

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun

1. Definisi

a. Definisi Kecemasan

Definisi kecemasan menurut Nevid (2005), adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan *aprehensif* bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

Durand dan Barlow (2006) mengatakan bahwa kecemasan atau *anxiety* adalah perasaan yang ditandai oleh gejala-gejala jasmaniah seperti ketegangan fisik dan kekhawatiran tentang masa depan. Kecemasan juga dapat diartikan sebagai keadaan suasana hati yang ditandai oleh afek negatif dan gejala-gejala ketegangan jasmaniah dimana individu mengantisipasi kemungkinan datangnya bahaya atau kemalangan dimasa yang akan datang dengan perasaan khawatir. Kecemasan mungkin melibatkan perasaan, perilaku, respons-respons fisiologis.

Menurut Davison (2006) kecemasan adalah perasaan takut yang tidak menyenangkan yang disertai dengan meningkatnya keterangsangan fisiologis. Daradjat (1990) menambahkan kecemasan adalah manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, yang terjadi ketika



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

individu sedang mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik).

Stuart dan Sundeen (2002) mengungkapkan bahwa kecemasan merupakan respon emosioanal terhadap penilaian yang menggambarkan keadaan khawatir, gelisah, takut, tidak takut disertai berbagai keluhan fisik. Keadaan tersebut dapat terjadi dalam berbagai situasi kehidupan.

Dari definisi di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan suasana hati yang negatif ditandai dengan gejala ketegangan fisik dan ketakutan atau kekhawatiran tentang masa depan yang belum terjadi, sebagai akibat dari respon yang muncul dalam diri individu.

b. Definisi Masa Pensiun

Individu bekerja tidak hanya untuk mendapatkan gaji atau upah, tetapi juga untuk mendapatkan kesenangan karena dihargai oleh individu-individu dalam lingkungannya. Akan tetapi kesenangan ini menjadi berkurang ketika individu tersebut memasuki masa pensiun.

Masa pensiun merupakan salah satu tahapan yang harus dilalui oleh individu yang terjadi pada dewasa madya. Schwartz (dalam Hurlock,1980) mengatakan bahwa pensiun merupakan akhir pola atau masa transisi ke pola hidup baru, selalu menyangkut perubahan peran, perubahan keinginan dan nilai, dan perubahan secara keseluruhan terhadap pola hidup setiap individu.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Masa pensiun memberi waktu luang bagi individu untuk diisi, mengurangi perasaan dibutuhkan dan harga diri. Disatu sisi individu hanya berharap dapat melakukan kegiatan yang biasa individu lakukan untuk memperoleh kembali identitas diri dan nilainya. Tetapi pada sisi lain individu juga ingin dapat melepaskan semua itu atau menarik diri dari keterlibatan sosial. Ada beberapa tekanan yang membuat individu menarik diri dari keterlibatan sosial, diantaranya adalah ketika masa pensiun tiba dan lingkungan sekitar berubah, individu mungkin lepas dari peran dan aktivitasnya selama ini (Desmita, 2005).

Masa pensiun akan mengubah gaya hidup individu maupun pasangannya dan membutuhkan adaptasi. Perubahan besar sering terjadi didalam keluarga yang tradisional, dimana suami bekerja dan isteri menjadi pengurus rumah tangga. Bagi suami, masa pensiun akan menimbulkan kebingungan, karena tidak mengetahui apa yang harus dilakukannya dengan waktu yang tersisa. Bagi isteri, suami yang pensiun mungkin akan menimbulkan perasaan tidak tenang dan tidak puas, karena suaminya lebih menghabiskan waktunya di rumah dalam situasi yang penuh ketidakpastian dibanding dengan situasi sebelumnya (Desmita, 2005).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa masa pensiun adalah salah satu tahapan yang harus dilalui oleh setiap individu yang telah menghabiskan seluruh atau sebagian besar waktu hidup mereka untuk bekerja. Masa pensiun selalu dikaitkan dengan akhir pola atau



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

masa transisi ke pola hidup yang baru dan selalu menyangkut perubahan peran, perubahan keinginan dan perubahan secara keseluruhan terhadap pola hidup setiap individu pensiun.

c. Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun

Menurut Brill & Hayes (dalam Dewi, 2011) kecemasan menghadapi masa pensiun adalah perasaan khawatir, takut, dan prihatin akan hilangnya identitas sosial, penghasilan, karier, interaksi sosial dan perasaan berarti pada individu.

Sue (dalam Imama, 2011) menambahkan bahwa kecemasan menghadapi masa pensiun adalah manifestasi dari berbagai proses emosi yang terjadi saat individu mengalami tekanan perasaan dan pertentangan batin. Kecemasan yang diartikan sebagai ketakutan atau rasa takut yang timbul pada situasi yang belum terjadi, yaitu saat individu tersebut akan menghadapi masa pensiun.

Dari definisi diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan menghadapi masa pensiun adalah suatu keadaan emosi yang tidak menyenangkan ditandai dengan perasaan khawatir dan takut terhadap masa depan yang belum terjadi, tidak pasti dan tidak dapat diprediksi sebagai akibat karena akan memasuki masa pensiun.

2. Ciri-ciri Kecemasan

Beberapa ciri-ciri kecemasan menurut Nevid (2005) antara lain sebagai berikut:



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- a. Ciri-ciri fisik, terdiri dari: kegelisahan, kegugupan, tangan atau anggota tubuh yang gemetar, banyak berkeringat, jantung yang berdetak kencang, merasa sensitif atau mudah marah.
- b. Ciri-ciri behavioral, terdiri dari: perilaku menghindar, perilaku melekat dan dependen, serta perilaku terganggu.
- c. Ciri-ciri kognitif, terdiri dari: khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan atau aprehensi terhadap sesuatu yang akan terjadi dimasa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang mengerikan akan terjadi tanpa ada penjelasan yang jelas, berpikir bahwa semua tidak lagi bisa dikendalikan, berpikir bahwa semuanya terasa sangat membingungkan tanpa bisa diatasi, khawatir terhadap hal-hal yang sepele, sulit berkonsentrasi atau memfokuskan pikiran.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan yang dialami oleh individu dapat dilihat dari respon yang muncul pada individu yang meliputi fisik, behavior, dan kognitif.

3. Faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan

Beberapa faktor kecemasan menurut Nevid (2005), antara lain sebagai berikut:

- a. Faktor kognitif

Menurut perspektif kognitif kecemasan adalah peran dari cara pikir yang terdistorsi dan disfungsional yang mungkin memegang peran pada pengembangan gangguan-gangguan kecemasan. Berbagai macam reaksi seseorang dalam menanggapi kecemasan dalam perspektif kognitif, antara lain: Prediksi berlebihan terhadap rasa takut, keyakinan yang irrasional,



sensitivitas berlebihan terhadap ancaman dan salah mengatribusikan sinyal-sinyal dalam tubuh.

b. Faktor Biologis

Kecemasan menurut perspektif biologis sering dikaitkan dengan faktor-faktor genetis, hal ini dikarenakan karena faktor-faktor genetis memiliki peran penting dalam perkembangan gangguan-gangguan kecemasan.

Atamimi (dalam Pradono & Purnamasari, 2010) menambahkan faktor-faktor penyebab kecemasan individu menghadapi masa pensiun, antara lain sebagai berikut:

1. Faktor fisik, yaitu bertambahnya usia mengandung konsekuensi akan berkurangnya kekuatan fisik, kesehatan dan daya ingat yang semakin menurun. Hal ini dapat membuat individu merasa tidak dibutuhkan lagi, dan akan membuat individu semakin cemas.
2. Faktor sosial, yaitu tidak adanya dukungan sosial dari masyarakat yang berupa penghargaan terhadap kerjanya, akan membuat individu merasa tidak berguna.
3. Faktor ekonomi, yaitu berkurangnya penghasilan pokok dan penghasilan tambahan yang biasanya diperoleh ketika masih bekerja sebagai beban sehingga menimbulkan kecemasan.
4. Faktor psikologis, yaitu etika menghadapi masa pensiun individu merasa tidak dibutuhkan lagi dengan kondisi fisik yang menurun, daya ingat

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



berkurang serta merasa tidak dihormati, tidak dihargai serta merasa diremehkan membuat individu merasa cemas.

Jadi faktor yang mempengaruhi kecemasan menurut Nevid (2005) terdiri dari faktor kognitif dan faktor biologis. Kecemasan menurut faktor kognitif disebabkan oleh cara berpikir individu tersebut, dan kecemasan menurut faktor biologis disebabkan oleh faktor genetis. Sedangkan faktor-faktor kecemasan menurut Atamimi (dalam Pradono & Purnamasari, 2010) terdiri dari empat faktor, yaitu faktor fisik, faktor sosial, faktor ekonomi dan faktor psikologis.

B. Kecerdasan Spiritual

1. Definisi Kecerdasan Spiritual

Zohar dan Marshall (2002) mendefinisikan kecerdasan spiritual sebagai rasa moral, kemampuan menyesuaikan aturan yang kaku dibarengi dengan pemahaman dan cinta serta kemampuan untuk melihat kapan cinta dan pemahaman sampai pada batasannya, juga memungkinkan bergulat dengan ihwal baik dan jahat, membayangkan yang belum terjadi serta mengangkat dari kerendahan. Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai, yaitu menempatkan perilaku dan hidup manusia dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, serta menilai bahwa tindakan atau jalan hidup individu lebih bermakna dibandingkan dengan permasalahan yang dihadapi.

Sinetar (dalam Wahab & Umiarso, 2011) mendefinisikan kecerdasan spiritual sebagai pemikiran yang terilhami oleh dorongan dan efektivitas,



keberadaan atau hidup keilahian yang mempersatukan kita sebagai bagian-bagiannya. Kecerdasan spiritual adalah cahaya yang mengarahkan individu dalam mengatasi masalah dalam segala situasi.

Mujib dan Mudzakir (2001) menjelaskan kecerdasan spiritual adalah sebuah konsep yang berhubungan dengan bagaimana individu ‘cerdas’ dalam mengelola dan mendayagunakan makna-makna, nilai-nilai dan kualitas-kualitas kehidupan spiritualnya. Kehidupan spiritual meliputi hasrat untuk hidup bermakna (*the will to meaning*) yang memotivasi kehidupan individu untuk senantiasa mencari makna hidup (*the meaning of life*) dan mendambakan hidup yang bermakna (*the meaningful life*).

Dari definisi di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan spiritual merupakan kemampuan individu dalam mengelola, memecahkan dan menghadapi persoalan ataupun permasalahan hidup. Individu yang memiliki kecerdasan spiritual akan lebih mampu menerima dan memahami perubahan yang terjadi pada dirinya.

2. Ciri-ciri Kecerdasan Spiritual

Menurut Zohar dan Marshal (2002) individu yang memiliki kecerdasan spiritual diantaranya adalah :

- a. Kemampuan bersikap fleksibel, yaitu: kemampuan individu yang bersifat adaptif secara spontan dan secara aktif, memiliki pertimbangan yang dapat dipertanggungjawabkan.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

- b. Tingkat kesadaran yang tinggi, yaitu: kemampuan individu dalam menyadari batasan-batasan kemampuan yang dimilikinya dalam menyelesaikan masalah.
- c. Kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan, yaitu: kemampuan individu dalam menghadapi penderitaan dan menjadikan penderitaan yang dialami sebagai motivasi untuk mendapatkan kehidupan yang lebih baik dikemudian hari.
- d. Kemampuan untuk menghadapi dan melampaui rasa sakit, yaitu: kemampuan individu dimana disaat ia mengalami rasa sakit, individu akan menyadari keterbatasan dirinya, dan menjadi dekat dengan Tuhan yang akan memberikan kesembuhan.
- e. Kualitas hidup yang diilhami oleh visi dan nilai-nilai, yaitu: kualitas hidup individu yang didasarkan pada tujuan hidup yang pasti dan berpegang pada nilai-nilai yang mampu mendorong untuk mencapai tujuan tersebut.
- f. Keengganan untuk meyebabkan kerugian yang tidak perlu yaitu: individu yang memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi mengetahui bahwa ketika ia merugikan orang lain, maka berarti ia merugikan dirinya sendiri sehingga mereka enggan untuk melakukan kerugian yang tidak perlu.
- g. Berpikir secara holistik, yaitu: kemampuan individu untuk melihat dan memahami hikmah dari keterkaitan peristiwa-peristiwa yang terjadi pada individu.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- h. Memiliki kecenderungan bertanya dan mencari jawaban yang mendasar, kemampuan individu untuk menanyakan pada diri sendiri tentang tujuan hidupnya.
- i. Memiliki rasa tanggung jawab yang penuh, yaitu: kemampuan individu dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi dan tidak bergantung pada orang lain.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki kecerdasan spiritual dapat di lihat dari kemampuan individu bersifat adaptif, mampu menyadari batasan-batasan kemampuan yang dimilikinya, mampu menjadikan penderitaan sebagai motivasi, mampu melalui rasa sakit, memiliki tujuan hidup yang jelas, enggan melakukan kerugian yang tidak perlu, mampu mengambil hikmah dari setiap peristiwa, mampu menggapai kehidupan yang lebih baik, dan mampu menyelesaikan setiap permasalahan yang di alami tanpa bergantung dengan orang lain.

3. Fungsi Kecerdasan Spiritual

Kecerdasan spiritual memiliki beberapa fungsi, diantaranya menurut Danah Zohar dan Marshall (2002) meyebutkan bahwa kecerdasan spiritual digunakan untuk:

- a. Menyalakan individu untuk menjadi manusia yang apa adanya sekarang dan memberikan potensi untuk terus tumbuh dan berkembang.
- b. Menjadi lebih kreatif, individu menghadirkannya ketika ingin menjadi pribadi yang luwes, berwawasan luas, atau spontan secara kreatif.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- c. Menghadapi masalah ekstensial, individu menghadirkannya ketika merasa terpuruk, terjebak oleh kebiasaan, kekhawatiran dan masalah masa lalu yang diakibatkan oleh penyakit dan kesedihan. Karena dengan memiliki kecerdasan spiritual individu akan sadar bahwa ia memiliki masalah yang ekstensial dan membuat individu mampu mengatasi atau paling tidak individu bisa berdamai dengan masalah tersebut.
- d. Kecerdasan spiritual dapat digunakan pada masalah-masalah yang eksistensial yang paling menantang dalam hidup berada diluar yang diharapkan dan dikenal, diluar aturan-aturan yang telah diberikan, melampaui pengalaman masa lalu, dan melampaui sesuatu yang dihadapi. Dengan memiliki kecerdasan spiritual suara hati menjadi petunjuk saat berada dalam masalah yang kritis.
- e. Dengan memiliki kecerdasan spiritual individu menjadi lebih cerdas secara spiritual dalam beragama, tanpa harus tertutup dan fanatik dalam menjalankan agama yang diyakininya.
- f. Dengan kecerdasan spiritual memungkinkan individu untuk menyatukan hal-hal yang bersifat intrapersonal dan interpersonal, serta menjembatani kesenjangan antara diri dan orang lain.
- g. Kecerdasan spiritual juga digunakan untuk mencapai perkembangan diri yang lebih utuh karena individu memiliki potensi untuk itu. Kecerdasan spiritual membantu idividu untuk lebih tumbuh melebihi ego dan mencapai lapisan potensi yang lebih dalam yang tersembunyi di dalam



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Saifuddin Kasim Riau

diri masing-masing individu dan individu dapat menjalani hidup dengan makna yang lebih dalam.

- h. Individu dapat menggunakan kecerdasan spiritual untuk berhadapan dengan masalah baik dan jahat, hidup dan mati, serta keputusan-keputusan yang akan diambil oleh individu tersebut.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa fungsi dari kecerdasan spiritual dapat digunakan untuk menjadikan individu lebih bersyukur, menjadikan individu lebih kreatif dan berwawasan luas, mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi, menjadikan suara hati sebagai petunjuk saat berada dalam masalah, menjadikan individu lebih cerdas dalam beragama tanpa harus fanatik dalam menjalaninya, menciptakan hubungan yang lebih baik antarpribadi dengan orang lain, menjadikan individu untuk lebih menggunakan potensi yang dimiliki dalam menjalani hidup, menjadikan individu lebih cerdas dalam pengambilan keputusan untuk menyelesaikan setiap masalah.

C. Kerangka Berpikir

Asuquo & Maliki (2007) mendefinisikan pensiun dalam dua pengertian. Pertama, pensiun adalah masa transisi atau masa perubahan nilai, kebiasaan, rutinitas setiap hari, konsep diri, peran, waktu luang, gaya hidup, lingkungan tempat tinggal, penyesuaian keuangan dan penyesuaian dalam hal usia. Kedua, masa pensiun adalah masa dimana individu mendapatkan identitas baru dan pola hidup baru karena dipengaruhi oleh tugas-tugas baru, kemampuan fisik, mental,



keuangan, harapan, kegiatan sosial dan keperluan di rumah (makan, perlengkapan rumah, biaya dan kendaraan).

Pensiun atau pemutusan hubungan kerja menandakan perubahan besar yang dialami oleh Pegawai Negeri Sipil (Inaja & Rose, 2013). Perubahan-perubahan menghadapi masa pensiun dapat menimbulkan guncangan mental yang tidak dapat dielakkan. Hal ini disebabkan karena adanya perasaan tidak rela untuk melepas jabatan yang selama ini telah dimiliki dan dinikmati, sehingga ada perasaan cemas dan khawatir. Hal ini apabila berlebihan dapat mengganggu keadaan fisik dan psikologisnya (Sutrisno, 2013).

Kecemasan menurut Nevid (2005), adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan *aprehensif* bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

Sehubungan dengan kecemasan, Yulianti & Mulyana (2014) mengatakan bahwa kecemasan menghadapi masa pensiun adalah perasaan yang muncul karena perasaan khawatir akan kondisi yang tidak menentu, tidak pasti, tidak bisa diprediksi dan gangguan-gangguan yang berpotensi sebagai akibat karena akan memasuki masa pensiun.

Individu yang mengalami kecemasan menghadapi masa pensiun dapat menggunakan kecerdasan spiritual untuk mengurangi kecemasan. Peranan kecerdasan spiritual dapat dilihat ketika individu berhadapan dengan masalah eksistensial yaitu saat individu secara pribadi merasa terpuruk, terjebak oleh kebiasaan, kekhawatiran atau rasa cemas dan masalah masalah akibat penyakit dan kesedihan Kecerdasan spiritual dapat membantu individu untuk memecahkan



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

permasalahan yang dihadapi. Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai, yaitu menempatkan perilaku dan hidup manusia dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, serta menilai bahwa tindakan atau jalan hidup individu lebih bermakna dibandingkan dengan permasalahan yang dihadapi. (Zohar dan Marshall, 2002).

Individu yang memiliki kecerdasan spiritual yang baik, memiliki pertimbangan bahwa pensiun bukanlah akhir dari segalanya, tetapi dengan pemahaman bahwa pensiun adalah puncak dari kariernya dengan memanfaatkan masa pensiun untuk melakukan hal-hal yang lebih produktif. Dengan memiliki kecerdasan spiritual juga akan membantu individu untuk dapat memutuskan mana yang baik dan mana yang tidak baik bagi dirinya, serta memikirkan kemungkinan yang akan terjadi dan punya cita-cita untuk terus memperbaiki diri.

Kecerdasan spiritual akan membuat individu lebih mampu menerima dan memahami perubahan yang terjadi pada dirinya. Individu menganggap perubahan adalah sesuatu yang harus dilalui dalam hidup ini. Jika individu memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi maka akan dapat mengurangi kecemasan menghadapi pensiun. Hal ini dapat terwujud ketika individu memiliki beberapa ciri kecerdasan spiritual, antara lain: memiliki tingkat kesadaran yang tinggi, dengan adanya tingkat kesadaran yang tinggi didalam diri individu, individu akan menyadari bahwa pensiun bukanlah suatu keadaan yang buruk karena masih banyak yang dapat dilakukan setelah pensiun. Selanjutya memiliki kualitas hidup yang diilhami oleh visi dan nilai-nilai, individu dalam menghadapi datangnya masa pensiun akan tetap merasa nyaman secara fisik, psikologis, sosial, serta

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

secara optimal memanfaatkan hidupnya untuk kebahagiaan dirinya dan orang lain karena memiliki nilai dan visi yang jelas didalam hidupnya.

Dari uraian diatas, jelas bahwa kecerdasan spiritual erat kaitannya dengan kecemasan individu ketika menghadapi masa pensiun. Individu yang memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi dan baik mampu mengurangi tidak kecemasan ketika menghadapi masa pensiun.

C. Hipotesis

Berdasarkan dari uraian tersebut, maka peneliti membuat hipotesis bahwa terdapat hubungan negatif antara kecerdasan spiritual dengan kecemasan menghadapi masa pensiun.