan dengan orang lain secara akurat dan hal ini akan mengarah pada penyesuaian diri yang baik di lingkungan sosial. Orang yang mempunyai konsep diri negatif sebaliknya akan merasa rendah diri, inadkuat, kurang percaya diri. Diprediksi bahwa orang yang mempunyai konsep diri negatif akan mengalami hambatan dalam proses penyesuaian dirinya di lingkungan baru.

Konsep diri tiap individu berbeda-beda sebab setiap individu memiliki ciri khas pribadi. Dalam bidang pekerjaan, konsep diri memiliki peran yang sangat penting untuk memotivasi dirinya dalam bekerja. Konsep diri individu akan berubah ketika kondisi fisik individu tersebut mengalami perubahan. Dalam pekerjaan, kondisi fisik sangat menentukan kelanjutan proses kerja individu pada beberapa bidang. Salah satu contoh adalah pada individu yang bekerja sebagai Pegawai Negeri Sipil (PNS). Individu akan mengalami perubahan konsep diri ketika dirinya mendekati masa pensiun. Hal ini berhubungan dengan kondisi fisik dan produktifitas kerja individu tersebut.

---

<sup>5</sup> Fitts, William, H. *The Self Concept & Self Actualization*. Research Monograph no. 3 (Los Angeles: Western Psychological services, 1974). Hal, 104

<sup>6</sup> Hurlock, Elizabeth. *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Hal. 59

Kondisi fisik manusia untuk bekerja ada batasannya, semakin tua seseorang, semakin menurun kondisi fisiknya, maka beriringan dengan hal itu produktivitas kerja pun akan menurun. Pada waktunya seseorang akan diminta untuk berhenti bekerja, yang awamnya dikenal dengan istilah 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. Dalam era modern seperti sekarang ini, pekerjaan merupakan salah satu faktor terpenting yang bisa mendatangkan kepuasan (karena uang, jabatan dan memperkuat harga diri). Oleh karenanya, sering terjadi orang yang pensiun tidak bisa menikmati masa tua dengan hidup santai, bahkan sebaliknya, mereka mengalami problem serius (kejiwaan ataupun fisik)

Pensiun pada umumnya dialami oleh banyak orang dengan perasaan negatif atau tidak senang. Bahkan mereka yang belum siap mentalnya, benar-benar mengalami *shock* atau kejutan mental hebat. Sebab kejadian tersebut dianggap sebagai kerugian, degradasi sosial, ataupun hal yang memalukan.<sup>7</sup> Tidak heran masa pensiun ini menimbulkan masalah psikologis baru bagi yang menjalaninya, karena banyak dari mereka yang tidak siap menghadapi masa ini. Ketidak-siapan menghadapi masa pensiun pada umumnya timbul karena adanya kecemasan dan kekhawatiran tidak dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan tertentu.

---

<sup>7</sup> Kartono, Kartini. *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam* (Bandung; Mandar Maju, 1989) hal. 232

Tiap individu memiliki rasa cemas dalam dirinya, hal ini merupakan fitrah manusia. Perbedaannya terletak pada cara individu meredam dan mengatasi kecemasan yang sedang dialaminya. Ada individu yang tidak mampu untuk mengatasi kecemasan dalam dirinya tetapi ada pula yang mampu mengatasinya dengan baik.

Pada Pegawai Negeri Sipil (PNS), kecemasan yang sering terjadi adalah ketika mendekati masa-masa pensiun. Kecemasan menghadapi masa pensiun ini seharusnya tidak perlu terjadi jika konsep diri dalam individu tersebut cukup baik. Dengan kata lain, individu tersebut akan mampu untuk menghadapi masa pensiunnya dengan baik. Hal tersebut tergantung dari konsep diri yang dimilikinya. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Astuti sebagaimana dikutip oleh Mashud mengungkapkan bahwa individu cenderung dapat meminimalisir kecemasannya apabila ia memiliki pola konsep diri dan penyesuaian diri yang positif.<sup>8</sup>

Konsep diri individu mampu memberikan kontribusi terhadap dirinya saat menghadapi masa pensiun. Masa pensiun penuh dengan kecemasan karena pensiun menyebabkan seseorang kehilangan peran (*role*), identitas dalam masyarakat yang dapat mempengaruhi harga diri mereka. Pensiun akan menyebabkan seseorang kehilangan perannya dalam masyarakat yang selanjutnya mempengaruhi statusnya dan pada akhirnya bisa mempengaruhi konsep diri menjadi negatif. Akibat psikologis dari hal ini adalah nantinya

---

<sup>8</sup> Mashud. *Hubungan antara konsep Diri dengan Kecemasan Menghadapi Pertandingan Sepak Bola Kelas Junior SBB Brawijaya 82 Malang* (Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Negeri Malang, 2003)

akan mempengaruhi kesehatan mental seseorang, dan juga proses penyesuaian dirinya.

Konsep diri sebagai suatu sikap pandang terhadap diri sendiri merupakan dasar bagi tingkah laku individu dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Konsep diri terbentuk sesuai dengan bagaimana ia sendiri dan orang lain melihat serta menilai dirinya. Begitu pula dengan harapan ideal individu mengenai dirinya sendiri dan seberapa jauh kesenjangan antara harapan dan kenyataan yang ada, seluruh penilaian tersebut akan termanifestasi ke dalam bentuk perilaku individu yang bersangkutan. Individu kerap mempertahankan reputasi sosialnya dengan sengaja menunjukkan pandangan tertentu tentang dirinya kepada orang lain.

Seseorang dengan konsep diri negatif akan menghadapi informasi/penilaian mengenai dirinya yang tidak dapat diterimanya dengan baik sebagai ancaman. Sebaliknya yang terjadi pada seseorang dengan konsep diri positif, yang memiliki “wadah mental” yang cukup luas untuk menerima segala informasi mengenai dirinya (baik itu bersifat positif, maupun yang negatif), akan mampu menerima dirinya apa adanya, serta tidak menganggap hal tersebut sebagai sebuah ancaman.<sup>9</sup>

Pada beberapa daerah (misalnya Sumenep) terjadi hal seperti di atas, yaitu Pegawai Negeri Sipil (PNS) mengalami kecemasan ketika menghadapi masa pensiun. Contohnya kecemasan Pegawai Negeri Sipil menghadapi masa pensiun di kantor Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal

---

<sup>9</sup> Calhoun & Acocella. *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan* (Semarang: Penerbit IKIP Semarang, 1990) hal. 67



Kabupaten Sumenep, dimana fenomena yang terjadi adalah Pegawai Negeri Sipil merupakan salah satu bentuk pekerjaan yang sangat diinginkan oleh kebanyakan orang di sana. Sehingga seorang yang mendapatkan kesempatan untuk bekerja sebagai pegawai negeri cenderung lebih dihormati dan disegani oleh masyarakat. Namun ketika mereka harus menghadapi kenyataan bahwa mereka harus pensiun dari pekerjaannya, mereka merasa tidak berarti lagi, kehilangan prestise dalam masyarakat. Biasanya dampak dari hal tersebut adalah mudah tersinggung, kecemasan yang berlebihan dan lain sebagainya. Sedangkan fenomena yang terjadi pada "calon" pesiunan di kantor disperindag, sebagian dari mereka cenderung mudah tersinggung dan mengeluh, sebagian yang lain mulai mencemaskan kondisi keuangan keluarga dan masa depan anak-anak mereka. Konsep diri Pegawai Negeri Sipil (PNS) di Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep seringkali tidak tertata atau mengalami kekacauan ketika menghadapi masa pensiun. Kecemasan yang muncul akhirnya makin hari makin bertambah karena kurangnya kontrol dari konsep diri yang dimilikinya.

Kecemasan yang melanda Pegawai Negeri Sipil (PNS) tersebut memiliki dampak negatif pada aktifitas sehari-hari. Dari observasi awal yang dilakukan oleh peneliti didapatkan bahwa jauh hari sebelum menghadapi pensiun mereka biasanya mulai menghitung-hitung masalah keuangan (pemasukan dan pengeluaran), kemudian dapat dipastikan mereka akan mulai mencari pekerjaan lainnya untuk menutupi kebutuhan ekonomi mereka yang menurutnya masa pensiun adalah masa tidak bekerja dan otomatis dalam hal

ekonomi mereka merasa kekurangan, jadi dengan sedikit dipaksa mereka mengharuskan dirinya untuk memperoleh pekerjaan yang mampu memberikan pemasukan (minimal) setara dengan gaji saat dirinya menjadi Pegawai Negeri Sipil (PNS).

Konsep diri yang seharusnya dapat dijadikan kontrol bagi individu, tetapi untuk sebagian Pegawai Negeri Sipil (PNS) di Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep malah sebaliknya, yaitu kebutuhan ekonomi, aktualisasi diri, posisi dan martabat yang seringkali mengontrol konsep diri dalam dirinya. Sehingga dapat dipastikan Pegawai Negeri Sipil (PNS) disana berusaha sekuat tenaga menutupi kecemasannya menghadapi masa pensiun.

Dengan kata lain, konsep diri Pegawai Negeri Sipil (PNS) di Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep kebanyakan kurang mampu untuk meredam kecemasannya menghadapi masa pensiun. Kita dapat membayangkan jika konsep diri yang seharusnya mampu mengontrol individu dalam bersikap ternyata tidak berfungsi sebagaimana mestinya, maka yang terjadi adalah individu tersebut akan melakukan aktifitasnya tanpa kontrol yang memadai. Jika Pegawai Negeri Sipil (PNS) di Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep mampu mempertahankan konsep diri dirinya dengan baik maka dimungkinkan Pegawai Negeri Sipil (PNS) tersebut akan mampu berjalan seimbang (mampu mengatasi kecemasannya) meskipun menghadapi masa pensiun.

Dari fenomena diatas, dapat ditarik benang merah bahwa sesungguhnya konsep diri memiliki pengaruh terhadap kecemasan Pegawai Negeri Sipil (PNS) menghadapi masa pensiun. Hal tersebut dapat dilihat dari aktifitas Pegawai Negeri Sipil (PNS) menjelang masa pensiun. Dari paparan diatas peneliti merasa tertarik untuk meneliti lebih mendalam tentang konsep diri dan kecemasan Pegawai Negeri Sipil (PNS) khususnya di Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep. Atas dasar tersebut peneliti mengambil topik penelitian dengan judul **“Pengaruh Konsep Diri terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Masa pada Pegawai Negeri Sipil Pensiun Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep”**

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah yang dikemukakan adalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah tingkat konsep diri Pegawai Negeri Sipil Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep?
2. Bagaimanakah tingkat kecemasan Pegawai Negeri Sipil Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep dalam menghadapi masa pensiun?
3. Bagaimanakah pengaruh konsep diri terhadap tingkat kecemasan Pegawai Negeri Sipil Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep dalam menghadapi masa pensiun?

### **C. Tujuan Penelitian**

Sedangkan tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat konsep diri Pegawai Negeri Sipil Dinas perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep
2. Untuk mengetahui tingkat kecemasan Pegawai Negeri Sipil Dinas perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep dalam menghadapi masa pensiun
3. Untuk mengetahui pengaruh konsep diri terhadap tingkat kecemasan Pegawai Negeri Sipil Dinas perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep dalam menghadapi masa pensiun

### **D. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah :

1. Manfaat Teoritis
  - a. Sebagai bahan kajian tambahan bagi mahasiswa psikologi yang berminat untuk mempelajari psikologi pendidikan maupun sosial.
  - b. Sebagai penambah wawasan dan pengalaman bagi penulis dalam penelitian ini.
2. Manfaat Praktis
  - a. Diharapkan bagi Pegawai Negeri Sipil (PNS) khususnya Pegawai Negeri Sipil (PNS) di Kabupaten Sumenep mampu memperbaiki dan mempertahankan konsep dirinya dengan baik sehingga akan mampu untuk meredam dan mengatasi kecemasannya menjelang masa pensiun.

- b. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan rujukan dalam penelitian-penelitian yang akan datang.
- c. Bagi masyarakat luas diharapkan dapat memberikan cerminan tentang hal-hal yang berkenaan dengan konsep diri dan kecemasan menghadapi masa pensiun.

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. KONSEP DIRI

##### 1. Pengertian Konsep Diri

Pertanyaan mengenai “Siapakah Saya?” sejak dulu sudah menarik perhatian para ahli. Pertanyaan mengenai konsep dari *self* (*konsep diri*) mendorong para peneliti untuk mencari hakekat dari *self*, pengaruh *self* terhadap interaksi sosial dan hubungan interpersonal seseorang.

Chaplin menyatakan bahwa konsep diri (*self concept*) adalah evaluasi individu mengenai diri sendiri; penilaian atau penaksiran mengenai diri sendiri oleh individu yang bersangkutan.<sup>10</sup>

Kartini Kartono dalam Kamus Psikologinya menuliskan bahwa konsep diri merupakan keseluruhan yang dirasa dan diyakini benar oleh seseorang mengenai dirinya sebagai seorang individu; ego dan hal-hal yang dilibatkan di dalamnya.<sup>11</sup>

Menurut Stuart dan Sundeen sebagaimana dikutip oleh Keliat, konsep diri merupakan semua ide, pikiran, kepercayaan dan pendirian yang diketahui individu tentang dirinya dan mempengaruhi individu dalam berhubungan dengan orang lain.<sup>12</sup>

---

<sup>10</sup> Chaplin J.P. *Kamus Lengkap Psikologi* (Jakarta: Rajawali Pers, 2004) hal. 451

<sup>11</sup> Kartono, Kartini & Dali Gulo. *Kamus Psikologi*. (Bandung: CV Pionir Jaya, 2003) hal. 440

<sup>12</sup> Keliat, Anna. *Gangguan konsep diri* (Jakarta: penerbit buku kedokteran EGC, 1992) hal. 2

Calhoun & Acocella menjelaskan bahwa konsep diri adalah gambaran mental diri sendiri yang terdiri dari pengetahuan tentang diri sendiri, pengharapan bagi diri sendiri, dan penilaian terhadap diri sendiri.<sup>13</sup>

Rosenberg sebagaimana dikutip oleh Burns mendefinisikan konsep diri sebagai perasaan harga diri atau sebagai suatu sikap positif atau negative terhadap suatu obyek khusus yaitu "diri". Perasaan harga diri menyatakan secara tidak langsung bahwa dia seorang yang berharga, menghargai dirinya sendiri terhadap sebagai apa dia sekarang, tidak mencela tentang apa yang tidak ia lakukan, dan tingkatan dia merasa positif tentang dirinya sendiri. Perasaan harga diri yang rendah menyiratkan penolakan diri, penghinaan diri dan evaluasi diri yang negatif.<sup>14</sup>

Konsep diri merupakan istilah yang sering digunakan untuk menunjukkan bagaimana seorang individu membuat penilaian tentang dirinya sendiri. Berdasarkan uraian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa konsep diri merupakan suatu definisi untuk menjelaskan tentang bagaimana cara seseorang memandang dirinya sendiri, memberikan penilaian (baik secara fisik, psikologis, maupun sosial) dan kemampuan untuk mengembangkan harapan-harapan terhadapnya. Konsep diri ini merupakan gabungan dari keyakinan yang dimiliki tentang diri mereka sendiri secara luas baik mengenai fisik, psikologis, sosial dan emosional.

---

<sup>13</sup> Calhoun & Acocella. *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan* (Semarang: Penerbit IKIP Semarang, 1990) hal. 67

<sup>14</sup> Burns, R. B. *Konsep Diri: Teori, Pengukuran, Perkembangan dan Perilaku* (Jakarta, Penerbit Arcan, 1993) hal. 69

## 2. Perkembangan Konsep Diri.

Caplan sebagaimana dikutip oleh Calhoun & Acocella menjelaskan bahwa ketika baru lahir, seorang anak tidak memiliki konsep diri. Seorang anak tidak menyadari bahwa ia adalah bagian yang terpisah dari lingkungan sekitarnya. Saat mengisap ibu jarinya, seorang anak belum mengetahui bahwa apa yang ia hisap adalah bagian dari dirinya. Begitu pula, pengalaman fisik, seperti panas-dingin, enak, sakit dan lain sebagainya, belum diketahui anak bahwa sensasi tersebut dihasilkan dari interaksi 2 faktor yang masing-masing berdiri sendiri. Hal ini tidak akan berlangsung lama, karna hari demi hari dan bulan demi bulan, seorang anak lambat laun akan mulai membedakan antara “aku” dan “bukan aku”. Anak akan mulai menyadari bahwa yang ada disampingnya adalah tangannya, yang akan bergerak bila ia kehendaki. Yang paling penting dari semua proses pengenalan ini, adalah bahwa seorang anak akan belajar bahwa dunia luar meliputi orang lain yang akan melakukan hal-hal untuknya serta bereaksi terhadap apa-apa yang ia kerjakan atau lakukan.<sup>15</sup>

Pengalaman berulang-ulang yang berkaitan dengan kenyamanan atau ketidaknyamanan fisik, secara pelan namun pasti, akan membentuk konsep dasar mengenai pandangan seorang anak terhadap dirinya sendiri. Dengan kata lain, hal ini akan menjadi “bibit awal” bagi terbentuknya konsep diri. Menurut Coopersmith sebagaimana dikutip oleh Calhoun & Acocella, jika seorang anak diperlakukan dengan kehangatan dan cinta,

---

<sup>15</sup> Calhoun & Acocella. *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*. Hal. 74



konsep dasar anak mungkin berupa perasaan positif terhadap dirinya sendiri. Sebaliknya, jika seorang anak mengalami penyalahgunaan atau penolakan, maka yang tertanam adalah bibit penolakan diri di masa yang akan datang.<sup>16</sup>

Sumber informasi untuk konsep diri adalah interaksi individu dengan orang lain. Individu menggunakan orang lain untuk menunjukkan siapa dia.<sup>17</sup> Individu membayangkan bagaimana pandangan orang lain terhadapnya dan bagaimana mereka menilai penampilannya. Penilaian pandangan orang lain diambil sebagai gambaran tentang diri individu. Orang lain yang dianggap bisa mempengaruhi konsep diri seseorang adalah:

a) Orang tua.

Orang tua memberikan pengaruh yang paling kuat karena kontak sosial yang paling awal dialami manusia. Orang tua memberikan informasi yang menetap tentang diri individu, mereka juga menetapkan pengharapan bagi anaknya. Orang tua juga mengajarkan anak bagaimana menilai diri sendiri.

b) Teman sebaya

Kelompok teman sebaya menduduki tempat kedua setelah orang tua terutama dalam mempengaruhi konsep diri anak. Masalah penerimaan atau penolakan dalam kelompok teman sebaya berpengaruh terhadap diri anak.

---

<sup>16</sup> Ibid, hal. 75

<sup>17</sup> Ibid, Hal. 76

c) Masyarakat

Masyarakat punya harapan tertentu terhadap seseorang dan harapan ini masuk ke dalam diri individu, dimana individu akan berusaha melaksanakan harapan tersebut.

d) Hasil dari proses belajar.

Belajar adalah merupakan hasil perubahan permanen yang terjadi dalam diri individu akibat dari pengalaman. Pengalaman dengan lingkungan dan orang sekitar akan memberikan masukan mengenai akibat suatu perilaku. Akibat ini bisa menjadi berbentuk sesuatu yang positif maupun negatif.<sup>18</sup>

### 3. Dimensi Konsep diri

Konsep diri memiliki tiga dimensi yaitu pengetahuan tentang diri sendiri, pengharapan tentang diri sendiri dan penilaian tentang diri sendiri.

1) Pengetahuan

Dimensi pertama dari konsep diri adalah mengenai apa yang individu ketahui mengenai dirinya. Termasuk dalam hal ini jenis kelamin, suku bangsa, pekerjaan, usia dan lain sebagainya. Biasanya seseorang memberikan julukan tertentu pada dirinya sendiri.

2) Pengharapan

Pandangan tentang diri kita tidak terlepas dari kemungkinan kita menjadi apa di masa mendatang. Pengharapan dapat dikatakan

---

<sup>18</sup> ibid, hal. 77

sebagai diri ideal. Setiap harapan dapat membangkitkan kekuatan yang mendorong untuk mencapai harapan tersebut di masa depan.

### 3) Penilaian

Penilaian menyangkut unsur evaluasi, seberapa besar kita menyukai diri kita sendiri. Semakin besar ketidak-sesuaian antara gambaran kita tentang diri kita yang ideal dan yang aktual maka akan semakin rendah harga diri kita. Sebaliknya orang yang punya harga diri yang tinggi akan menyukai siapa dirinya, apa yang dikerjakannya dan sebagainya. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa dimensi penilaian merupakan komponen pembentukan konsep diri yang cukup signifikan.<sup>19</sup>

Menurut Stuart & Sundeen sebagaimana dipaparkan oleh Keliat dalam bukunya *Gangguan Konsep Diri*, konsep diri terdiri dari 5 komponen yang tak terpisahkan, yaitu:

#### 1. Gambaran diri

Sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran, bentuk, fungsi, penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu. Hal ini berkaitan erat dengan kepribadian. Cara individu memandang diri mempunyai dampak yang penting pada aspek psikologisnya. Pandangan yang realistis terhadap diri, menerima dan menyukai bagian tubuh akan memberi rasa aman sehingga terhindar rasa cemas

---

<sup>19</sup> ibid, hal 67-71

dan meningkatkan harga diri. Individu yang stabil, realistis dan konsisten terhadap gambaran dirinya akan memperlihatkan kemampuan mantap terhadap realisasi yang akan memacu sukses di dalam kehidupan. Persepsi dan pengalaman individu dapat merubah gambaran diri secara dinamis.

## 2. Ideal diri

Persepsi individu tentang bagaimana ia harus berperilaku sesuai dengan standar pribadi. Standar dapat berhubungan dengan tipe orang yang diinginkannya atau sejumlah aspirasi, cita-cita atau nilai yang ingin dicapai. Ideal diri akan mewujudkan harapan pribadi berdasarkan pada norma sosial (keluarga/budaya yang berlaku) dan kepada siapa ia ingin lakukan.<sup>20</sup> Beberapa faktor yang mempengaruhi ideal diri, adalah:

- a. Kecenderungan individu untuk menetapkan ideal diri pada batas kemampuannya.
- b. Faktor budaya akan mempengaruhi individu dalam menetapkan ideal diri, yang kemudian standar ini dibandingkan dengan standar kelompok teman.
- c. Ambisi dan keinginan untuk melebihi dan berhasil; kebutuhan yang realistis; keinginan untuk menghindari kegagalan; perasaan cemas dan rendah diri.<sup>21</sup>

---

<sup>20</sup> Keliat, Anna. *Gangguan konsep diri*. Hal. 5

<sup>21</sup> *Ibid*, hal. 6

Ideal diri hendaknya ditetapkan tidak terlalu tinggi namun masih lebih tinggi dari kemampuan agar tetap menjadi pendorong dan masih dapat dicapai.

### 3. Harga diri

Stuart dan Sundeen (dalam Keliat) menjelaskan bahwa harga diri adalah penilaian pribadi terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisa seberapa jauh perilaku memenuhi ideal diri. Frekuensi pencapaian tujuan akan menghasilkan harga diri yang rendah/tinggi. Bila individu selalu sukses maka cenderung harga diri tinggi, sebaliknya bila ia sering gagal maka ia akan cenderung harga diri rendah.

Harga diri diperoleh dari diri sendiri dan orang lain. Aspek utamanya adalah dicintai dan menerima penghargaan dari orang lain. Menyayangi dan mengharagai orang lain, akan mampu mengangkat harga dirinya. Begitu pula sebaliknya, dengan tidak adanya kasih sayang dan penghargaan maka akan terbentuk harga diri yang rendah.<sup>22</sup>

### 4. Peran

Beck sebagaimana dikutip oleh Keliat, menyatakan bahwa peran adalah pola sikap, perilaku, nilai dan tujuan yang diharapkan dari seseorang berdasarkan posisinya di masyarakat.<sup>23</sup> Setiap individu selalu disibukkan oleh beberapa peran dalam daur kehidupannya. Baik

---

<sup>22</sup> Ibid, hal. 6

<sup>23</sup> Ibid, hal. 8-9

itu berperan sebagai anak, ibu/bapak, mahasiswa, terapis, dosen, teman dan lain sebagainya. Posisi dibutuhkan oleh setiap individu sebagai aktualisasi diri. Stress peran akan timbul bila terjadi:

- a. Konflik peran, jika peran yang diminta konflik dengan sistem individu atau dua peran yang konflik antara satu dan lainnya.
- b. Peran yang tidak jelas, jika individu diberi peran yang tidak jelas dalam hal perilaku dan penampilan yang diharapkan
- c. Peran yang tidak sesuai, jika berada dalam posisi transisi merubah nilai dan sikap.
- d. Peran berlebih, jika seseorang menerima banyak peran, yang mana akan menuntutnya untuk melakukan banyak hal dengan persediaan waktu yang tidak memadai untuk menyelesaikannya.<sup>24</sup>

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi diri dalam menyesuaikan dengan peran yang harus dilakukan, yaitu:

- a. Kejelasan perilaku dan pengetahuan yang sesuai dengan peran.
- b. Konsistensi respon orang yang berarati terhadap peran yang dilakukan.
- c. Kesesuaian dan keseimbangan antar peran yang diemban.
- d. Keselarasan budaya dan harapan individu terhadap perilaku peran.

---

<sup>24</sup> Ibid, hal. 9

- e. Pemisahan situasi yang akan menciptakan ketidaksesuaian perilaku peran.<sup>25</sup>

#### 5. Identitas

Stuart dan Sundeen menuliskan bahwa identitas adalah kesadaran akan diri sendiri yang bersumber dari observasi dan penilaian, yang merupakan sintesa dari semua aspek konsep diri sebagai satu kesatuan yang utuh. Seseorang yang memiliki perasaan identitas diri yang kuat akan memandang dirinya berbeda dengan orang lain, unik dan tidak ada duanya. Perasaan berharga ini akan memicu munculnya kemandirian, perasaan mampu dan penguasaan diri.

Hal yang penting dalam identitas adalah jenis kelamin. Identitas jenis kelamin berkembang sejak bayi secara bertahap, dimulai dengan konsep laki-laki dan wanita yang banyak dipengaruhi oleh pandangan dan perlakuan masyarakat terhadap masing-masing jenis.

#### 4. Pola Konsep Diri

William D Brooks dan Philip Emmert sebagaimana dikutip oleh Jalaluddin Rakhmat, membagi pola konsep diri menjadi 2, yaitu:

- a. Konsep diri positif, yang ditandai dengan beberapa hal seperti di bawah ini:
  - a) Memiliki keyakinan bahwa ia mampu mengatasi masalah.

---

<sup>25</sup> Ibid, hal 10

Seseorang yang mempunyai konsep diri positif biasanya dapat menghadapi berbagai permasalahan, ia cenderung tidak membesar-besarkan permasalahan yang sedang dihadapi.

- b) Merasa setara dengan orang lain.

Biasanya seseorang dengan konsep diri positif memiliki rasa percaya diri yang tinggi, ia mampu bersosialisasi dengan orang lain dan tidak merasa dirinya lebih rendah dari orang lain

- c) Menerima pujian tanpa merasa malu/bersalah.

- d) Menyadari bahwa setiap orang memiliki keinginan, perasaan serta perilaku yang seluruhnya belum tentu disetujui oleh masyarakat.

Dalam melakukan tindakan seseorang dengan konsep diri positif cenderung mempertimbangkan segala resiko yang akan ia dapatkan, karena ia setiap perilakunya belum tentu sesuai dengan norma yang berlaku dalam masyarakat.

- e) Mengetahui dan menyadari kekurangan-kekurangan yang ada dalam dirinya dan berusaha memperbaikinya.<sup>26</sup>

Setiap manusia tentunya memiliki kekurangan, namun seseorang yang memiliki konsep diri positif cenderung bisa menerima kekurangan-kekurangan yang ada dalam dirinya, dan selalu berusaha untuk memperbaikinya dan bukan menutupinya.

---

<sup>26</sup> Rakhmat, Jalaluddin. *Psikologi Komunikasi* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 1992) hal. 105



Berbeda dengan sifat angkuh, dasar dari konsep diri positif bukanlah kebanggaan yang besar tentang diri, tetapi lebih pada berupa penerimaan diri. Dan hal ini, akan membawa individu pada kerendahan hati dan ke kederawanan daripada ke keegoisan dan keangkuhan.

Wicklund dan Frey (sebagaimana dikutip oleh Calhoun & Acocella) menjelaskan bahwa pengetahuan dan pengenalan akan diri sendiri dengan sangat baiklah yang menjadikan individu dengan konsep diri positif mampu menerima dirinya apa adanya.<sup>27</sup> Individu dengan konsep diri positif memiliki “wadah” yang luas untuk menerima segala bentuk informasi mengenai dirinya, baik itu yang bersifat positif maupun negatif. Dengan kata lain, orang dengan konsep diri positif dapat memahami dan menerima sejumlah fakta yang sangat bermacam-macam tentang dirinya sendiri.<sup>28</sup>

Kemampuan dalam menerima diri apa adanya ini, bukan berarti ia tidak pernah kecewa terhadap dirinya sendiri atau bahwa dia gagal dalam mengenali kesalahannya sebagai suatu kesalahan. Namun, dia merasa tidak perlu menyesali atau meminta maaf untuk eksistensinya.

Selain itu dalam pengharapan, orang dengan konsep diri positif akan merancang tujuan-tujuan yang sesuai dan realistis. Artinya memiliki kemungkinan besar untuk dapat mencapai tujuan tersebut.

Oleh karena itu, individu dengan konsep diri positif memiliki “wadah” yang luas untuk mengasimilasikan seluruh pengalamannya, maka

---

<sup>27</sup> Calhoun & Acocella. *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*. Hal. 73

<sup>28</sup> *Ibid*, hal. 72

informasi baru bukan merupakan ancaman baginya, hingga tidak menimbulkan kecemasan. Pada akhirnya ia akan mampu menghadapi tantangan dalam hidup dengan penuh antusias dan optimis.

b. Konsep diri negatif, yang bercirikan sebagai berikut:

- a) Peka pada kritik. Hampir selalu merasa tidak tahan terhadap kritikan yang diterimanya. Ia melihat hal tersebut sebagai usaha orang lain untuk menjatuhkan harga dirinya. Sehingga, ia terkadang tampak keras kepala dan berusaha mempertahankan pendapatnya dengan menggunakan berbagai justifikasi dan logika yang keliru.
- b) Responsif terhadap pujian, meskipun ia tampak tidak peduli dan menghindari pujian namun antusiasmenya terhadap pujian masih akan tampak.
- c) Hiperkritis. Dampak dari kesenangannya akan pujian, orang dengan konsep diri negatif akan suka mencela, mengkritik dan meremehkan orang lain.
- d) Memiliki kecenderungan untuk merasa tidak disenangi oleh orang lain. Reaksinya yang memandang orang lain sebagai musuh, tidak lain karna ia merasa tidak diperhatikan. Walaupun begitu, ia akan merasa bahwa ia adalah korban dari sistem sosial yang tidak beres. Pesimis, hingga tampak memiliki daya

kompetitif yang rendah. Hal ini terjadi, karna ia merasa tidak berdaya/mampu melawan persaingan yang ada.<sup>29</sup>

Pengetahuan individu dengan konsep diri negatif mengenai dirinya sendiri tidaklah banyak. Lebih rinci, Erikson sebagaimana dikutip oleh Calhoun & Acocella, melihat 2 jenis konsep diri negatif disini, yaitu:

1) Pandangan seseorang mengenai dirinya sendiri yang tidak teratur. Tidak memiliki perasaan kestabilan dan keutuhan diri. Dia benar-benar tidak tahu siapa dirinya, serta kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya atau apa yang ia hargai dalam hidupnya. Untuk masa transisi dari peran anak ke peran dewasa, hal ini lumrah terjadi, namun tidak halnya pada individu yang telah menginjak usia dewasa, karena hal ini suatu tanda ketidakmampuan menyesuaikan diri. 2) tipe kedua dari konsep diri negatif adalah kebalikan dari tipe yang pertama. Konsep diri pada tipe kedua ini terlalu stabil dan terlalu teratur, bisa dikatakan kaku. Bisa jadi karena didikan orang tua yang terlalu keras.<sup>30</sup>

Tergolong dalam tipe yang manapun, individu yang memiliki konsep diri negatif, akan menanggapi dan menerima informasi baru tentang dirinya sebagai ancaman hingga menimbulkan kecemasan. Sullivan menuliskan bahwa dengan “wadah” penerimaan yang sempit, maka individu dengan konsep diri negatif tidak memiliki kategori mental yang dapat dikaitkannya dengan informasi yang bertentangan tentang dirinya. Hingga yang terjadi, ia akan selalu mengubah-ubah konsep dirinya, atau sebaliknya, dia akan melindungi konsep dirinya yang kokoh dengan menolak dan mengubah informasi baru.<sup>31</sup>

Dalam menilai dirinya, ia selalu memiliki penilaian yang negatif terhadap dirinya sendiri. Apapun pribadi itu, ia tidak akan pernah cukup

---

<sup>29</sup> Rakhmat, Jalaluddin. *Psikologi Komunikasi*. Hal. 107

<sup>30</sup> Calhoun & Acocella. *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*. hal. 72

<sup>31</sup> *ibid*, hal 72

baik. Apapun yang ia peroleh tidak pernah seberharga apa yang dimiliki oleh orang lain. Karena selalu memandang negatif atas apa-apa yang terdapat dalam dirinya, maka individu dengan konsep diri negatif akan meremehkan kemampuannya dalam mencapai apa yang ia inginkan. Sehingga yang terjadi adalah, ia tidak akan mengoptimalkan segenap kemampuannya untuk mencapainya. Pada akhirnya, ia benar-benar tidak mampu memperoleh apa yang ia inginkan. Calhoun menyebut kejadian ini sebagai “pembenaran ramalan”.<sup>32</sup> Kegagalan dalam mencapai apa yang ia inginkan ini, akan merusak harga dirinya yang sudah rapuh. Begitulah seterusnya, lingkaran ini akan bekerja, hingga individu tersebut segera berusaha memperbaiki dirinya sendiri.

Dapat ditarik kesimpulan bahwa konsep diri terbentuk menjadi 2 pola, yaitu: pola konsep diri positif yang bercirikan dengan individu yang memiliki keyakinan bahwa ia mampu mengatasi masalah, merasa setara dengan orang lain (percaya diri), mengetahui kekurangan yang ada dalam dirinya dan berusaha memperbaikinya dan lain sebagainya. Namun sebaliknya individu yang memiliki konsep diri negatif cenderung peka terhadap kritik, responsive terhadap pujian, hiperkritis (terlalu banyak mengkritik atau mencela), dan memiliki kecenderungan untuk merasa tidak disukai oleh orang lain.

---

<sup>32</sup> *ibid*, hal. 73

## 5. Konsep Diri Muslim

Kepribadian kita merupakan sebuah wadah sedangkan konsep islam adalah isinya. Seseorang perlu mengenal konsep dirinya, karena konsep diri akan membantu seseorang dalam memposisikan dirinya dalam kehidupan sosial. Konsep diri juga membantu kita untuk bersifat tawadhu. Tawadhu berarti kemampuan memposisikan diri sewajarnya. Konsep diri juga merupakan salah satu langkah untuk menyerap Islam ke dalam diri.

Ada 3 langkah dalam menyerap Islam, yaitu:

- 1) Memiliki konsep diri yang jelas
- 2) Memahami Islam sebagai pengisi wadah tersebut
- 3) Melakukan pengadaptasian antara konsep diri dengan konsep Islam.<sup>33</sup>

Menurut Ibnu Qayyim ada 2 pengetahuan terpenting dalam pengenalan diri yaitu: Ma'rifatullah dan Ma'rifatunnafs. Maksudnya, mengetahui Allah berarti menegatahui tujuan hidup; mengetahui diri sendiri berarti mengantar bagaimana sampai ke tujuan.<sup>34</sup>

## 6. Tingkatan Konsep Diri

Tingkatan konsep diri menurut Anis Matta ada tiga, yaitu:

- a) Aku Diri : Aku seperti yang aku pahami

Adalah cara individu mempersepsi diri. Setiap individu memiliki pemahaman tentang dirinya. Ada pemahaman yang terbentuk

---

<sup>33</sup>Ukki Unsoed Team. *Perjalanan Menemukan Jati Diri*. 2005. on-line: [www.harokah.blogspot.com](http://www.harokah.blogspot.com). Akses: 17 Januari 2007

<sup>34</sup>ibid

secara tidak sadar, tetapi setiap individu mengetahui bahwa ia seperti yang ia pahami.

- b) Aku Sosial : Aku seperti yang dipahami oleh orang lain yang ada di sekitar aku

Cara orang lain memahami individu juga mempengaruhi diri individu sendiri. Contohnya, ada seorang anak usia 2 tahun yang sedang belajar menghafal kata, mengucapkannya, dan menirukannya. Anak belajar dengan cara trial and error. Akan tetapi cara anak memperbaiki kesalahannya selalu dipengaruhi komentar orang-orang di sekelilingnya (ada yang menertwakan, memperbaiki, memarahinya dan lain-lain). Perlakuan seperti ini akan mempengaruhi perkembangan anak dan secara perlahan-lahan akan mempengaruhi persepsi anak tentang dirinya.

- c) Aku Ideal : Aku yang aku inginkan

Ada orang yang begitu kuat keyakinan tentang aku idealnya. Aku idealnya yang tidak memiliki korelasi yang kuat dengan aku diri disebut sebagai pemimpi.<sup>35</sup>

Kadang-kadang seseorang memiliki sifat yang terlalu ideal karena tidak mendasari aku idealnya dengan aku dirinya. Atau karena tidak mengetahui subjek apa yang ada dalam aku diri ini untuk di-*upgrade* menjadi aku ideal. Ada juga orang yang hanya punya aku diri, tidak punya aku ideal, "Saya adalah saya, ya begini saja....., saya hanya ingin

---

<sup>35</sup> Matta, Anis. *Model Manusia Muslim Pesona Abad ke-21*. hal. 43

jadi orang biasa-biasa saja” Akhirnya jadilah ia orang yang biasa-biasa saja

Kumulasi dari ketiga itulah yang membentuk cara individu memahami dirinya. Ada orang yang kuat aku dirinya atau kuat aku sosialnya. Islam mengajari prinsip keseimbangan. Jadi yang menentukan adalah model manusia muslim yang kita inginkan sebagai aku idealnya.

Oleh karena itu, kita bisa salah mengenali orang lain begitupun orang lain bisa salah mengenali diri kita. Di sini dikenal satu prinsip bahwa proses pengenalan diri kita berlangsung secara perlahan-lahan, tidak ada orang yang mengetahui dirinya sekaligus secara sempurna. Ini karena konsep diri merupakan proses yang fluktuatif dan berubah-ubah.<sup>36</sup>

Jadi proses pengenalan diri seseorang tidak terjadi secara sekaligus tetapi perlahan-lahan. Untuk itulah dalam proses yang bertahap itu dibutuhkan kesadaran yang berkesinambungan dan proses analisa diri yang terus berlanjut.

## **B. KECEMASAN**

### **1. Pengertian Kecemasan**

Kecemasan merupakan suatu hal yang wajar dan alami terjadi dan selalu menyertai hati manusia. Orang yang tak mempunyai rasa cemas akan digolongkan abnormal, sebab tidak memiliki atau kehilangan rasa

---

<sup>36</sup> Ibid, hal. 45

yang telah dianugerahkan Allah. Namun apabila kecemasan tidak terkontrol akan membahayakan jiwa.

Biasanya orang mendefinisikan kecemasan sebagai suatu perasaan takut terhadap sesuatu yang akan terjadi. Menurut Kartono "*kecemasan adalah semacam kegelisahan atau kekhawatiran terhadap sesuatu yang tidak jelas penyebabnya*".<sup>37</sup>

Sedangkan Nevif mengartikan kecemasan sebagai berikut,

Kecemasan adalah suatu keadaan aprehensif atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Kecemasan adalah respon yang tepat terhadap ancaman, tetapi kecemasan bisa menjadi abnormal bila tingkatannya tidak sesuai dengan proporsi ancaman.<sup>38</sup>

Senada dengan Nevif, Chaplin dalam kamus psikologinya mengungkapkan bahwa;

Kecemasan adalah perasaan campuran yang berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut.<sup>39</sup>

Kaplan dan Sadock mengungkapkan bahwa kecemasan adalah suatu sinyal yang menyadarkan; ia memperingatkan adanya bahaya yang mengancam dan memungkinkan seseorang untuk mengatasi ancaman.<sup>40</sup>

Najati mendefinisikan kecemasan sebagai keadaan gelisah yang luar biasa yang meliputi diri seseorang, yang dilukiskan dalam Al-Qur'an

---

<sup>37</sup> Kartono, Kartini. *Psikologi Abnormal dan Pathologi Seks* (Bandung: Penerbit Alumni, 1981) hal.108

<sup>38</sup> Nevif JS, et. all. *Psikologi Abnormal*. Jilid 1 & 2 (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2003) hal. 163

<sup>39</sup> Chaplin J.P. *Kamus Lengkap psikologi*. Hal. 32

<sup>40</sup> Kaplan & Sadock. *Sinopsis Psikiatri, Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis*. Edisi ketujuh. Jilid II (Jakarta: Binapura Aksara, 1997) hal. 3



sebagai guncangan luar biasa yang menimpa manusia sehingga membuatnya tidak mampu berfikir dan menguasai diri.<sup>41</sup> Dalam Al-Qur'an surat Al-Ahzab ayat 10-11 disebutkan;

الْقُلُوبُ وَبَلَغَتِ الْأَبْصَارُ زَاغَاتٍ وَإِذْ مِنْكُمْ أَسْفَلٌ وَمِنْ فَوْقِكُمْ مِّنْ جَاءٍ وَّكُمِ إِذْ  
شَدِيدًا زَلْزَالًا وَزُلْزِلُوا الْمُؤْمِنُونَ ابْتُلِيَ هُنَالِكَ ﴿١٠﴾ الظُّنُونَا بِاللَّهِ وَتَتَّظِنُونَ الْحَنَاجِرَ

*“(Yaitu) ketika mereka datang kepadamu dari atas dan dari bawahmu, dan ketika tidak tetap lagi penglihatan(mu) dan hatimu naik menyesak sampai ke tenggorokan dan kamu menyangka terhadap Allah dengan bermacam-macam purbasangka. Disitulah diuji orang-orang mukmin dan digoncangkan (hatinya) dengan guncangan yang sangat” (Al-Ahzab; 10-11)<sup>42</sup>*

Dari beberapa pendapat yang dikemukakan oleh para tokoh, maka dapat diambil kesimpulan bahwa kecemasan merupakan suatu emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai adanya kekhawatiran, keprihatinan dan ketakutan akan apa yang akan terjadi di masa yang akan datang. Dan terkadang kekhawatiran dan ketakutan tersebut tidak didasari oleh alasan yang jelas.

## 2. Gejala Kecemasan

Terkadang kecemasan timbul secara terang-terangan, namun tidak jarang pula kecemasan tersembunyi dengan sempurna sehingga adanya

<sup>41</sup> Najati, Ustman. *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa* (Bandung; Penerbit Pustaka, 1985) hal. 68

<sup>42</sup> Departemen Agama. *Alqur'an dan Terjemahannya*. (Jakarta: Proyek Pengadaan Kitab Suci Al-Qur'an, 1985 ) hal. 668

kecemasan tersebut harus disimpulkan dari tanda-tanda atau gejala-gejala yang tidak langsung dan dianggap ada dalam bentuk yang tidak disadari.

Menurut Fahmi, kecemasan mempunyai gejala yang bermacam-macam, antara lain adalah:

- a) Gejala fisiologis : ujung jari kaki dan tangan dingin, banyak mengeluarkan keringat, gangguan pencernaan, detak jantung cepat, tidur tidak nyenyak, kepala pusing, nafsu makan hilang
- b) Gejala psikologis: ketakutan berlebihan seakan-akan terjadi bahaya atau kecelakaan, tidak mampu memusatkan perhatian, tidak berdaya, rendah diri, hilangnya ketenangan, tidak percaya diri, sering mengeluh, serta ingin lari dalam menghadapi suasana kehidupan<sup>43</sup>

Sedangkan menurut Kuntjoro sebagaimana dikutip oleh Astuty, gejala kecemasan dapat dilihat dari beberapa aspek:

- a) Suasana hati, yaitu keadaan yang menunjukkan ketidaktenangan psikis, seperti: mudah marah, perasaan sangat tegang
- b) Pikiran, yaitu keadaan pikiran yang tidak menentu, seperti: khawatir, sukar konsentrasi, pikiran kosong, membesar-besarkan ancaman, memandang diri sangat sensitive dan merasa tidak berdaya

---

<sup>43</sup> Fahmi, Mustafa. *Kesehatan jiwa dan keluarga, sekolah dan masyarakat* (Jakarta: bulan bintang, 1997) hal. 97

- c) Motivasi, yaitu dorongan untuk mencapai sesuatu, seperti: menghindari situasi, ketergantungan yang tinggi, ingin melarikan diri dan lari dari kenyataan
- d) Perilaku gelisah, yaitu keadaan yang tidak terkendali, seperti: gugup, kewaspadaan yang berlebihan, sangat sensitive
- e) Reaksi-reaksi biologis yang tidak terkendali, seperti: berkeringat, gemetar, pusing, berdebar-debar, mual dan mulut kering.<sup>44</sup>

### 3. Sebab kecemasan

Kecemasan dapat timbul dari situasi apapun yang bersifat mengancam keberadaan individu. Situasi yang menekan dan menghambat yang akan terjadi berulang-ulang akan mengakibatkan reaksi yang mencemaskan. Situasi yang mencekam itu mencakup masalah materi, keluarga dan kejiwaan.

Menurut Atkinson kecemasan muncul karena adanya:

a) *Threat* (ancaman )

Baik ancaman dari tubuh, jiwa atau psikisnya seperti (hilangnya kemerdekaan) maupun ancaman terhadap eksistensinya seperti (kehilangan hak), jadi macam ini betul-betul realistik.

---

<sup>44</sup> Astuty, Tri. *Kecemasan Ibu Hamil Pertama dalam Menghadapi Proses Persalinan* (Skripsi Fakultas psikologi Universitas Islam Negeri Malang, 2004) hal. 9

a) *Conflict* (pertentangan)

Timbul karena adanya dua keinginan yang keadaannya bertolak belakang,. Hampir setiap konflik melibatkan dua alternatif atau lebih, yang masing-masing memiliki sifat *approach* dan *avoidance*.

a) *Fear* (ketakutan)

Kecemasan seringkali muncul karena ketakutan akan sesuatu, misalnya, ketakutan akan hilangnya *prestise* dan penghasilan menimbulkan kecemasan ketika harus menghadapi pensiun.<sup>45</sup>

#### **4. Macam-macam serta Bentuk Timbulnya Kecemasan**

a. Macam-macam kecemasan

Menurut Freud sebagaimana diuraikan oleh Fahmi dalam bukunya *Kesehatan Jiwa*, kecemasan dapat dibedakan dalam tiga kategori yaitu:

1. Kecemasan realitas (obyektif)

Kecemasan jenis ini merupakan kecemasan terhadap bahaya dari luar atau eksternal yang kemungkinan akan terjadi. Kecemasan ini lebih dekat dengan rasa takut, karena sumbernya jelas diketahui dalam pikiran individu. Taraf kecemasannya sesuai dengan ancaman yang ada.

---

<sup>45</sup> Atkinson R.L, et. all. *Pengantar Psikologi*. Jilid II. Terjemah Nur Jennah dan Rukmini Burhan (Jakarta: Penerbit Erlangga, 1991) hal. 34

## 2. Kecemasan *neurotic*

Kecemasan *neurotic* adalah kecemasan terhadap tidak terkendalinya naluri yang menyebabkan seseorang melakukan yang biasanya mendatangkan hukuman baginya.<sup>46</sup>

### b. Bentuk kecemasan

Kecemasan dapat berakibat positif maupun negative dalam diri seseorang, namun sering kali kecemasan itu menampilkan diri dalam bentuk sebagai berikut:

1. Kecemasan dapat berbentuk gejala saja, yaitu yang terdapat dalam semua gangguan psikiatri
2. Kecemasan dapat berbentuk normal, dalam hal ini merupakan suatu hal yang dikatakan sehat, karena tanda bahaya tentang keadaan jiwa seseorang serta keadaan tubuhnya agar dapat mempertahankan dalam lingkungan yang serba berubah.
3. Kecemasan dapat bersifat konstruktif, hal ini berlaku jika kecemasan disalurkan secara sehat, yaitu suatu usaha mengatasi kecemasan dengan mengarahkan diri kedalam hal-hal yang sifatnya konstruktis dengan kesadaran diri penuh.<sup>47</sup>

---

<sup>46</sup> Fahmi, Mustafa. *Kesehatan jiwa dan keluarga*. Hal. 123

<sup>47</sup> Ibid, hal 124

## 5. Terapi Kecemasan

Al-Munjid memberikan beberapa gambaran tentang terapi kecemasan dari sudut pandang agama Islam, diantaranya adalah:

- a) Berpegang pada iman dan beramal sholih

عَظِيمًا وَأَجْرًا مَّغْفِرَةً مِنْهُمْ الصَّالِحَاتِ وَعَمِلُوا ءَامَنُوا الَّذِينَ اللَّهُ وَعَدَ ﴿٢٩﴾

*“Allah menjanjikan kepada orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal yang saleh di antara mereka ampunan dan pahala yang besar.” (Al-Fath: 29)<sup>48</sup>*

- b) Melihat bahwa pengampunan dosa dan peningkatan derajat seorang muslim adalah ketika ia ditimpa suatu kesusahan

أُولَئِكَ ﴿١٦٦﴾ رَاجِعُونَ إِلَيْهِ وَإِنَّا لِلَّهِ إِنَّا قَالُوا مُصِيبَةٌ أَصَابَتْهُمْ إِذَا الَّذِينَ  
أَلْمَهُتَدُونَ هُمْ وَأُولَئِكَ ﴿١٦٧﴾ وَرَحْمَةٌ رَبِّهِمْ مِّنْ صَلَوَاتٍ عَلَيْهِمْ

*“(yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun. Mereka itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk”<sup>49</sup>.*

- c) Mengenal hakikat kehidupan dunia

Berdoa kepada Allah SWT dan bershalawat serta memprbanyak dzikir.

الْقُلُوبُ تَطْمِينُ اللَّهُ بِذِكْرِ آلَا اللَّهُ بِذِكْرِ قُلُوبُهُمْ وَتَطْمِينُ ءَامَنُوا الَّذِينَ

<sup>48</sup> Departemen Agama. *Alqur'an dan Terjemahanny*. Hal. 843

<sup>49</sup> Ibid, hal. 39

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram”. (Al-a’rad: 28)<sup>50</sup>

- d) Tawakkal kepada Allah SWT dan menyerahkan segala urusan kepada Nya.

كَانَ اللَّهُ إِبْنٌ ۖ وَالْمُنَافِقِينَ الْكَافِرِينَ تَطْعَ وَلَا اللَّهُ اتَّقِ النَّبِيَّ يَتَأْتِيهَا  
حَكِيمًا عَلِيمًا ﴿٥١﴾

“Hai Nabi, bertakwalah kepada Allah dan janganlah kamu menuruti (keinginan) orang-orang kafir dan orang-orang munafik. Sesungguhnya Allah adalah Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana” (Al-Ahzab: 1)<sup>51</sup>

- e) Antusias terhadap sesuatu yang berguna, mengonsentrasikan pikiran terhadap amal hari ini dan melupakan perhatian kepada masa mendatang dan kesedihan masa lalu

﴿٥٢﴾ مُؤْمِنِينَ كُنْتُمْ إِنْ الْأَعْلُونَ وَأَنْتُمْ تَحْزَنُونَ وَلَا تَهْنُوا وَلَا

“Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman” (Ali ‘Imran: 139)<sup>52</sup>

- f) Sibuk dengan berbagai pekerjaan atau ilmu yang bermanfaat  
g) Melihat sisi positif berbagai peristiwa

<sup>50</sup> Ibid, hal. 373

<sup>51</sup> Ibid, hal. 666

<sup>52</sup> Ibid, hal. 98

- h) Menyadari nilai kehidupan yang sebenarnya, bahwa kehidupan ini sangat pendek dan bahwa waktu yang ada terlalu mahal untuk dihabiskan dalam kesedihan
- i) Tidak menimbun pekerjaan atau kewajiban
- j) Senantiasa mengantisipasi dan siap mental terhadap segala kemungkinan
- k) Menyadari bahwa setelah kesulitan pasti datang kelapangan<sup>53</sup>

﴿يُسْرًا أَلْتَسِرَ مَعِ إِنَّ﴾ ﴿يُسْرًا أَلْتَسِرَ مَعِ فَإِنَّ﴾

*”Karena Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan”.*(Alam Nasyroh: 6)<sup>54</sup>

## C. PENSIUN

### 1. Definisi Pensiun

Beberapa batasan akan dikemukakan di bawah ini, dan secara garis besar dapat dibagi berdasarkan pandangan mengenai peran pekerjaan itu sendiri dan tinjauan definisi dari sudut psikologi perkembangan. Berikut definisi pensiun berdasarkan peran pekerjaan bagi seseorang.

Parnes dan Nessel sebagaimana dikutip oleh Eliana, mengatakan bahwa pensiun adalah suatu kondisi dimana individu tersebut telah berhenti bekerja pada suatu pekerjaan yang biasa dilakukan.<sup>55</sup> Batasan

<sup>53</sup> Hasanah, Uswatun. *Perbedaan Tingkat Kecemasan Santri Lama dan Santri Baru dalam Menghadapi Ujian Diniyah di Ponpes Nurul Ulum Malang* (Skripsi, Fakultas Psikologi Univeritas Islam Negeri Malang, 2004) hal. 31

<sup>54</sup> Departemen Agama. *Alqur'an dan Terjemahanny*. Hal. 1073

<sup>55</sup> Eliana, Rika. *Konsep Diri Pensiunan*. (On-line: [www.usu.ac.com](http://www.usu.ac.com), 2003) Akses: 13 Desember 2006



yang lebih jelas dan lengkap oleh Corsini mengatakan bahwa pensiun adalah proses pemisahan seorang individu dari pekerjaannya, dimana dalam menjalankan perannya seseorang digaji. Dengan kata lain masa pensiun mempengaruhi aktivitas seseorang, dari situasi kerja ke situasi di luar pekerjaan.<sup>56</sup>

Sedangkan menurut Schwart, pensiun dapat dijelaskan sebagai suatu masa transisi ke pola hidup baru, ataupun merupakan akhir pola hidup<sup>57</sup>. Transisi ini meliputi perubahan peran dalam lingkungan sosial, perubahan minat, nilai dan perubahan dalam segenap aspek kehidupan seseorang. Jadi seseorang yang memasuki masa pensiun, bisa merubah arah hidupnya dengan mengerjakan aktivitas lain, tetapi bisa juga tidak mengerjakan aktivitas tertentu lagi.

Bagi hampir semua orang yang normal dan sehat, bekerja menyajikan; 1) kehidupan social yang mengasyikkan, dan 2) persahabatan, yaitu dua hal yang menjadi sumber pokok kebahagiaan, kesejahteraan, status social dan jaminan social. Karena itu, lembaga, perusahaan, organisasi dan jawatan adalah sentra social yang memberikan makna bagi kehidupan individu.<sup>58</sup> Sebab lembaga-lembaga tadi memberikan:

- a. Ganjaran materiil berupa uang, fasilitas, gaji, dan materi lainnya

---

<sup>56</sup> Corsini, R.J. *The Concise Encyclopedia of Psychology* (Canada; John Willey & Sons, 1987) hal. 203

<sup>57</sup> Hurlock E.B. *Psikologi Perkembangan, suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Hal 417

<sup>58</sup> Kartono, Kartini. *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam* (Bandung: Penerbit Mandar Maju, 1989) hal. 231

- b. Ganjaran non materiil berupa penghargaan, status social, dan prestise yang sangat berarti bagi harkat dirinya.<sup>59</sup>

Di Indonesia seseorang dapat dikatakan memasuki masa pensiun bila:

- a) Sekurang-kurangnya mencapai usia 50 tahun.
- b) Telah diberhentikan dengan hormat sebagai pegawai negeri
- c) Memiliki masa kerja untuk pensiun kurang lebih 20 tahun.<sup>60</sup>

Pada umumnya usia pensiun di Indonesia berkisar antara usia 55 tahun, sedangkan di negara Barat usia pensiun adalah berkisar 65 tahun. Pada usia 65 tahun, secara psikologi perkembangan seseorang memasuki usia manula atau dewasa akhir (*late adulthood*).<sup>61</sup> Keadaan ini cukup berlainan dengan situasi di Indonesia dimana seseorang sudah termasuk pensiun pada tahapan dewasa menengah (*middle adulthood*). Masa dewasa menengah ini masih dapat dikatakan cukup produktif. Meskipun kekuatan fisik maupun kekuatan mental seseorang pada masa ini mulai menurun, namun pada masa inilah seseorang mulai mencapai prestasi puncak baik itu karir, pendidikan dan hubungan interpersonal. Sebagai orang tua, pada umumnya mereka harus bertanggung jawab dalam membesarkan anak-anak yang mulai berangkat remaja, bahkan ada yang sudah berkeluarga.<sup>62</sup> Dapat dipahami bahwa pada masa ini sebetulnya masa yang penuh tantangan khususnya untuk pensiunan di Indonesia. Terlebih jika

---

<sup>59</sup> Ibid, hal. 232

<sup>60</sup> Eliana, Rika. *Konsep Diri Pensiunan*

<sup>61</sup> Hurlock E.B. *Psikologi Perkembangan, suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Hal.320

<sup>62</sup> Ibid. Hal. 321

pensiunan yang masih harus membiayai kuliah anak-anak mereka, padahal dengan status pensiun keadaan keuangan mulai menurun.

Jika kita meninjau siklus dunia pekerjaan dari sudut psikologi perkembangan maka kita harus peka dengan istilah *turning points* (titik balik) ataupun *crisis point* (titik krisis). Masa ini ditandai dengan adanya suatu periode dimana ada saat untuk melakukan proses penyesuaian diri kembali dan juga melakukan proses sosialisasi kembali sejalan dengan tuntutan dari pekerjaan yang baru. Pensiun dapat dikatakan masa titik balik karena masa ini adalah masa peralihan dari seseorang memasuki dewasa akhir atau manula. Pensiun juga merupakan titik krisis karena terjadi akibat ketidakmampuan seseorang untuk mencari pekerjaan atau merupakan langkah akhir dalam perjalanan karir seseorang.<sup>63</sup>

## 2. Jenis-jenis Pensiun

Masa pensiun dapat dibagi atas 2 bagian besar, yaitu yang secara sukarela (*voluntary*) dan yang berdasarkan pada peraturan (*compulsory/mandatory retirement*).<sup>64</sup> Ketika Indonesia memasuki masa krisis moneter, banyak perusahaan goyah sehingga harus menciutkan sejumlah pegawai dengan diberikan sejumlah imbalan. Kepada karyawan diberikan kebebasan untuk memilih apakah ia akan tetap bekerja atau mengundurkan diri. Kondisi seperti ini termasuk pensiun yang dilakukan secara sukarela. Kondisi lain yang termasuk dalam pensiun secara sukarela

---

<sup>63</sup>Eliana, Rika. *Konsep Diri Pensiunan*

<sup>64</sup>Hurlock E.B. *Psikologi Perkembangan, suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Hal. 417

adalah kondisi dimana seseorang ingin melakukan sesuatu yang lebih berarti dalam kehidupannya dibandingkan dengan pekerjaan sebelumnya.<sup>65</sup>

Pensiun yang dijalani berdasarkan aturan dari perusahaan adalah pensiun yang kerap kali dilakukan oleh satu perusahaan berdasarkan aturan yang berlaku pada perusahaan tersebut. Dalam hal ini kehendak individu diabaikan, apakah dia masih sanggup atau masih ingin bekerja kembali.

### **3. Fase Penyesuaian Diri Pada Saat Pensiun**

Penyesuaian diri pada saat pensiun merupakan saat yang sulit, dan untuk mengetahui bagaimana penyesuaian seseorang ketika memasuki masa pension, Robert Atchley sebagaimana diuraikan oleh Eliana mengemukakan 3 fase proses pensiun. Adapun fase tersebut adalah:

a) Preretirement phase (fase pra pensiun)

Fase ini bisa dibagi pada 2 bagian lagi yaitu *remote dan near*. Pada *remotephase*, masa pensiun masih dipandang sebagai suatu masa yang jauh. Biasanya fase ini dimulai pada saat orang tersebut pertama kali mendapat pekerjaan dan masa ini berakhir ketika orang tersebut mulai mendekati masa pensiun. Sedangkan pada *near phase*, biasanya orang mulai sadar bahwa mereka akan segera memasuki masa pensiun dan hal ini membutuhkan

---

<sup>65</sup> ibid. Hal 417

penyesuaian diri yang baik. Ada beberapa perusahaan yang mulai memberikan program persiapan masa pensiun.

b) Retirement phase (fase pensiun)

Masa pensiun ini sendiri terbagi dalam 4 fase besar, dan dimulai dengan tahapan pertama yakni *honeymoon phase*. Periode ini biasanya terjadi tidak lama setelah orang memasuki masa pensiun. Sesuai dengan istilah *honeymoon* (bulan madu), maka perasaan yang muncul ketika memasuki fase ini adalah perasaan gembira karena bebas dari pekerjaan dan rutinitas. Biasanya orang mulai mencari kegiatan pengganti lain seperti mengembangkan hobi. Kegiatan inipun tergantung pada kesehatan, keuangan, gaya hidup dan situasi keluarga. Lamanya fase ini tergantung pada kemampuan seseorang. Orang yang selama masa kegiatan aktifnya bekerja dan gaya hidupnya tidak bertumpu pada pekerjaan, biasanya akan mampu menyesuaikan diri dan mengembangkan kegiatan lain yang juga menyenangkan. Setelah fase ini berakhir maka akan masuk pada fase kedua yakni *disenchantment phase*.

Pada fase ini pensiunan mulai merasa depresi, merasa kosong. Untuk beberapa orang pada fase ini, ada rasa kehilangan baik itu kehilangan kekuasaan, martabat, status, penghasilan, teman kerja, aturan tertentu. Pensiunan yang terpuak pada fase ini akan memasuki *reorientation phase*, yaitu fase dimana seseorang mulai mengembangkan pandangan yang lebih realistis mengenai

alternatif hidup. Mereka mulai mencari aktivitas baru. Setelah mencapai tahapan ini, para pensiunan akan masuk pada *stability phase* yaitu fase dimana mereka mulai mengembangkan suatu set kriteria mengenai pemilihan aktivitas, dimana mereka merasa dapat hidup tentram dengan pilihannya.

c) End of retirement (fase pasca masa pensiun)

Biasanya fase ini ditandai dengan penyakit yang mulai menggerogoti seseorang, ketidak-mampuan dalam mengurus diri sendiri dan keuangan yang sangat merosot. Peran saat seorang pensiun digantikan dengan peran orang sakit yang membutuhkan orang lain untuk tempat bergantung.<sup>66</sup>

#### **4. Perubahan-perubahan Akibat Pensiun.**

Menurut Turner dan Helms ada beberapa hal yang mengalami perubahan dan menuntut penyesuaian diri yang baik ketika menghadapi masa pensiun:

a) Masalah Keuangan

Pendapat keluarga akan menurun drastis, hal ini akan mempengaruhi kegiatan rumah tangga. Masa ini akan lebih sulit jika masih ada anak-anak yang harus dibiayai. Hal ini dapat menimbulkan kecemasan dan stress tersendiri bagi seorang suami karena merasa bahwa perannya sebagai kepala keluarga tertantang

---

<sup>66</sup> Eliana, Rika. *Konsep diri pensiunan*

b) Berkurangnya harga diri (*Self Esteem*).

Harga diri seorang pria biasanya dipengaruhi oleh pensiunnya mereka dari pekerjaan. Untuk mempertahankan harga dirinya, harus ada aktivitas pengganti untuk meraih kembali keberadaan dirinya. Dalam hal ini berkurangnya harga diri dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti *feeling of belonging* (perasaan memiliki), *feeling of competence* (perasaan mampu), dan *feelling of worthwhile* (perasaan berharga). Ketiga hal yang disebutkan di atas sangat mempengaruhi harga diri seseorang dalam lingkungan pekerjaan.

c) Berkurangnya kontak sosial yang berorientasi pada pekerjaan.

Kontak dengan orang lain membuat pekerjaan semakin menarik. Bahkan pekerjaan itu sendiri bisa menjadi *reward* sosial bagi beberapa pekerja misalnya seorang sales, resepsionis, *customer services* yang meraih kepuasan ketika berbicara dengan pelanggan. Selain dari kontak sosial, orang juga membutuhkan dukungan dari orang lain berupa perasaan ingin dinilai, dihargai, dan merasa penting. Sumber dukungan ini dapat diperoleh dari teman sekerja, atasan, bawahan dan sebagainya. Tentunya ketika memasuki masa pensiun, waktu untuk bertemu dengan rekan seprofesi menjadi berkurang.

d) Hilangnya makna suatu tugas.

Pekerjaan yang dikerjakan seseorang mungkin sangat berarti bagi dirinya. Dan hal ini tidak bisa dikerjakan saat seseorang itu mulai memasuki masa pensiun.

e) Hilangnya kelompok referensi yang bisa mempengaruhi *self image*.

Biasanya seseorang menjadi anggota dari suatu kelompok bisnis tertentu ketika dia masih aktif bekerja. Tetapi ketika dia menjadi pensiun, secara langsung keanggotaan pada suatu kelompok akan hilang. Hal ini akan mempengaruhi seseorang untuk kembali menilai dirinya lagi.

f) Hilangnya rutinitas

Pada waktu bekerja, seseorang bekerja hampir 8 jam kerja. Tidak semua orang menikmati jam kerja yang panjang seperti ini, tapi tanpa disadari kegiatan panjang selama ini memberikan *sense of purpose*, memberikan rasa aman, dan pengertian bahwa kita ternyata berguna. Ketika menghadapi masa pensiun, waktu ini hilang, orang mulai merasakan diri tidak produktif lagi.<sup>67</sup>

Bagi individu yang mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri, perubahan yang terjadi pada fase ini akan menimbulkan gangguan psikologis dan juga gangguan fisiologis. Kondisi gangguan fisiologis bisa menyebabkan kematian yang lebih cepat atau *premature death*. Istilah lain dikemukakan para ahli adalah *retirement shock* atau *retirement syndrome*. Sedangkan gangguan psikologis yang diakibatkan oleh masa pensiun biasanya kecemasan yang berlebihan, stress, frustrasi, depresi.

---

<sup>67</sup> Turner & Helms. *Life Span Development* (New York; Hold Saunders, 1983) hal. 421



#### **D. Pengaruh Konsep Diri Terhadap Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Masa Pensiun**

Terjadinya kecemasan merupakan implementasi dari konsep diri, sedangkan konsep diri merupakan bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri, menilai dirinya, juga bagaimana harapannya terhadap dirinya sendiri, begitu pula dengan penilaian dan harapan orang lain terhadap individu tersebut.

Perkembangan konsep diri ini berlangsung sejak individu mengenal dirinya dan mulai berkembang ketika ia mulai terjun pada lingkungan yang kongkret (misalnya ke dalam dunia kerja) tertentu, melalui identifikasi teman sejawat atau atasannya. Disinilah terbentuk suatu gambaran diri yang berupa konsep diri tentang dirinya, yaitu sebagai pekerja (misalnya, “saya seorang pekerja keras”, “saya saya seorang pegawai negeri di kantor X” dan lain sebagainya).

Menurut Cooper Smith sebagaimana dikutip oleh Fauzan dan Nurhidayah mengatakan bahwa individu yang memiliki konsep diri tinggi (positif) akan menghasilkan sosok individu yang bias meminimalkan adanya kecemasan, sedangkan individu dengan konsep diri yang rendah (negatif) cenderung menghasilkan individu yang memiliki tingkat kecemasan yang tinggi.<sup>68</sup>

Dengan kata lain seseorang yang memiliki konsep diri yang positif akan mempersiapkan diri sedini mungkin dalam menghadapi masa pensiun. Ia

---

<sup>68</sup> Fauzan, Luthfi dan Nurhidayah. *Peranan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Konsep Diri Siswa SMA Negeri di KODYA Malang* (Malang, IKIP Malang, 1991) hal. 25

akan memandang masa pensiun sebagai sesuatu yang menyenangkan, ia mulai memikirkan untuk melakukan hal-hal yang tidak bias ia lakukan ketika masih bekerja, menyalurkan hobi atau aktif dalam kegiatan social atau keagamaan, misalnya. Sebaliknya, individu yang memiliki konsep diri negative akan memandang pensiun sebagai sesuatu yang menakutkan, karena penghasilannya akan berkurang, ia akan kehilangan prestise, kehilangan kekuasaan dan kontak social. Sehingga hal tersebut menimbulkan keemasan dan kekhawatiran dalam dirinya.

#### **E. Hipotesis**

Hipotesis adalah pernyataan yang merupakan jawaban sementara dari rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian.<sup>69</sup>

Hipotesis yang peneliti ajukan dalam penelitian ini adalah “terdapat pengaruh yang signifikan antara konsep diri terhadap kecemasan pegawai negeri sipil dalam menghadapi masa pensiun”

---

<sup>69</sup> Aziz, R. 2005. *Hand Out; Metodologi penelitian Psikologi*

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu ingin mengetahui pengaruh konsep diri terhadap tingkat kecemasan pegawai negeri sipil dalam menghadapi masa pensiun, maka pendekatan yang dipakai dalam penelitian ini adalah kuantitatif yaitu penelitian yang menekankan analisisnya pada data-data numerical (angka) yang diolah dengan metode statistika.<sup>70</sup>

Jenis penelitian ini adalah asosiatif yaitu penelitian yang bertujuan untuk menyelidiki hubungan atau pengaruh antar variabel dan seberapa jauh hubungan atau pengaruh variabel tersebut terhadap variabel yang lain.<sup>71</sup> Hubungan atau asosiasi antar variabel dalam penelitian ini termasuk jenis hubungan kausal (sebab akibat), dimana variabel bebas dapat mempengaruhi variabel terikat. Untuk menyelidiki pengaruh antar variabel.

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

Variabel penelitian merupakan suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>72</sup>

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi variabel-

---

<sup>70</sup> Azwar, S. *Metode Penelitian* (Yogyakarta; Pustaka Pelajar, 2004) hal. 5

<sup>71</sup> Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. (Bandung: Alfabeta, 2006) hal. 50

<sup>72</sup> Ibid, hal. 42

variabel lain, dalam penelitian ini yang termasuk variabel bebas adalah konsep diri. Sedangkan variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas, yaitu kecemasan.

### **C. Definisi operasional**

Konsep diri adalah bagaimana seorang individu membuat penilaian tentang dirinya sendiri baik secara fisik (gambaran diri, identitas), psikologis (harga diri), maupun social (peran, ideal diri) dan kemampuan untuk mengembangkan harapan-harapan terhadapnya.

Kecemasan menghadapi masa pensiun adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami kekhawatiran dan kegelisahan yang berlebihan terhadap sesuatu yang akan terjadi di masa yang akan datang yang berkaitan dengan keadaan dirinya setelah pensiun, yang diikuti oleh gejala-gejala psikologis maupun fisiologis

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

Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian.<sup>73</sup> Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pegawai negeri sipil di kantor disperindag yang akan menghadapi masa pensiun pada tahun 2007-2010 yaitu 11 orang responden.

Sedangkan, sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Jika jumlah responden < 100, maka sampel diambil semua dan menjadi penelitian populatif. Sedangkan untuk responden yang > 100, maka pengambilan sampel

---

<sup>73</sup> Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan dan Praktek* (Jakarta, PT Rineka Cipta, 2002) hal. 108

10%-15% atau 20%-25%.<sup>74</sup> Dengan demikian, karena populasi yang ada kurang dari 100 responden, yaitu 11 orang maka penelitian ini merupakan penelitian populasi.

## **E. Teknik Pengumpulan Data**

### **1) Angket atau kuesioner**

Angket atau Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang ia ketahui.<sup>75</sup> Istilah angket atau kuesioner ini juga merujuk pada instrument pengumpulan data berupa angket.

Beberapa alasan yang mendasari dipilihnya angket sebagai metode pengumpulan data diantaranya:

- a) Kuesioner dapat dibagikan secara serentak kepada banyak responden dengan pertanyaan yang benar-benar sama.
- b) Kuesioner dapat dijawab oleh responden menurut kecepatannya masing-masing dan menurut waktu senggang responden.
- c) Kuesioner merupakan metode pengumpulan data yang lebih dapat menjangkau kapasitas responden lebih banyak dengan menghemat waktu penelitian.

Angket yang dipakai dalam penelitian ini adalah angket langsung dan tertutup. Angket langsung yakni angket yang diberikan kepada responden dengan jawaban mengenai dirinya sendiri. Sedangkan angket tertutup yakni

---

<sup>74</sup> Ibid. hal 108

<sup>75</sup> Ibid, hal. 128

angket yang telah disediakan jawabannya oleh peneliti sehingga responden tinggal memilih. Dalam penelitian ini, angket yang digunakan merupakan “angket uji terpakai.” Angket yang mengukur Konsep Diri dan tingkat Kecemasan ini, dibagikan kepada 11 orang Pegawai Negeri Sipil yang akan menghadapi masa pensiun yang merupakan subjek dalam penelitian ini

Angket untuk mengukur pengaruh konsep diri terhadap tingkat kecemasan pegawai negeri sipil dalam menghadapi masa pensiun terdiri atas 84 pernyataan, (40 untuk mengukur konsep diri dan 44 untuk mengukur tingkat kecemasan) dan menggunakan skala Likert dengan pilihan jawaban serta skor yang ditentukan sebagai berikut:

**Tabel 3.1**  
**Skor Skala Likert**

<b>Jawaban</b>	<b>SKOR FAVOURABLE</b>	<b>SKOR UNFAVOURABLE</b>
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Pernyataan Favourable merupakan pernyataan yang berisi hal-hal yang positif mengenai obyek sikap. Pernyataan unfavourable merupakan pernyataan yang berisi hal-hal yang negative yakni tidak mendukung atau kontra terhadap obyek sikap yang hendak diungkap.<sup>76</sup> Pilihan jawaban ditengah atau netral tidak dipergunakan dalam angket ini karena peneliti ingin mengetahui kecenderungan responden mengenai permasalahan yang ditanyakan.

<sup>76</sup> Azwar, Saifuddin. *Metode Penelitian* (Yogyakarta; Pustaka Pelajar, 2004) hal. 98

**Tabel 3.2**  
**Blue Print Angket Konsep Diri**

No	ASPEK	INDIKATOR	FAVOURABLE	UNFAVOURABLE
1.	Gambaran diri	Perasaan terhadap ukuran dan bentuk tubuh	1,2	3,4
		Penampilan	5,6	7,8
		Postensi fisik	9	10
2.	Ideal diri	Aspirasi/cita-cita	11,12	13,14
		Nilai yang ingin dicapai	15,16	17,18
3.	Harga diri	Penilaian terhadap hasil yang dicapai	19	20
		Dicintai	21,22	23,24
		Menerima penghargaan dari orang lain	25,26	27,28
4.	Peran	Posisi	29,30	31,32
		Aktualisasi	33,34	35,36
5.	Identitas	Keunikan	37	38
		Jenis kelamin	39	40
Jumlah			20	20

**Tabel 3.3**  
**Blue Print Angket Kecemasan**

No	ASPEK	INDIKATOR	FAVOURABLE	UNFAVOURABLE
1	Fisik	Jantung berdebar-debar	1,2	23,24
		Berkeringat dingin	3,4	25,26
		Susah berkonsentrasi	5,6	27,28
		Nafu makan berkurang	7,8	29,30
		Tidur tidak nyenyak	9,10	31,32
		Kepala pusing	11,12	33,34
2	Psikologis	Ketakutan/ kekhawatiran yang berlebihan	13,14	35,36
		Rendah diri	15,16	37,38
		Ingin lari dari kenyataan	17,18	39,40
		Hilang ketenangan	19,20	41,42
		Sering mengeluh	21,22	43,44

Jumlah	22	22
--------	----	----

## 2) Wawancara

Wawancara adalah metode pengumpulan data dengan cara Tanya-jawab sepihak yang dikerjakan dengan sistematis dan berlandaskan kepada tujuan penyelidikan.<sup>77</sup> Adapun wawancara yang dipakai dalam penelitian ini adalah wawancara semi terstruktur yaitu wawancara yang dilakukan dengan cara menggunakan pedoman wawancara yang dibuat berupa daftar pertanyaan, tetapi tidak berupa kalimat-kalimat yang permanen (mengikat).<sup>78</sup>

Metode ini digunakan hanya untuk memperkuat data yang diperoleh dari angket, sehingga responden yang diwawancarai hanya beberapa saja.

## 3) Observasi

Yang berarti pengamatan yang bertujuan untuk mendapatkan data tentang suatu masalah, sehingga diperoleh pemahaman atau sebagai alat *re-checking/* pembuktian terhadap informasi/keterangan yang diperoleh sebelumnya.<sup>79</sup>

Teknik observasi yang digunakan adalah observasi nonpartisipan, dimana pengamat berada di luar subjek yang diteliti dan tidak ikut dalam kegiatan-kegiatan yang mereka lakukan.

---

<sup>77</sup> Hadi, Sutrisno. *Metodologi Research 2*. (Yogyakarta; Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada, 1986) hal. 193

<sup>78</sup> Rahayu, iin. *Observasi dan Wawancara* (Malang; Banyu Media, 2004) hal. 79

<sup>79</sup> Ibid, hal. 1



#### **4) Dokumentasi**

Dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, notulen rapat agenda dan sebagainya.<sup>80</sup>

Dokumentasi dalam penelitian ini diperoleh berdasarkan laporan-laporan tertulis yang dikeluarkan oleh instansi atau lembaga terkait, juga dilakukan dengan membaca atau mempelajari buku-buku teks, catatan kuliah, makalah-makalah, bahan seminar serta laporan-laporan penelitian yang masih berkaitan.

#### **F. Proses Penelitian**

Adapun proses dari penelitian yang dilakukan adalah:

##### **1. Rumusan Masalah**

Setiap penelitian selalu berangkat dari masalah. Setelah masalah diidentifikasi dan dibatasi, maka masalah tersebut dirumuskan. Rumusan masalah dinyatakan dalam kalimat tanya.

##### **2. Landasan Teori**

Landasan teori ini merupakan kajian secara teoritis mengenai fokus penelitian. Adapun yang dibicarakan dalam kajian teori ini adalah teori tentang konsep diri, kecemasan dan pensiun. Teori di sini digunakan untuk menjawab rumusan masalah penelitian yang ada.

---

<sup>80</sup> Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan dan Praktek*. Hal. 206

### 3. Perumusan Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara dari rumusan masalah penelitian yang ada.

### 4. Pengumpulan Data

Dalam pengumpulan data, langkah yang dilakukan adalah menentukan populasi dan sampel serta pembuatan instrumen penelitian berupa angket. Untuk langkah selanjutnya melakukan uji validitas dan reliabilitas angket. Setelah angket diujikan, maka dapat digunakan untuk mengukur variabel yang telah ditetapkan.

### 5. Analisis Data

Setelah data terkumpul, langkah selanjutnya adalah analisis data. Analisis data diarahkan untuk menjawab rumusan masalah dan hipotesis yang diajukan. Adapun analisis data dilakukan dengan menggunakan jasa SPSS versi 13,00.

### 6. Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan berisi jawaban singkat terhadap setiap rumusan masalah berdasarkan data yang terkumpul. Selain itu langkah selanjutnya adalah memberikan saran berdasarkan kesimpulan hasil penelitian. Melalui saran-saran tersebut diharapkan masalah dapat dipecahkan.

## **G. Analisa Validitas dan Reliabilitas**

Pengujian keampuhan instrumen pengumpulan data diperlukan 2 persyaratan yakni **validitas dan reliabilitas**. Untuk mempercepat proses analisis validitas dan reliabilitas ini, maka peneliti menggunakan *computer software SPSS (Statistical Product for Social Science)* versi 13, 00.

a) Validitas Instrumen

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen. Dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang hendak diukur<sup>81</sup>. Untuk mengetahui validitas angket maka peneliti menggunakan rumus korelasi *product moment* dari Pearson. Adapun rumus korelasi *product moment* tersebut yakni:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan

$r_{xy}$  = koefisien korelasi

N = Jumlah responden

X = variabel yang pertama

Y = Variabel yang kedua

Kriteria koefisien validitas yang digunakan dalam skala psikologis dikatakan valid dimana nilai korelasinya lebih besar dari 0.25.<sup>82</sup>

<sup>81</sup> Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktek*. hal. 144

<sup>82</sup> Sugiono. *Metode penelitian kuantitatif kualitatif R & D*. hal. 106

Dari 40 aitem yang tersusun untuk mengukur tingkat konsep diri, terdapat 8 aitem yang dinyatakan gugur dan 32 aitem dinyatakan valid. Sedangkan dari 44 aitem untuk mengukur tingkat kecemasan, terdapat 10 aitem yang dinyatakan gugur dan 34 aitem dinyatakan valid.

Perincian dari aitem-aitem yang dinyatakan gugur maupun valid dari variable konsep diri, tampak dari tabel dibawah ini:

**Tabel 3.4**  
**Validitas Skala Tingkat Konsep Diri**

No	Aspek	Aitem Valid	Jumlah	Aitem Gugur	Jumlah
1.	Gambaran diri - Perasaan terhadap ukuran dan bentuk tubuh - Penampilan - Potensi fisik	1,2,3,4 6,7,8 9,10	8	- 5 -	1
2.	Ideal diri - Aspirasi/cita-cita - Nilai yang ingin dicapai	12,13,14 16,17	5	11 15,18	3
3.	Harga diri - Penilaian terhadap hasil yang dicapai - Dicintai - Menerima penghargaan dari orang lain	19,20 21,23,24 25,27,28	8	- 22 26	2
4.	Peran - Posisi - Aktualisasi	29,31,32 33,34,35	6	30 36	2
5.	Identitas - Keunikan - Jenis Kelamin	37,38, 39,40	4	-	0
Jumlah			32		8

Setelah memperoleh hasil uji validitas, maka terdapat perubahan pada perincian butir aitem yang telah disusun, sebagai berikut:

**Tabel 3.5**  
**Blue Print Skala Konsep Diri**

No	Aspek	F	UF	Jumlah	Bobot (%)
1.	Gambaran diri - Perasaan terhadap ukuran dan bentuk tubuh - Penampilan - Potensi fisik	1,2 6 9	3,4 7,8 10	9	27%
2.	Ideal diri - Aspirasi/cita-cita - Nilai yang ingin dicapai	12 16	13,14 17	5	16%
3.	Harga diri - Penilaian terhadap hasil yang dicapai - Dicintai - Menerima penghargaan dari orang lain	19 21 25	20 23,24 27,28	8	25%
4.	Peran - Posisi - Aktualisasi	29 33,34	31,32 35	6	19%
5.	Identitas - Keunikan - Jenis Kelamin	37 39	38 40	4	13%
Jumlah		14	18	32	100%

Sedangkan perincian dari aitem-aitem yang dinyatakan gugur maupun valid dari variable kecemasan, tampak dari tabel dibawah ini:

**Tabel 3.6**  
**Validitas Skala Tingkat Kecemasan**

No	Aspek	Aitem Valid	Jumlah	Aitem Gugur	Jumlah
1	Fisik				
	- jantung berdebar-debar	1,2,23,24	21	-	3
	- berkeringat dingin	3,4,25		26	
	- susah berkonsentrasi	5,6,27,28		-	
	- nafsu makan berkurang	8,29,30		7	
	- tidur tidak nyenyak	9,10,31,32		-	
	- kepala pusing	11,12,33		34	
2	Psikologis				
	- Ketakutan/ kekhawatiran yang berlebihan	13, 34,36	16	14	4
	- Rendah diri	16,37,38		15	
	- Ingin lari dari kenyataan	17,39,40		18	
	- Hilang ketenangan	19,20,41,42		-	
	- Sering mengeluh	22,43,44		21	
<b>Jumlah</b>			<b>37</b>		<b>10</b>

Setelah memperoleh hasil uji validitas, maka terdapat perubahan pada perincian butir aitem yang telah disusun, sebagai berikut:

**Tabel 3.7**  
**Blue Print Skala Kecemasan**

No	Aspek	F	UF	Jumlah	Bobot (%)
1	Fisik				
	- jantung berdebar-debar	1,2	23,24	21	56,8%
	- berkeringat dingin	3,4	25		
	- susah berkonsentrasi	5,6	27,28		
	- nafsu makan berkurang	8	29,30		
	- tidur tidak nyenyak	9,10	31,32		
	- kepala pusing	11,12	33		
2	Psikologis				
	- Ketakutan/ kekhawatiran yang berlebihan	13	34,36	16	43,2%
	- Rendah diri	16	37,38		
	- Ingin lari dari kenyataan	17	39,40		
	- Hilang ketenangan	19,20	41,42		
	- Sering mengeluh	22	43,44		
Jumlah	17	20	37		

b) Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas adalah istilah yang digunakan untuk menunjukkan bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya sebagai alat pengumpul data. Uji reliabilitas ini dengan menggunakan rumus *alpha Chronbach*.

Adapun rumusnya sebagai berikut:

$$r_{11} = \frac{k}{1 + \sum \sigma_b^2}$$

$$\frac{\sigma^2}{(k-1)}$$

Keterangan:

$r_{11}$  = Reliabelitas instrumen

$k$  = Banyaknya butir pertanyaan

$\sigma x_b^2$  = Jumlah varians butir pertanyaan

$\sigma y^2$  = Varians total

Untuk mendapatkan nilai varians rumusnya:

$$\sigma^2 = \frac{\sum X^2 - \frac{(\sum x)^2}{N}}{N}$$

Kriteria koefisien reliabilitas yang digunakan dalam skala psikologis yaitu dikatakan reliabel apabila nilai koefisien alpha melebihi 0,6 dan mendekati 1.<sup>83</sup>

Hasil uji reliabilitas instrument setelah diolah dengan menggunakan SPSS versi 13 menunjukkan hasil alpha yang telah dibakukan (*Standardized item alpha*) pada variable Konsep Diri sebesar 0,878 sedangkan untuk variable Kecemasan menunjukkan nilai reliabilitas sebesar 0,745 Seperti yang dikatakan oleh Sekaran dalam teorinya bahwa

<sup>83</sup> Sekaran (dalam *Research Book of LKP2M*. Sekolah Penelitian IV UIN Malang. 2005). Hal. 311



nilai koefisien alpha melebihi 0,6 dan mendekati 1 maka, skala tersebut dikatakan reliable. Untuk lebih jelasnya, terangkum dalam tabel di bawah ini:

**Tabel 3.8**  
**Reliabilitas**

No	Variabel	Alpha	Keterangan
1	Konsep Diri	0.878	Reliabel
2	Kecemasan	0.745	Reliable

## H. Teknik Analisa hasil penelitian

Setelah data dari lapangan terkumpul maka dilakukan proses analisa yang meliputi:

### 1. Persiapan

Kegiatan dalam persiapan ini antara lain:

- Mengecek nama serta kelengkapan identitas responden
- Mengecek kelengkapan data seperti pengisian aitem pada instrument pengumpulan data dan pengecekan macam isian data.

### 2. Tabulasi

Beberapa langkah tabulasi antara lain:

- Memberika skor (*scoring*) pada aitem yang perlu diberi skor
- Memberikan kode (*coding*) pada aitem yang tidak diberi skor.

Proses analisa data dalam penelitian ini menggunakan jasa SPSS versi 13,00. Adapun teknik analisa datanya yaitu dengan menggunakan

Kuantitatif. Untuk menganalisa data yang telah terkumpul melalui angket, membuktikan hipotesis dan untuk mengetahui tingkat kecemasan dan konsep diri digunakan analisa dengan acuan skor standar deviasi, maka peneliti menggunakan rumus:

$$M = \sum \frac{Fx}{N}$$

$$SD = \sqrt{\frac{\sum Fx^2}{N} - M^2}$$

**Ket:**

M: Mean

K: Nilai masing-masing responden

F: Frekuensi

N: Jumlah responden

Dari distribusi skor responden kemudian mean dan deviasi standarnya dihitung sehingga skor yang dijadikan batas angka penilaian sesuai dengan norma yang diketahui. Adapun norma yang digunakan adalah:

Rendah: 0 s/d Mean – 1SD

Sedang: M-1SD s/d M+1SD

Tinggi :  $\geq$  M+1SD

Sedangkan untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara konsep diri dengan tingkat kecemasan, maka digunakan analisa regresi linier sederhana yaitu suatu metode untuk meramalkan pengaruh dan besarnya pengaruh dari suatu variabel bebas terhadap variabel terikat dengan menggunakan prinsip-prinsip korelasi dan regresi. Adapun rumus yang digunakan:

$$F_{reg} = \frac{r^2(N-2)}{1-r^2}$$

**Ket:**

F reg : Harga F garis regresi

r : koefesien korelasi antara prediktor

N : Jumlah responden

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di kantor Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal di Kabupaten Sumenep yang berlokasi di Jl. Asoka no. 17 Sumenep Madura

##### **1. Profil**

Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep merupakan unsur pelaksana pemerintah daerah yang mempunyai tugas melaksanakan kewenangan otonomi daerah di bidang industri, perdagangan dan penanaman modal serta tugas pembantuan yang diberikan pemerintah. Pembanguna ekonomi jangka pendek difokuskan pada program mendayagunakan kekuatan yang dimiliki dengan mengembangkan *resource based industry* (agro industri dan agro bisnis), meningkatkan peran usaha kecil dan menengah (*small and medium enterprices*) dalam rangka pemulihan kehidupan ekonomi.

Industri kecil, kerajinan dan rumah tangga mempunyai peranan penting dalam menyediakan lapangan usaha dan penyerapan tenaga kerja. Oleh karena itu program pembinaan dan pengembangan industri di kabupaten sumenep lebih diarahkan pada pembinaan dan pengembangan industri kecil, kerajinan dan rumah tangga.

## **2. Dasar Hukum**

Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep dibentuk melalui peraturan daerah no. 02 tahun 2006 tentang pembentukan organisasi dinas daerah. Dalam pelaksanaan tugas dan fungsi dinas daerah ditetapkan dalam peraturan bupati Sumenep no. 03 tahun 2006 yang memuat tentang tugas dan fungsi Dinas Perindustrian dan Perdagangan sebagai berikut:

### **Tugas dan Fungsi:**

Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal dipimpin oleh kepala dinas yang berada dibawah dan bertanggung jawab kepada bupati melalui sekretaris daerah.

#### **1. Tugas**

Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep mempunyai tugas membantu bupati dalam penyelenggaraan kewenangan bidang Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal.

#### **2. Fungsi**

Untuk melaksanakan tugas tersebut diatas Dinas Perindustrian dan Perdagangan Kabupaten Sumenep mempunyai fungsi:

- a) Pelaksanaan penyusunan rencana pembinaan dan pengembangan bidang perindustrian;
- b) Pelaksanaan penyusunan rencana pembinaan dan pengembangan bidang perdagangan;

- c) Pelaksanaan penyusunan rencana pembinaan dan pemberdayaan industri dan perdagangan;
- d) Pelaksanaan penyusunan rencana pembinaan dan pengembangan penanaman modal dan investasi daerah;
- e) Pelaksanaan koordinasi dengan instansi dan lembaga terkait pelaksanaan perindustrian, perdagangan, pemberdayaan industri dan perdagangan serta penanaman modal dan investasi daerah;
- f) Pelaksanaan tugas lain yang diberikan oleh bupati sesuai dengan tugas dan fungsinya;

### **3. Visi dan Misi**

Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep mempunyai visi yang dirumuskan sebagai berikut:

“Terwujudnya kabupaten sumenep sebagai daerah otonom yang bertumpu pada industri dan perdagangan yang berbasis pada pengembangan agro industri dan agro bisnis yang tangguh”

Sebagai daerah otonom diharapkan Kabupaten Sumenep mempunyai struktur industri dan perdagangan yang kokoh dan seimbang, berdaya saing tinggi, bertumpu pada sumber daya alam yang tersedia dan sumber daya manusia yang berkualitas dalam rangka pemulihan kondisi ekonomi dan pengnggulangan kemiskinan.

Untuk mencapai dan mewujudkan visi yang telah ditetapkan, maka Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep menetapkan misi, sebagai berikut:

1. Memberdayakan usaha kecil dan menengah menjadi tangguh, mandiri dan berkembang dengan sendirinya akan meningkatkan produk, kesempatan kerja, ekspor serta pemerataan hasil-hasil pembangunan yang pada gilirannya akan memberikan sumbangan yang lebih besar terhadap penerimaan asli daerah.
2. Meningkatkan iklim usaha yang kondusif, menggali dan mengembangkan produk unggulan yang kompetitif dan berorientasi pada pasar global serta mengembangkan sistem dan jaringan informasi untuk dapat mempercepat arus informasi kepada dunia usaha di dalam dan di luar negeri dalam rangka menarik arus investasi;
3. Meningkatkan kemampuan SDM (aparatur, pengusaha kecil dan menengah) serta meningkatkan pelayanan perizinan.

#### **4. Strategi dan Arah Kebijakan**

##### **a. Strategi**

Dalam upaya untuk mencapai visi dan misi maka ditetapkan tujuan Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal sebagai berikut:

- 1) Meningkatnya kemampuan usaha dan pendapatan pengusaha kecil dan menengah;
- 2) Meningkatnya iklim usaha yang kondusif;
- 3) Meningkatnya kemampuan SDM

Dan sasaran pembangunan industri dan perdagangan dalam rangka mewujudkan visi, misi, tujuan Dinas Perindustrian, Perdagangan, dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep yang di tetapkan, maka di rumuskan strategi pembangunan industri perdagangan dan penanaman modal Kabupaten Sumenep, sebagai berikut:

- a) Meningkatnya kemampuan usaha bagi masyarakat/pengrajin untuk meningkatkan daya saing dan menumbuhkan usaha baru;
- b) Meningkatnya kemampuan modal usaha;
- c) Meningkatnya kemampuan usaha di sector perdagangan serta terciptanya pasar yang kondusif;
- d) Meningkatnya administrasi dan pelayanan masyarakat serta kinerja aparatur;
- e) Meningkatnya dan terbukanya akses untuk mendapat peluang investasi bagi investor.

b. Arah kebijakan

Dalam upaya untuk mencapai sasaran pembangunan serta dalam rangka mewujudkan visi dan misi Dinas Perindustrian, Perdagangan, dan Penanaman Modal di tetapkan kebijakan Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal adalah :



I. Kebijakan Teknis, meliputi:

1. Meningkatkan kemampuan ketrampilan dan pemanfaatan teknologi tepat guna serta kemampuan teknis dan managerial pelaku usaha dalam pengembangan industri kecil dan rumah tangga;
2. Meningkatkan kemampuan usaha melalui pemberian bantuan melalui pemberian bantuan pinjaman modal usaha untuk pengusaha kecil dan menengah;
3. Melaksanakan pengendalian dan monitoring perkembangan harga dan distribusi bahan kebutuhan pokok serta upaya perlindungan konsumen;
4. Mengembangkan system informasi industri dan perdagangan untuk menunjang aksesibilitas dan perluasan pasar;
5. Meningkatkan iklim usaha yang kondusif untuk menarik arus investasi dan kegiatan produksi dan kegiatan usaha produktif.

II. Kebijakan personalia

Sedangkan kebijakan personalia yang ditetapkan adalah meningkatkan mobilitas dan kinerja pegawai dalam mewujudkan administrasi dan pelayanan masyarakat.

## **5. Intensifikasi Dan Ekstensifikasi Pendapatan Daerah**

Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman modal memberikan masukan bagi Pendapatan Asli Daerah melalui Retribusi Izin Usaha dan Hasil Bunga Usaha Dana Revolving Penguatan Modal Usaha perindustrian dan perdagangan. Retribusi Izin Usaha ini meliputi:

- a) Retribusi Tanda Daftar perusahaan (TDP)
- b) Retribusi Surat Izin Usaha Perdagangan (SIUP)
- c) Retribusi Tanda Daftar Gudang (TDG)
- d) Tanda Daftar Industri (TDIS)

## **B. Penyajian dan Analisa Data**

Analisa data dilakukan guna menjawab Rumusan Masalah dan Hipotesis yang diajukan pada bab sebelumnya, sekaligus memenuhi tujuan dari penelitian ini. Adapun proses analisa data yang dilakukan adalah :

### **1. Pengkategorian Konsep Diri**

Peneliti membagi tingkat Konsep Diri ke dalam 3 kategori, yaitu: tinggi (T), sedang (S) dan rendah (R). Pengkategorian ini diperoleh setelah peneliti menetapkan nilai skor standar dari masing-masing kategori. Nilai skor standar ini diperoleh setelah nilai mean dan standar deviasi telah diketahui dengan menggunakan norma sebagai berikut:

**Tabel 4.2**  
**Norma Kelompok**

<b>Kategori</b>	<b>Kriteria</b>
Rendah	$X \leq \text{Mean} - 1SD$
Sedang	$M-1SD \text{ s/d } M+1SD$
Tinggi	$X \geq M+1SD$

(Sutrisno Hadi, 1986: 40)

Hasil analisis tingkat Konsep Diri pada Pegawai Negeri Sipil Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep ini menunjukkan nilai mean sebesar 106,00 dan nilai standar deviasi sebesar 8,149. Maka, skor masing-masing kategori adalah sebagai berikut:

**Tabel 4.3**  
**Kategori Tingkat Konsep Diri**

<b>Kategori</b>	<b>Skor</b>
Rendah	$X \leq 97,851$
Sedang	97,852-114,149
Tinggi	$X \geq 114,150$

Dari standar skor diatas, maka diperoleh hasil penghitungan dengan perincian sebagai berikut:

**Tabel 4.4**  
**Perincian Pengkategorian Variable Konsep Diri**

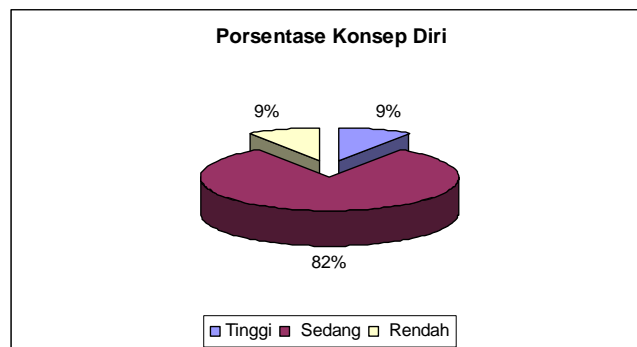
<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
Rendah ( $\leq 97,851$ )	1	9 %
Sedang (97,852-114,149)	9	82%
Tinggi ( $\geq 114,150$ )	1	9%
Jumlah	11	100%

Dari hasil pengkategorisasian di atas dapat diketahui bahwa tingkat Konsep Diri Pegawai Negeri Sipil Dinas Perindustrian, Perdagangan dan

Penanaman Modal Kabupaten Sumenep berada pada kategori sedang atau cukup, yaitu 9 orang dengan prosentase 82%. Sedangkan yang memiliki konsep diri tinggi yaitu 1 orang dengan prosentase 9% dan 1 orang lainnya memiliki konsep diri rendah dengan prosentase 9%.

Adapun untuk mendapat gambaran yang lebih jelas tentang hasil diatas bisa dilihat dari diagram di bawah ini :

**Tabel 4.5**  
**Diagram Prosentase Konsep Diri**



## 2. Pengkategorian Kecemasan

Sedangkan Hasil analisis tingkat Kecemasan pada Pegawai Negeri Sipil Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep yang akan menghadapi masa pensiun ini menunjukkan nilai mean sebesar 63,91 dan nilai standar deviasi sebesar 6,534 Maka, skor masing-masing kategori adalah sebagai berikut:

**Tabel 4.6**  
**Kategori Tingkat Tingkat Kecemasan**

<b>Kategori</b>	<b>Skor</b>
Rendah	$X \leq 57,376$
Sedang	57,377-70,443
Tinggi	$X \geq 70,444$

Dari standar skor diatas, maka diperoleh hasil penghitungan dengan perincian sebagai berikut:

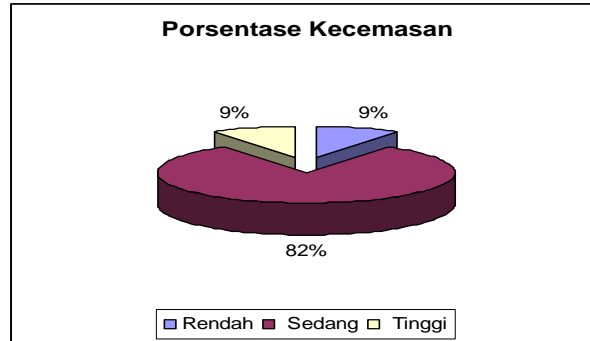
**Tabel 4.7**  
**Perincian Pengkategorian Variable Kecemasan**

<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
Rendah ( $\leq 57,376$ )	1	9%
Sedang (57,377-70,443)	9	82%
Tinggi ( $\geq 70,444$ )	1	9%
Jumlah	11	100%

Dari hasil pengkategorisasian di atas dapat diketahui bahwa tingkat Kecemasan Pegawai Negeri Sipil Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep yang akan menghadapi masa pensiun berada pada kategori sedang atau cukup yaitu 1 orang dengan prosentase 82%. Sedangkan yang memiliki tingkat kecemasan tinggi yaitu 1 orang dengan prosentase 9%, begitu pula dengan yang memiliki tingkat kecemasan rendah.

Adapun untuk mendapat gambaran yang lebih jelas tentang hasil diatas bisa dilihat dari diagram di bawah ini :

**Tabel 4.8**  
**Diagram Prosentase Kecemasan**



### 3. Pengujian Hipotesis

Untuk mengetahui adanya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat, maka digunakan rumus regresi linier sederhana dengan menggunakan SPSS versi 13. Adapun hasil pengujian hipotesis yang telah dilakukan terhadap hipotesis awal mengatakan bahwa “Terdapat Pengaruh yang Signifikan antara Konsep Diri terhadap Kecemasan Pegawai Negeri Sipil dalam Menghadapi Masa Pensiun”. Sesuai dengan hipotesis yang diajukan, bahwa ada pengaruh yang signifikan antara variabel bebas dan variabel terikat ( $r=0,754$  sig  $0,038/p<0,05$ ) atau Konsep Diri berpengaruh terhadap tingkat Kecemasan secara signifikan pada taraf kepercayaan 95%. Sedangkan besarnya pengaruh Konsep Diri terhadap Kecemasan yaitu 56,8% ( $R\ square=0,568 \times 100=56,8\%$ ) sementara sisanya dipengaruhi oleh sebab-sebab lain.

**Tabel 4.9**  
**Hasil Regresi**

<b>R</b>	<b>R square</b>	<b>Sig</b>	<b>Keterangan</b>	<b>Kesimpulan</b>
0,754	0,568	0,038	Sig 0,038 <0,05	Signifikan

### **C. Pembahasan**

Konsep diri merupakan hal yang penting artinya dalam kehidupan seseorang, karena konsep diri menentukan bagaimana seseorang bertindak dalam berbagai situasi. Orang dengan konsep diri negatif akan cenderung bersikap pesimistik terhadap kehidupan dan kesempatan yang dihadapinya. Ia tidak melihat tantangan sebagai kesempatan, namun lebih sebagai halangan. Orang dengan konsep diri negatif, biasanya mudah merasa cemas akan apa yang akan dihadapinya. Selain itu ia juga mudah menyerah sebelum berperang dan jika gagal, akan ada dua pihak yang disalahkan, entah itu menyalahkan diri sendiri (secara negatif) atau menyalahkan orang lain.

Sebaliknya seseorang dengan konsep diri yang positif akan terlihat lebih optimis, penuh percaya diri dan selalu bersikap positif terhadap segala sesuatu, juga terhadap kegagalan yang dialaminya. Kegagalan bukan dipandang sebagai kematian, namun lebih menjadikannya sebagai penemuan dan pelajaran berharga untuk melangkah ke depan. Orang dengan konsep diri yang positif akan mampu menghargai dirinya dan melihat hal-hal yang positif yang dapat dilakukan demi keberhasilan di masa yang akan datang.

Begitu juga dalam menghadapi masa pensiun, seseorang yang memiliki konsep diri yang rendah biasanya cenderung mudah mengalami

kecemasan. Hal tersebut dilandasi oleh cara memandang diri dan kehidupan masing-masing individu. Cara pandang tersebut akan memberikan efek terhadap individu karena aktifitas dan kegiatan yang dilakukan tiap individu sehari-hari selalu diwarnai oleh pemenuhan kebutuhan hidup individu tersebut. Pemenuhan kebutuhan-kebutuhan tersebut akan memberikan reaksi terhadap diri individu. Reaksi inilah yang nantinya akan memicu individu untuk memberikan penilaian maupun pandangan terhadap kapasitas diri dan fungsi kehidupan serta bagaimana menjalani kehidupannya.

Pada penelitian ini ditemukan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara kedua variabel ( $r=0,754$  sig  $0,038/p<0,05$ ). Sedangkan besarnya pengaruh Konsep Diri terhadap Kecemasan yaitu 56,8% ( $R\text{-square}=0,568 \times 100=56,8\%$ ) sementara sisanya dipengaruhi oleh variabel-variabel lainnya yang tidak menjadi fokus penelitian ini.

Hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa ada pengaruh antara konsep diri dengan kecemasan sesuai dengan pendapat Cooper Smith bahwa individu yang memiliki konsep diri tinggi (positif) akan menghasilkan sosok individu yang bisa meminimalkan adanya kecemasan, sedangkan individu dengan konsep diri yang rendah (negatif) cenderung menghasilkan individu yang memiliki tingkat kecemasan yang tinggi.<sup>84</sup>

Konsep diri merupakan salah satu faktor penggerak dalam melakukan aktifitas sehari-hari individu. Perilaku maupun cara individu melakukan antisipasi terhadap hal-hal yang akan terjadi tergantung terhadap tingkat

---

<sup>84</sup> Fauzan, Luthfi dan Nurhidayah. *Peranan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Konsep Diri Siswa SMA Negeri di KODYA Malang* (Malang, IKIP Malang, 1991) hal. 25



konsep diri yang dimilikinya. Sehubungan dengan factor kecemasan yang merupakan salah satu sifat tiap individu, konsep diri memegang peranan yang cukup signifikan dalam mengontrol kecemasan. Konsep diri yang dimiliki individu akan memberikan pandangan terhadap diri individu bagaimana individu akan melakukan aksi maupun reaksi yang ia terima dari lingkungannya. Konsep diri akan memberikan solusi maupun cara bagaimana individu akan meredam atau menghadapi kecemasannya sehingga sifat cemas yang dimilikinya tidak akan mempengaruhi pola hidupnya terlalu dalam. Dengan kata lain jika tingkat konsep diri individu tinggi maka tingkat kecemasan yang dimilikinya rendah. Artinya individu mampu untuk meredam tingkat kecemasan dengan pola konsep diri yang dimilikinya.

Kecemasan sendiri merupakan sifat yang dimiliki individu. Menurut Atkinson kecemasan muncul karena adanya tiga hal, yaitu *Threat* (ancaman), *Conflict* (pertentangan) dan *Fear* (ketakutan).<sup>85</sup> Dengan adanya tiga hal tersebut, individu akan memunculkan kecemasan dalam dirinya secara alamiah. Permasalahannya adalah bukan pada bagaimana kecemasan tersebut dihilangkan tetapi bagaimana individu mampu meredam atau mengarahkan kecemasan tersebut terhadap hal-hal yang positif.

Kecemasan merupakan factor alamiah individu, dan kecemasan ini tidak bisa dihilangkan karena ia merupakan bawaan dari tiap individu. Kecemasan merupakan salah satu sistem pertahanan diri individu dari hal-hal yang akan terjadi sehingga individu akan melakukan preventifikasi sebelum

---

<sup>85</sup> Atkinson R.L, et. all. *Pengantar Psikologi*. Jilid II. Terjemah Nur Jennah dan Rukmini Burhan (Jakarta: Penerbit Erlangga, 1991) hal. 34

hal-hal yang tidak ia inginkan terjadi. Tetapi kecemasan yang berlebihan malah akan menimbulkan akibat yang negatif karena individu akan *over protection* terhadap stimulus-stimulus yang datang dari luar.

Kecemasan yang sering dialami oleh Pegawai Negeri Sipil (PNS) saat menghadapi masa pensiun merupakan hal-hal yang wajar terjadi. Kecemasan yang tidak dapat dibendung sehingga menimbulkan hal-hal yang tidak diinginkan merupakan perilaku negatif yang seharusnya tidak terjadi. Dengan konsep diri yang dimiliki oleh PNS di Dinas Perindustrian, Perdagangan dan penanaman Modal Sumenep, maka ketika menghadapi masa pensiun mereka rata-rata tidak mengalami kecemasan yang berarti. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa konsep diri PNS di Dinas Perindustrian, Perdagangan dan penanaman Modal Sumenep rata-rata sedang, kecemasan mereka juga berada dalam taraf sedang juga.

Dengan hasil yang didapat, kita mengetahui bahwa konsep diri di kalangan PNS di Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Sumenep mempengaruhi kecemasan mereka dan diketahui juga bahwa tingkat konsep diri dan kecemasan mereka berada pada taraf menengah (sedang) sehingga diharapkan agar konsep diri yang dimilikinya ditingkatkan agar lebih mampu meminimalisir tingkat kecemasan yang sedang dialaminya saat menghadapi masa pensiun.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan teori-teori yang telah dipaparkan sebelumnya bahwa konsep diri memiliki hubungan dan pengaruh

terhadap kecemasan. Sehingga hipotesis pada penelitian ini diterima karena sesuai dengan teori-teori yang ada.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat Konsep Diri Pegawai Negeri Sipil Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep yaitu dari 11 subyek yang diteliti 9 orang (82%) berada pada tingkat Konsep Diri normal atau sedang, 1 orang (9%) berada pada tingkat Konsep Diri rendah, sedangkan 1 Orang lainnya (9%) berada pada tingkat konsep diri tinggi
2. Tingkat Kecemasan pegawai Negeri Sipil Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal kabupaten Sumenep yaitu dari 11 subyek yang diteliti 9 orang (82%) berada pada tingkat Kecemasan normal atau sedang, 1 orang (9%) berada pada tingkat Kecemasan rendah, sedangkan 1 Orang lainnya (9%) berada pada tingkat Kecemasan tinggi
3. Terdapat pengaruh yang signifikan antara Konsep Diri dan tingkat Kecemasan dalam menghadapi masa pensiun, yaitu ( $r=0,754$  sig  $0,038/p<0,05$ ) atau Konsep Diri berpengaruh terhadap tingkat Kecemasan secara signifikan pada taraf kepercayaan 95%. Sedangkan besarnya pengaruh Konsep Diri terhadap Kecemasan yaitu 56,8% ( $R\text{ square}=0,568 \times 100=56,8\%$ ) sementara sisanya dipengaruhi oleh sebab-sebab lain.

#### 4. Saran-Saran

Sehubungan dengan hasil penelitian ini, terdapat beberapa saran yang ingin disampaikan penulis kepada :

1. Bagi Pegawai Negeri Sipil yang akan menghadapi masa pensiun, khususnya di kantor Dinas Perindustrian, Perdagangan dan Penanaman Modal Kabupaten Sumenep yang menjadi subyek penelitian, agar lebih meningkatkan konsep diri dan meminimalkan kecemasan dengan mempersiapkan sedini mungkin segala sesuatunya dalam menghadapi masa pensiun.
2. Bagi keluarga dan lingkungan sekitar subyek agar selalu membantu dan memberi dukungan agar subyek bisa lebih tenang dalam menghadapi masa pensiun dan menerima keadaannya serta tidak terlalu mencemaskan hal-hal yang akan terjadi nantinya setelah pensiun.
3. Bagi peneliti selanjutnya yang hendak melakukan penelitian dengan fokus yang hampir sama, diharapkan dapat melakukan penelitian dengan meninjau dari berbagai faktor ataupun variabel-variabel lainnya, yang belum diungkap dalam penelitian ini, seperti faktor usia, kepribadian dan lain-lain

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rhineka Cipta
- Astuty, Tri. 2004. *Kecemasan Ibu Hamil Pertama dalam Menghadapi Proses Persalinan* (Skripsi, tidak diterbitkan) Fakultas psikologi Universitas Islam Negeri Malang
- Atkinson R.L, et. all. *Pengantar Psikologi*. Jilid I. Terjemah Nur Jennah dan Rukmini Burhan (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2000) hal. 21
- Aziz, R. 2005. *Hand Out; Metodologi penelitian Psikologi*
- Azwar, Saifuddin. 2004. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta; Pustaka Pelajar.
- Burns, R. B. 1993. *Konsep Diri: Teori, Pengukuran, Perkembangan dan Perilaku* Jakarta; Penerbit Arcan
- Calhoun, J.F. 1990. *Psikologi Tentang Penyesuaian Dan Hubungan Kemanusiaan*. Semarang : IKIP Semarang Press
- Chaplin J.P. 2004. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali Pers
- Corsini, R.J. 1987. *The Concise Encyclopedia of Psychology*. Canada: John Willey & Sons
- Departemen Agama. 1985. *Alqur'an dan Terjemahannya*. Jakarta: Proyek Pengadaan Kitab Suci Al-Qur'an
- Eliana, Rika. 2003. *Konsep Diri Pensiunan*. On-line: [www.usu.ac.com](http://www.usu.ac.com). Akses: 13 Desember 2006
- Fahmi, Mustafa. 1997. *Kesehatan jiwa dan keluarga, sekolah dan masyarakat*. Jakarta: bulan bintang
- Fauzan, Luthfi dan Nurhidayah. 1991. *Peranan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Konsep Diri Siswa SMA Negeri di KODYA Malang*. Malang; IKIP Malang
- Fitts, William, H. 1974. *The Self Concept & Self Actualization*. Research Monograph no. 3. Los Angeles: Wetern Psychological Service

- Hadi, Sutrisno. 1986. *Metodologi Research 2*. Yogyakarta; Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada
- Hawari, Dadang. 2004. *Al-Qur'an (Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa)*. Yogyakarta; PT. Dana Bhakti Prima Yasa.
- Hasanah, Uswatun. 2004. *Perbedaan Tingkat Kecemasan Santri Lama dan Santri Baru dalam Menghadapi Ujian Diniyah di Ponpes Nurul Ulum Malang* (Skripsi) Fakultas Psikologi Univeritas Islam Negeri Malang
- Hurlock, Elizabeth. 1999. *Psikologi Perkembang, suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi Kelima. Jakarta; Penerbit Erlangga
- Kaplan & Sadock. 1997. *Sinopsis Psikiatri, Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis*. Edisi ketujuh. Jilid II. Jakarta: Binapura Aksara
- Kartono, Kartini. 1989. *Hygiene Mental Dan Kesehatan Mental Dalam Islam*. Bandung: penerbit mandar Maju.
- \_\_\_\_\_. 1981. *Psikologi Abnormal dan Pathologi Seks*. Bandung: Penerbit Alumni
- Keliat, Budi Anna. 1992. *Gangguan Konsep diri*. Jakarta; Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Najati, Ustman. 1985. *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*. Bandung; Penerbit Pustaka.
- Nevif JS, et. all. 2003. *Psikologi Abnormal*. Jilid 1 & 2. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Palmutter & Elizabeth. 1985. *Adult Development and Aging*. New York: Johns Willey and Sons
- Rahmat, Jalaludin. 1994. *Psikologi Komunikasi*. Bandung : PT Remaja Rodaskarya
- Research Book of LKP2M. 2005. Sekolah Penelitian IV UIN Malang.
- Sugiono. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Tri Rahayu, I. & Ardani, A. 2004. *Observasi & Wawancara*. Malang: Bayumedia.

Turner, Jeffrey, S. & Helms, D. 1983. *Life Span Development*. New York: Hold Saunders

Ukki Unsoed Team. 2005. *Perjalanan Menemukan Jati Diri*. On-line: [www.harokah.blogspot.com](http://www.harokah.blogspot.com). Akses: 17 Januari 2007



## Lampiran I

### ANGKET

Sebelum mengerjakan angket, silakan anda mengisi biodata terlebih dahulu:

Nama : .....

Jenis Kelamin : .....

Usia : .....

Jabatan : .....

#### **Petunjuk Pengisian**

Bacalah pernyataan-pernyataan dibawah ini terlebih dahulu, kemudian pilihlah jawaban yang sesuai dengan diri anda, dengan memberi tanda check list ( ✓ ) pada kolom yang telah tersedia, dengan pilihan jawaban sebagai berikut:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Tidak ada jawaban yang dinilai salah. Oleh karena itu, diharapkan untuk memilih jawaban yang benar-benar sesuai dengan diri anda. Telitilah dalam mengisi, jangan sampai ada yang terlewatkan. Terima kasih atas bantuan dan kerja samanya. Semoga Allah membalas segala amal baik anda.

#### **ANGKET KONSEP DIRI**

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa cukup puas dengan bentuk tubuh saya				
2	Tinggi badan saya cukup ideal dengan berat badan saya				
3	Menurut saya postur tubuh saya kurang bagus				
4	Saya tidak dapat menerima setiap kekurangan yang ada pada tubuh saya				
5	Saya memiliki penampilan yang cukup menarik				
6	Banyak orang yang memuji penampilan saya				
7	Saya merasa kurang percaya diri dengan warna kulit saya				
8	Saya merasa penampilan saya tidak rapi dan sangat berantakan				
9	Banyak orang mengatakan bahwa fisik saya sangat potensial untuk menjadi seorang atlet olahraga				
10	Saya melihat bahwa tubuh saya tidak memiliki potensi sama sekali di bidang olahraga apapun				
11	Kelak saat pensiun saya akan mengabdikan diri saya pada masyarakat				
12	Saya mempunyai tuntutan yang tinggi pada diri saya yang				

	harus saya capai				
13	Saya tidak punya harapan terhadap masa depan saya sendiri				
14	Sampai saat ini saya belum mencapai apa yang saya inginkan dalam hidup saya (terlebih dalam pekerjaan)				
15	Saya sangat berharap pekerjaan saya saat ini dapat membantu saya untuk memperoleh pekerjaan yang lebih baik saat pensiun nanti				
16	Saat akan mendekati masa pensiun seperti sekarang ini saya berusaha mengabdikan diri saya sebaik-baiknya pada pekerjaan saya				
17	Tidak ada hal-hal yang berarti yang akan saya lakukan setelah pensiun, saya hanya akan menghabiskannya di rumah saja				
18	Saya tidak mempunyai target untuk masa depan saya, terlebih lagi setelah pensiun				
19	Saya hampir selalu berhasil dalam mencapai apa yang saya inginkan dalam hidup saya				
20	Saya merasa belum memberikan yang terbaik bagi pekerjaan saya				
21	Saya merasa rekan kerja saya (atasan ataupun bawahan) menyayangi dan peduli pada saya				
22	Saya mendapatkan perhatian yang berlimpah dari rekan kerja saya (ketika saya sakit/terkena musibah mereka akan menjenguk saya)				
23	Saya sering merasa diremehkan oleh rekan kerja saya				
24	Saya merasa orang-orang disekitar saya tidak menyukai saya				
25	Saya selalu mendapat pujian dari orang lain atas prestasi yang telah saya capai				
26	Saya sering mendapat keparcayaan dari atasan saya				
27	Orang lain cenderung tidak menghargai hasil kerja keras saya				
28	Kadang saya merasa sangat tidak berguna karena tidak dapat memberikan yang terbaik dalam hal pekerjaan				
29	Saya bersikap sesuai dengan posisi saya dalam pekerjaan saya				
30	Saya tau tugas saya dalam pekerjaan saya (mis. sebagai atasan, bawahan, dll)				
31	Saya tidak menyukai posisi atau jabatan saya saat ini karena hal tersebut menuntut banyak hal				
32	Saya tidak memiliki peran yang penting dalam pekerjaan saya				
33	Pekerjaan saya saat ini sesuai dengan profesi saya				
34	Sebagai seorang PNS di dinas perindustrian saya dapat menjalankan profesi saya dengan baik				
35	Profesi saya seolah-olah tidak berguna karena ternyata pekerjaan saya tidak sesuai dengan profesi saya				
36	Pekerjaan saya sangat membosankan dan kurang				

	menantang				
37	Banyak orang yang mengatakan bahwa saya memiliki sesuatu keunikan yang tidak dimiliki kebanyakan orang				
38	Saya adalah orang yang biasa-biasa saja, tidak ada yang dapat saya banggakan dari diri saya				
39	Saya mampu berlaku sesuai dengan jenis kelamin saya				
40	Sepertinya tingkah laku saya kurang sesuai dengan jenis kelamin saya				

#### ANGKET KECEMASAN

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya sering merasa jantung saya berdebar-debar ketika mengingat akan pensiun				
2	Jantung saya rasanya mau copot jika ada yang berbicara tentang pensiun				
3	Saya sering mengeluarkan keringat dingin ketika berfikir akan segera memasuki masa pensiun				
4	Akhir-akhir ini saya selalu mengeluarkan keringat yang berlebihan karena akan menghadapi masa pensiun				
5	Ketika akan mendekati masa pensiun seperti saat ini, saya merasa konsentrasi saya mudah buyar walau hanya karena gangguan kecil				
6	Saya tidak mampu berkonsentrasi dalam waktu yang lama terlebih saat mendekati masa pensiun				
7	Saya merasa akhir-akhir ini (saat mendekati masa pensiun) nafsu makan saya mulai berkurang				
8	Mendekati masa pensiun juga membuat saya terlalu memilih makanan yang akan saya makan				
9	Saya sering kali terbangun dari tidur malam saya karena memikirkan tentang masa pensiun yang akan segera saya hadapi				
10	Saya seringkali mengkonsumsi obat tidur, agar dapat tidur lebih pulas di malam hari dan tidak terganggu oleh pikiran tentang pensiun				
11	Kepala saya sering terasa pusing jika mengingat akan segera menghadapi pensiun				
12	Saya sering sakit kepala sebelah (migran) ketika memikirkan persoalan yang akan saya hadapi setelah pensiun				
13	Saya terkadang merasa takut ketika berpikir tentang masa				

37	Saya bangga dengan karir saya setelah saya pensiun melakukan				
14	Saya tenang dalam pekerjaan apa yang akan terjadi setelah				
38	Saya pernah selalu merasa yakin bahwa saya mampu				
15	Saya merasa permasalahan pensiun yang saya sukai belajar				
39	lagi (pensiun) mengatasi berbagai persoalan yang berkaitan				
16	kegiatan pensiun adalah tentang bantuan orang lain saya mengingat				
40	Saya merasa kadu gaya menghadap kan saya bahagia dengan				
17	ketidug kaya saya pernah tidak kurang lagi saya akan mengakhiri masa setelah pensiun nanti				
18	Saya adalah yang tidak bisa karena intahapa yang terjadi pada yang saya antusias dan yang telah pensiun nanti akan persidangan				
19	begitu hidup saya setelah pensiun menghadapi masa pensiun				
20	Saya dalam keadaan-akhir dan waktu dalam menghadapi masa pensiun tidak mengunduk ketenangan hidup saya				
21	Saya tidak merasa saya akan merasa tidak ada yang dapat dengan pensiun pada masa pensiun seperti sekarang ini				
22	Saya tidak merasa khawatir dalam menghadapi masa pensiun, saya lebih santai dan mengabdikan saya pensiun karena saya saya ingin orang-orang yang saya sukai dan menghadapi masa pensiun				
24	Saya tidak merasa bingung dalam menghadapi persoalan tentang pensiun				
25	Saya tidak pernah merasa tegang yang berlebihan dalam menghadapi pensiun				
26	Saya tetap tenang dalam menghadapi pensiun karena saya telah mempersiapkan segala sesuatunya				
27	Saya selalu berusaha untuk tetap berkonsentrasi pada sesuatu yang sedang saya kerjakan walaupun akan segera menghadapi masa pensiun				
28	Mengingat akan segera menghadapi masa pensiun, saya berusaha untuk lebih berkonsentrasi lagi pada pekerjaan saya agar dapat memberikan yang terbaik				
29	Masa pensiun yang akan saya hadapi sama sekali tidak membuat nafsu makan saya berkurang				
30	Pola makan saya tetap teratur dan sama sekali tidak terpengaruh oleh pikiran tentang pensiun yang akan saya hadapi				
31	Saya selalu tidur pulas ketika malam hari walaupun akan menghadapi masa pensiun				
32	Ketika akan beranjak tidur saya tidak memikirkan tentang pensiun karena dengan begitu saya akan tidur lebih nyenyak				
33	Saya tidak pernah memusingkan hal-hal yang akan terjadi setelah saya pensiun				
34	Ketika akan menghadapi pensiun saya berusaha serileks mungkin				
35	Saya selalu optimis dalam menghadapi masa depan saya terlebih setelah pensiun nanti				
36	Saya sudah menyiapkan segala sesuatunya untuk menghadapi masa pensiun				

**Lampiran 2**

**ANGKET KONSEP DIRI (Valid)**

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa cukup puas dengan bentuk tubuh saya				
2	Tinggi badan saya cukup ideal dengan berat badan saya				
3	Menurut saya postur tubuh saya kurang bagus				
4	Saya tidak dapat menerima setiap kekurangan yang ada pada tubuh saya				
5	Banyak orang yang memuji penampilan saya				
6	Saya merasa kurang percaya diri dengan warna kulit saya				
7	Saya merasa penampilan saya tidak rapi dan sangat berantakan				
8	Banyak orang mengatakan bahwa fisik saya sangat potensial untuk menjadi seorang atlet olahraga				
9	Saya melihat bahwa tubuh saya tidak memiliki potensi sama sekali di bidang olahraga apapun				
10	Saya mempunyai tuntutan yang tinggi pada diri saya yang harus saya capai				
11	Saya tidak punya harapan terhadap masa depan saya sendiri				
12	Sampai saat ini saya belum mencapai apa yang saya inginkan dalam hidup saya (terlebih dalam pekerjaan)				
13	Saat akan mendekati masa pensiun seperti sekarang ini saya berusaha mengabdikan diri saya sebaik-baiknya pada pekerjaan saya				
14	Tidak ada hal-hal yang berarti yang akan saya lakukan setelah pensiun, saya hanya akan menghabiskannya di rumah saja				
15	Saya hampir selalu berhasil dalam mencapai apa yang saya inginkan dalam hidup saya				
16	Saya merasa belum memberikan yang terbaik bagi pekerjaan saya				
17	Saya merasa rekan kerja saya (atasan ataupun bawahan) menyayangi dan peduli pada saya				
18	Saya sering merasa diremehkan oleh rekan kerja saya				
19	Saya merasa orang-orang disekitar saya tidak menyukai saya				
20	Saya selalu mendapat pujian dari orang lain atas prestasi yang telah saya capai				
21	Orang lain cenderung tidak menghargai hasil kerja keras saya				
22	Kadang saya merasa sangat tidak berguna karena tidak dapat memberikan yang terbaik dalam hal pekerjaan				
23	Saya bersikap sesuai dengan posisi saya dalam pekerjaan saya				
24	Saya tidak menyukai posisi atau jabatan saya saat ini karena hal tersebut menuntut banyak hal				

25	Saya tidak memiliki peran yang penting dalam pekerjaan saya				
26	Pekerjaan saya saat ini sesuai dengan profesi saya				
27	Sebagai seorang PNS di dinas perindustrian saya dapat menjalankan profesi saya dengan baik				
28	Profesi saya seolah-olah tidak berguna karena ternyata pekerjaan saya tidak sesuai dengan profesi saya				
29	Banyak orang yang mengatakan bahwa saya memiliki sesuatu keunikan yang tidak dimiliki kebanyakan orang				
30	Saya adalah orang yang biasa-biasa saja, tidak ada yang dapat saya banggakan dari diri saya				
31	Saya mampu berlaku sesuai dengan jenis kelamin saya				
32	Sepertinya tingkah laku saya kurang sesuai dengan jenis kelamin saya				

#### ANGKET KECEMASAN

15	Saya merasa gelisah saat akan menghadapi masa pensiun				
NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya sering mondar-mandir menyetuk-ngetukkan jari				
17	Saya sering ketikas saja ketika berdiri dan duduk				
2	Saya sering merasa takut ketika berdiri dan duduk				
18	Saya sering merasa takut ketika berdiri dan duduk				
3	Saya sering mengeluarkan keringat dingin ketika berfikir				
19	Saya sering merasa takut ketika berdiri dan duduk				
4	Saya sering merasa takut ketika berdiri dan duduk				
20	Saya sering merasa takut ketika berdiri dan duduk				
5	Saya sering merasa takut ketika berdiri dan duduk				
21	Saya sering merasa takut ketika berdiri dan duduk				
6	Saya sering merasa takut ketika berdiri dan duduk				
22	Saya sering merasa takut ketika berdiri dan duduk				
7	Saya sering merasa takut ketika berdiri dan duduk				
23	Saya sering merasa takut ketika berdiri dan duduk				
24	Saya sering merasa takut ketika berdiri dan duduk				
9	Saya sering merasa takut ketika berdiri dan duduk				
25	Saya sering merasa takut ketika berdiri dan duduk				
26	Saya sering merasa takut ketika berdiri dan duduk				
27	Saya sering merasa takut ketika berdiri dan duduk				
28	Saya sering merasa takut ketika berdiri dan duduk				
29	Saya sering merasa takut ketika berdiri dan duduk				

30	Saya bangga dengan diri saya saat ini, saya telah melakukan yang terbaik dalam pekerjaan saya				
31	Saya hampir selalu merasa yakin bahwa saya mampu menyelesaikan permasalahan pensiun yang akan saya hadapi.				
32	Saya mampu mengatasi berbagai persoalan yang berkaitan dengan pensiun walau tanpa bantuan orang lain				
33	Saya merasa hidup saya menyenangkan, saya bahagia dengan hidup saya walaupun tidak lama lagi sya akan mengakhiri masa kerja saya				
34	Saya selalu bertawakkal kepada Tuhan mengenai apa-apa yang akan saya hadapi setelah pensiun nanti karena dengan begitu hidup saya menjadi tentram				
35	Persoalan-persoalan hidup, terutama dalam menghadapi masa pensiun tidak mengusik ketenangan hidup saya				
36	Saya tidak suka mengeluhkan persoalan yang berkaitan dengan pensiun pada orang lain.				
37	Saya tidak merasa sendiri dalam menghadapi permasalahan, terlebih saat akan menghadapi masa pensiun karena saya dikelilingi orang-orang yang menyayangi dan peduli pada saya				

**RELIABILITAS SKALA KONSEP DIRI (PLUS AITEM GUGUR)**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.734	40

**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
x0001	3.55	.522	11
x0002	3.45	.522	11
x0003	3.00	.894	11
x0004	3.18	.405	11
x0005	3.36	.674	11
x0006	3.00	.632	11
x0007	3.55	.522	11
x0008	3.27	.467	11
x0009	3.27	.467	11
x0010	3.82	.405	11
x0011	2.64	1.120	11
x0012	3.27	.905	11
x0013	3.27	.467	11
x0014	3.00	.894	11
x0015	2.36	1.206	11
x0016	3.45	.522	11
x0017	3.45	.522	11
x0018	3.00	.775	11
x0019	2.64	.674	11
x0020	3.55	.522	11
x0021	3.55	.688	11
x0022	3.27	.786	11
x0023	3.64	.505	11
x0024	3.09	.539	11
x0025	3.36	.505	11
x0026	2.82	.603	11
x0027	2.55	.688	11
x0028	3.55	.522	11
x0029	3.82	.603	11
x0030	3.18	.751	11
x0031	3.82	.405	11
x0032	3.55	.522	11
x0033	3.82	.405	11
x0034	3.73	.467	11
x0035	3.09	.539	11
x0036	2.73	.647	11
x0037	3.09	.302	11
x0038	2.73	.647	11
x0039	2.18	.405	11
x0040	3.73	.467	11



**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
x0001	125.82	52.964	.397	.722
x0002	125.91	55.091	.511	.733
x0003	126.36	54.855	.450	.742
x0004	126.18	54.564	.562	.728
x0005	126.00	54.000	.182	.731
x0006	126.36	52.255	.394	.720
x0007	125.82	54.564	.481	.730
x0008	126.09	52.691	.493	.719
x0009	126.09	53.691	.343	.725
x0010	125.55	52.873	.547	.719
x0011	126.73	55.218	-.013	.752
x0012	126.09	52.491	.522	.729
x0013	126.09	52.891	.463	.720
x0014	126.36	54.255	.332	.739
x0015	127.00	54.600	.011	.753
x0016	125.91	57.491	.531	.746
x0017	125.91	54.691	.671	.731
x0018	126.36	57.055	-.120	.749
x0019	126.73	54.818	.312	.735
x0020	125.82	52.164	.506	.717
x0021	125.82	50.364	.555	.710
x0022	126.09	55.091	.047	.740
x0023	125.73	54.018	.412	.727
x0024	126.27	49.218	.891	.699
x0025	126.00	55.000	.341	.733
x0026	126.55	54.273	.182	.731
x0027	126.82	58.164	.722	.752
x0028	125.82	52.164	.506	.717
x0029	125.55	49.273	.782	.701
x0030	126.18	54.764	.083	.737
x0031	125.55	54.673	.652	.729
x0032	125.82	54.164	.372	.728
x0033	125.55	51.873	.724	.713
x0034	125.64	54.455	.329	.729
x0035	126.27	52.218	.480	.718
x0036	126.64	56.455	-.064	.743
x0037	126.27	54.418	.392	.726
x0038	126.64	51.855	.428	.718
x0039	127.18	56.964	.430	.741
x0040	125.64	51.055	.746	.709

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
129.36	56.255	7.500	40

**RELIABILITAS SKALA KECEMASAN (PLUS AITEM GUGUR)**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.759	44

**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	1.55	.522	11
VAR00002	1.36	.505	11
VAR00003	1.64	.674	11
VAR00004	1.73	.786	11
VAR00005	1.82	.405	11
VAR00006	1.91	.539	11
VAR00007	1.91	.539	11
VAR00008	2.45	.522	11
VAR00009	2.27	.786	11
VAR00010	1.18	.405	11
VAR00011	1.82	.751	11
VAR00012	1.64	.505	11
VAR00013	1.82	.751	11
VAR00014	2.64	.505	11
VAR00015	1.27	.467	11
VAR00016	1.91	.539	11
VAR00017	1.73	.467	11
VAR00018	1.45	.522	11
VAR00019	1.55	.522	11
VAR00020	1.55	.522	11
VAR00021	1.27	.467	11
VAR00022	1.55	.688	11
VAR00023	1.82	.405	11
VAR00024	2.00	.632	11
VAR00025	2.36	.505	11
VAR00026	1.82	.405	11
VAR00027	1.73	.467	11
VAR00028	2.09	.302	11
VAR00029	1.27	.467	11
VAR00030	2.45	.688	11
VAR00031	2.00	.775	11
VAR00032	1.82	.405	11
VAR00033	1.45	.522	11
VAR00034	2.00	.447	11
VAR00035	1.45	.522	11
VAR00036	1.55	.522	11
VAR00037	1.64	.505	11
VAR00038	1.55	.522	11
VAR00039	2.36	.809	11
VAR00040	1.27	.467	11
VAR00041	1.27	.467	11
VAR00042	1.73	.467	11
VAR00043	1.27	.467	11
VAR00044	1.27	.467	11

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	74.64	52.655	.810	.770
VAR00002	74.82	50.564	.410	.759
VAR00003	74.55	47.073	.436	.744
VAR00004	74.45	45.073	.556	.736
VAR00005	74.36	50.855	.590	.759
VAR00006	74.27	49.618	.812	.755
VAR00007	74.27	50.018	.164	.757
VAR00008	73.73	48.018	.452	.746
VAR00009	73.91	55.291	.372	.789
VAR00010	75.00	50.000	.245	.755
VAR00011	74.36	47.855	.303	.751
VAR00012	74.55	48.873	.345	.750
VAR00013	74.36	51.455	.420	.770
VAR00014	73.55	51.473	-.023	.764
VAR00015	74.91	50.491	.291	.758
VAR00016	74.27	47.618	.491	.744
VAR00017	74.45	51.073	.410	.761
VAR00018	74.73	49.818	.230	.756
VAR00019	74.64	50.655	.683	.760
VAR00020	74.64	50.655	.683	.760
VAR00021	74.91	50.891	.068	.760
VAR00022	74.64	46.255	.517	.740
VAR00023	74.36	50.855	.598	.759
VAR00024	74.18	51.564	.440	.767
VAR00025	73.82	55.164	.415	.782
VAR00026	74.36	50.055	.235	.755
VAR00027	74.45	49.273	.316	.752
VAR00028	74.09	50.291	.276	.755
VAR00029	74.91	45.891	.862	.732
VAR00030	73.73	50.218	.764	.762
VAR00031	74.18	47.364	.338	.749
VAR00032	74.36	49.255	.378	.751
VAR00033	74.73	46.818	.626	.739
VAR00034	74.18	50.164	.189	.756
VAR00035	74.73	48.818	.339	.750
VAR00036	74.64	48.455	.390	.748
VAR00037	74.55	48.073	.463	.746
VAR00038	74.64	46.855	.621	.739
VAR00039	73.82	51.564	.560	.773
VAR00040	74.91	47.891	.534	.744
VAR00041	74.91	49.691	.251	.754
VAR00042	74.45	49.273	.316	.752
VAR00043	74.91	45.891	.862	.732
VAR00044	74.91	49.291	.313	.752

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
76.18	51.564	7.181	44

**Lampiran 5**

**RELIABILITAS KONSEP DIRI (AITEM VALID)**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	11	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	11	100.0

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

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.878	32

**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
x0001	3.45	.522	11
x0002	3.36	.505	11
x0003	2.91	.944	11
x0004	3.18	.405	11
x0005	3.09	.539	11
x0006	3.55	.522	11
x0007	3.27	.467	11
x0008	3.27	.467	11
x0009	3.82	.405	11
x0010	3.27	.905	11
x0011	3.27	.467	11
x0012	3.00	.894	11
x0013	3.45	.522	11
x0014	3.55	.522	11
x0015	2.64	.674	11
x0016	3.55	.522	11
x0017	3.45	.688	11
x0018	3.73	.467	11
x0019	3.09	.539	11
x0020	3.36	.505	11
x0021	2.55	.688	11
x0022	3.55	.522	11
x0023	3.82	.603	11
x0024	3.82	.405	11
x0025	3.55	.522	11
x0026	3.82	.405	11
x0027	3.73	.467	11
x0028	3.00	.632	11
x0029	3.09	.302	11
x0030	2.73	.647	11
x0031	2.18	.405	11
x0032	3.73	.467	11

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
x0001	102.36	64.055	.579	.871
x0002	102.45	65.673	.396	.875
x0003	102.91	63.891	.290	.881
x0004	102.64	68.255	.302	.880
x0005	102.73	65.618	.372	.876
x0006	102.27	67.818	.435	.880
x0007	102.55	66.673	.298	.877
x0008	102.55	68.473	.610	.881
x0009	102.00	65.200	.582	.873
x0010	102.55	62.473	.411	.876
x0011	102.55	66.673	.298	.877
x0012	102.82	60.564	.560	.871
x0013	102.36	67.855	.297	.880
x0014	102.27	66.218	.314	.877
x0015	103.18	63.964	.440	.874
x0016	102.27	64.618	.509	.873
x0017	102.36	59.655	.851	.863
x0018	102.09	66.891	.269	.877
x0019	102.73	62.618	.733	.868
x0020	102.45	64.073	.599	.871
x0021	103.27	65.618	.276	.878
x0022	102.27	64.618	.509	.873
x0023	102.00	62.400	.672	.869
x0024	102.00	67.400	.412	.878
x0025	102.27	68.418	.550	.882
x0026	102.00	66.800	.333	.876
x0027	102.09	66.891	.269	.877
x0028	102.82	61.764	.704	.868
x0029	102.73	67.618	.293	.877
x0030	103.09	61.091	.757	.866
x0031	103.64	66.055	.448	.875
x0032	102.09	65.291	.484	.874

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
106.00	66.400	8.149	32

**RELIABILITAS KECEMASAN AITEM VALID**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.745	37

**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	1.55	.522	11
VAR00002	1.36	.505	11
VAR00003	1.64	.674	11
VAR00004	1.73	.786	11
VAR00005	1.82	.405	11
VAR00006	1.91	.539	11
VAR00007	2.45	.522	11
VAR00008	2.27	.786	11
VAR00009	1.82	.751	11
VAR00010	1.64	.505	11
VAR00011	1.82	.751	11
VAR00012	1.27	.467	11
VAR00013	1.91	.539	11
VAR00014	1.73	.467	11
VAR00015	1.55	.522	11
VAR00016	1.55	.522	11
VAR00017	1.55	.688	11
VAR00018	1.82	.405	11
VAR00019	2.00	.632	11
VAR00020	2.36	.505	11
VAR00021	1.73	.467	11
VAR00022	2.09	.302	11
VAR00023	1.27	.467	11
VAR00024	2.45	.688	11
VAR00025	2.00	.775	11
VAR00026	1.82	.405	11
VAR00027	1.45	.522	11
VAR00028	1.45	.522	11
VAR00029	1.55	.522	11
VAR00030	1.64	.505	11
VAR00031	1.55	.522	11
VAR00032	2.36	.809	11
VAR00033	1.27	.467	11
VAR00034	1.27	.467	11
VAR00035	1.73	.467	11
VAR00036	1.27	.467	11
VAR00037	1.27	.467	11

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	62.36	43.255	.779	.756
VAR00002	62.55	41.473	.403	.744
VAR00003	62.27	39.018	.382	.731
VAR00004	62.18	36.564	.579	.716
VAR00005	62.09	42.091	.571	.746
VAR00006	62.00	41.000	.802	.741
VAR00007	61.45	39.273	.481	.728
VAR00008	61.64	45.855	.433	.779
VAR00009	62.09	39.691	.258	.739
VAR00010	62.27	40.618	.283	.738
VAR00011	62.09	42.291	.303	.757
VAR00012	62.64	41.655	.345	.744
VAR00013	62.00	38.800	.536	.725
VAR00014	62.18	42.564	.109	.750
VAR00015	62.36	42.455	.667	.751
VAR00016	62.36	42.455	.667	.751
VAR00017	62.36	37.855	.516	.722
VAR00018	62.09	42.091	.576	.746
VAR00019	61.91	41.891	.419	.750
VAR00020	61.55	46.473	.683	.774
VAR00021	62.18	40.164	.390	.733
VAR00022	61.82	41.564	.267	.740
VAR00023	62.64	37.655	.840	.714
VAR00024	61.45	41.273	.438	.748
VAR00025	61.91	39.291	.288	.737
VAR00026	62.09	40.091	.476	.731
VAR00027	62.45	38.473	.609	.722
VAR00028	62.45	40.673	.262	.738
VAR00029	62.36	39.655	.420	.731
VAR00030	62.27	39.818	.411	.732
VAR00031	62.36	38.455	.612	.722
VAR00032	61.55	41.873	.357	.756
VAR00033	62.64	39.855	.444	.731
VAR00034	62.64	41.255	.203	.741
VAR00035	62.18	40.164	.390	.733
VAR00036	62.64	37.655	.840	.714
VAR00037	62.64	40.655	.305	.737

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
63.91	42.691	6.534	37

Lampiran 6

**FREKUENSI KONSEP DIRI**

**Statistics**

KD

N	Valid	11
	Missing	0
Mean		106.00
Std. Error of Mean		2.457
Median		104.00
Std. Deviation		8.149
Variance		66.400
Skewness		-.820
Std. Error of Skewness		.661
Kurtosis		1.236
Std. Error of Kurtosis		1.279
Range		29
Minimum		88
Maximum		117
Percentiles	10	90.40
	25	103.00
	50	104.00
	75	114.00

**KD**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 88	1	9.1	9.1	9.1
100	1	9.1	9.1	18.2
103	2	18.2	18.2	36.4
104	2	18.2	18.2	54.5
108	1	9.1	9.1	63.6
111	1	9.1	9.1	72.7
114	2	18.2	18.2	90.9
117	1	9.1	9.1	100.0
Total	11	100.0	100.0	



**FREKUENSI KECEMASAN**

**Statistics**

Kecemasan		
N	Valid	11
	Missing	0
Mean		63.91
Std. Error of Mean		1.970
Median		62.00
Std. Deviation		6.534
Variance		42.691
Skewness		1.297
Std. Error of Skewness		.661
Kurtosis		1.822
Std. Error of Kurtosis		1.279
Range		23
Minimum		56
Maximum		79
Percentiles	10	56.40
	25	60.00
	50	62.00
	75	69.00

**Kecemasan**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 56	1	9.1	9.1	9.1
58	1	9.1	9.1	18.2
60	2	18.2	18.2	36.4
62	2	18.2	18.2	54.5
63	1	9.1	9.1	63.6
64	1	9.1	9.1	72.7
69	1	9.1	9.1	81.8
70	1	9.1	9.1	90.9
79	1	9.1	9.1	100.0
Total	11	100.0	100.0	

## HASIL REGRESI

### Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Kecemasan	63.91	6.534	11
KD	106.00	8.149	11

### Correlations

		Kecemasan	KD
Pearson Correlation	Kecemasan	1.000	-.754
	KD	-.754	1.000
Sig. (1-tailed)	Kecemasan	.	.019
	KD	.019	.
N	Kecemasan	11	11
	KD	11	11

### Variables Entered/Removed<sup>b</sup>

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	KD <sup>a</sup>	.	Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: Kecemasan

### Model Summary<sup>b</sup>

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.754 <sup>a</sup>	.568	.329	5.353

a. Predictors: (Constant), KD

b. Dependent Variable: Kecemasan

### ANOVA<sup>b</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	169.014	1	169.014	5.898	.038 <sup>a</sup>
	Residual	257.896	9	28.655		
	Total	426.909	10			

a. Predictors: (Constant), KD

b. Dependent Variable: Kecemasan

### Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	117.388	22.079		5.317	.000
	KD	-.505	.208	-.754	-2.429	.038

a. Dependent Variable: Kecemasan

