HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN KECEMASAN PADA SAAT AKAN TERBANG SISWA SEKBANG LANUD ADISUCIPTO YOGYAKARTA

SKIRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Strata Satu Ilmu Psikologi

Disusun Oleh
Mahesa Qin Fajrrizqa
NIM . 06710012

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Pembimbing:
Ruspita Rani Pertiwi S.Psi., M.M

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2011

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini adalah :

Nama	: Mahesa Qin Fajrrizqa
NIM	: 06710012
Program Studi	: Psikologi
Fakultas	: Ilmu Sosial dan Humaniora

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi ini saya ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi, dan skripsi saya adalah asli hasil karya peneliti sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain.

Yogyakarta, 13 Maret 2011

Yang Menyatakan

METERAI TEMPEL 073B7AAF393498554 6000 DJP

Mahesa Qin Fajrrizqa

06710012

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING

Prof. Dr. Dudung Abdurrahman, M. Hum
Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
NOTA DINAS PEMBIMBING
Hal : Skripsi

Kepada Yth:
Dekan Fakultas Ilmu Sosial
Dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga
Di Yogyakarta

Assalamualaikum Wr.Wb

Setelah memeriksa, mengarahkan, dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka selaku pembimbing, saya menyatakan bahwa skripsi saudara

Nama : Mahesa Qin Fajrrizqa
NIM : 06710012
Prodi : Psikologi
Judul : Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Pada Saat Akan Terbang Siswa Sekbang Lanud Adisucipto Yogyakarta

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Strata satu Psikologi.

Harapan saya semoga saudara tersebut segera dipanggil untuk mempertanggung jawabkan skripsinya dalam sidang munaqosyah. Demikian atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Wassalamualaikum Wr.Wb

Yogyakarta, 25 Januari 2011
Pembimbing

Ruspita Rani Pertiwi, M.Si
NIP. 19760616 200501 2 002

PENGESAHAN SKRIPSI
Nomor : UIN.02/DSH/PP.00.9/109A/2011

Skripsi/Tugas Akhir dengan judul : HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN KECEMASAN PADA SAAT AKAN TERBANG SISWA SEKBANG LANUD ADISUCIPTO YOGYAKARTA

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

Nama : Mahesa Qin Fajrrizqa
NIM : 06710012

Telah dimunaqosyahkan pada : Kamis, tanggal : 27 Januari 2011
dengan nilai : B (75,33)
Dan dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga

PANITIA UJIAN MUNAQOSYAH :

Ketua Sidang

Ruspita Rani Pertiwi, S. Psi,. M.M
NIP. 19760616 200501 2 002

Penguji I

Satih Saidiyah Dipl, Psy., M.Si
NIP. 19760805 200501 2 003

Penguji II

Benny Herlena, M.Si
NIP. 19751124 200604 1 002

Yogyakarta,
UIN Sunan Kalijaga
Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
DEKAN

Prof. Dr. Dudung Abdurahman, M.Hum
NIP. 19630306 198903 1 010

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

Hidup adalah perjuangan, semangat, istiqomah, kesabaran, keikhlasan, dan senyuman adalah jalan pencapaian tertinggi.

إِنَّ مَعَ ٱلۡعُسۡرِ يُسۡرٗا ٦ فَإِذَا فَرَغۡتَ فَٱنصَبۡ ٧ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَٱرۡغَب ٨

"Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu Telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain. Dan Hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap."

(Qs. Al. Insyiroh : 6 - 8)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERSEMBAHAN

Hanya Dari Hamba Untuk PenciptaNya

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN KECEMASAN PADA SAAT AKAN TERBANG SISWA SEKBANG LANUD ADISUCIPTO YOGYAKARTA

Oleh:

Mahesa Qin Fajrrizqa

06710012

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan pada saat akan terbang siswa sekbang Lanud Adisucipto Yogyakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mencari hubungan antara kecerdasan emosi dengan kemasan pada saat akan terbang. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan kecemasan pada saat akan terbang.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala psikologis yang berupa angket dan perhitungannya menggunakan metode statistik. Subjek dalam penelitian adalah 46 siswa sekbang Lanud Adisucipto Yogyakarta.

Analisis data dengan menggunakan teknik korelasi dari *Pearson's product moment* dengan program *SPSS 16.00 for Windows*. Hasilnya menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan pada saat akan terbang, dengan r = -0,725 dan p =0,00 (p<0,001). Artinya bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan pada saat akan terbang siswa sekbang Lanud Adisucipto Yogyakarta. Kecerdasan emosi memberikan sumbangan kecemasan pada saat akan terbang (r2) = 52,6 %.

Kata Kunci : kecerdasan emosi, Kecemasan, Siswa sekbang

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan pertolongan-Nya. Sholawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah menuntun manusia menuju jalan kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Penyusunan skripsi ini digunakan sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa Ridho dan Petunjuk Allah S.W.T, serta bantuan, bimbingan, dan dorongan berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati pada kesempatan ini penyusun mengucapkan rasa terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Dudung Abdurrahman, M. Hum, Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga yang telah membantu kelancaran penulisan skripsi ini.
2. Ibu Erika Setyanti Kusuma Putri, S. Psi, M. Si, Ketua Prodi Psikologi yang senantiasa memberi pengarahan selama ini.
3. Ibu Ruspita Rani Pertiwi, S. Psi, M.M, Dosen Pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu di sela-sela kesibukannya untuk memberikan bimbingan, masukan, pengarahan dan dukungan yang sangat berharga dalam penyelesaian skripsi ini. Terimakasih atas segala *ketelatenan* dan kesabaran ibu dalam membimbing peneliti.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

4. Eyang Marsekal Imam Sufa'at yang telah memberikan kesempatan, membantu dan arahan bagi peneliti dalam melakukan penelitian di Lanud Adsucipto Yogyakarta.
5. Abah dan Mami tercinta yang senantiasa memberikan doa, dukungan, arahan, pengawasan, perhatian dan inspirasi bagi Ananda. Terimakasih Abah atas teleponnya setiap pagi yang selalu mengingatkan ananda agar segera menyelesaikan penelitian ini, terimkasih atas semua pembelajaran-pembelajaran hidup yang sungguh berarti bagi ananda. Terimakasih Mami atas ruang hati yang Mami berikan pada Ananda, tempat Ananda berkisah tentang detikan hari-hari. Senyum kalian adalah kekuatan terbesar bagi Ananda.
6. Kakak tersayang Xchuxhri Amadia Dhikramenggala, walau adikmu ini tak tahu bagaimana cara mas menyayangiku, tapi Ananda yakin jauh di lubuk hati mas sangat menyayangiku. Kekerasan sikap mas adalah pembelajaran pendewasaan bagi Ananda.
7. *My Little Brother's*, Suryo Negoro dan Wijoyo Wirotomo tersayang yang selalu menemani malam-malamku ketika lembur (makasih koreksi dan ide-ide kreatif dan sedikit gila). Terimakasih atas keusilan-keusilan kalian yang selalu berhasil mewarnai hari-hariku. Panggilan sayang kalian "Ndut" yang selalu membuatku rindu akan rumah.
8. DanLanud Adisucipto Yogyakarta.
9. Kapt. Muflih, Lettu. Prassetyo dan pak Tri yang telah membantu peneliti dalam melakukan penelitian di Lanud Adisucipto Yogyakarta, sehingga

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

penelitian ini berjalan lancar. Terimakasih atas arahan dan segala masukkannya.

10. Mas-mas sekbang 81 dan 82, mas Bayu, mas Teguh, mas Randi, mas Yory, mas Vio, mas Gestha, mas Pahan, mas Tony, mas Kidho Edward, mas gusti, mas Adit, mas Mus, mas Alfat, mas Dicky, dan semua mas-mas sekbang yang nggak mungkin disebutkan semua, terimakasih atas ngobrol-ngobrolnya, info-info pentingnya, dan suara ngoeng-ngoeng disetiap pagi, siang dan malam yang mengingatkan peneliti untuk segera menyelesaikan penelitian ini, dan memberikan semangat tersendiri bagi peneliti untuk terus berjuang.
11. *My best friend*, Okta Fianafajri, dan Vicky Octavilady tersayang. Terimakasih sudah selalu menemani hari-hari peneliti di perantauan, terimakasih atas semangat, masukkan, dan segala bantuannya sehingga penelitian ini dapat terselesaikan. Terimakasih atas persahabatan yang indah ini. Makasih juga buat mas Erik atas bantuannnya.
12. Penghuni kost Pak W, Mamah, Roik, dhe' Retno, mbak Anti, Cullin, Astin, Siwi yang memberikan kenangan indah dan gila bagi peneliti.
13. Teman-teman kost, mbak Erna, Riza dan Ryok yang selalu memberikan semangat dan dukungan pada peneliti selama peneliti menyelesaikan penelitian ini. Jaga selalu kerukunan kita.
14. Mbak Mey, mbak Rini, Hima, mbak Wulan, Ferdi, Asep, Tian, dan seluruh teman-teman Psikologi 06 yang tak mungkin disebutkan semuanya atas dukungan dan doanya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

15. Teman-teman KKN, mbak Anis, Lia, Wanti, mbak Sari, Yit-yit, Sigit, Yono (makasih antar-jemputnya), Tarom, Wahidun.
16. Zainal, Yoga, Ana, Indah, Ammy, Awan, Ajay, Dewi, Phia, Bagus, Gunawan, Fitri, maz fais, dan teman-teman Psikologi 07 yang pernah peneliti asisteni, terimakasih sudah menjadi bagian pengalaman peneliti dalam belajar menjadi lebih dewasa dan tegas, sekaligus menjadi motivasi peneliti untuk segera menyelesaikan penelitian ini.
17. Semua pihak yang telah ikut berjasa dalam penyusunan skripsi ini yang tidak mungkin disebutkan satu persatu.

Kepada semua pihak tersebut semoga amal baik yang telah diberikan dapat diterima di sisi Allah SWT, dan mendapat limpahan rahmat dari-Nya, amin.

Yogyakarta,14 Februari 2011

Penyusun

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Mahesa Qin Fajrrizqa

NIM. 06710012

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN..... ii

NOTA DINAS iii

HALAMAN PENGESAHAN iv

MOTTO..... v

PERSEMBAHAN..... vi

ABSTRAK vii

KATA PENGANTAR viii

DAFTAR ISI xii

BAB I. PENDAHULUAN 1

A. Latar Belakang Masalah..... 1

B. Rumusan Masalah..... 14

C. Tujuan Penelitiandan Manfaat Penelitian..... 15

D. Keaslian Penelitian..... 16

BAB II.TINJAUAN TEORI..... 19

A. Kecemasan Pada Saat Akan Terbang..... 19

1. Pengertian Kecemasan Pada Saat Akan Terbang..... 19

2. Aspek-aspek Kecemasan..... 23

3. Sebab-sebab Muncul Kecemasan 25

4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan 26

5. Kecemasan Dalam Klinis..... 30

B. Kecerdasan Emosi..... 32

1. Pengertian Kecerdasan Emosi 32

2. Aspek-Aspek Kecerdasan Emosi..... 38

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi 41

C. Siswa Sekbang Lanud Adisucipto 44

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

1. Pengertian Siswa Sekbang 44
2. Tugas-tugas Siswa Sekbang 45
D. Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan Kecemasan Pada Saat Akan Terbang 47
E. Hipotesis 52
BAB III.METODE PENELITIAN 53
A. Identifikasi Variabel Penelitian 53
B. Definisi Operasional Variabel 53
1. Variabel Kecemasan Pada Saat Akan Terbang 3
2. Variabel Kecerdasan Emosi 54
C. Subjek Penelitian 55
1. Populasi Penelitian 55
2. Sampel Penelitian 55
D. Metode dan Alat Pengumpul Data 55
1. Metode Pengumpulan Data 55
2. Alat Pengumpulan Data 56
a. Skala Kecemasan Pada Saat Akan Terbang 56
b. Skala Kecerdasan Emosi 58
E. Validitas dan Reliabilitas 59
1. Validitas 60
2. Reliabilitas 61
F. Metode Analisis Data 61
BAB VI.PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN 63
A. Orientasi Kancah 63
B. Persiapan Penelitian 67
C. Proses Perizinan 67
1. Persiapan Alat ukur 69

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

2. Pelaksanaan *Try Out* 70
a. Skala Kecemasan Pada Saat Akan Terbang 71
b. Skala Kecerdasan Emosi 72
3. Uji Relliabilitas 74
D. Pelaksanaan Penelitian 74
E. Analisis Data 75
1. Hasil Analisis Uji Diskriptif 75
2. Hasil Analisis Uji Asumsi 76
a. Uji Normalitas 76
b. Uji Linieritas 77
3. Hasil Analisis Data Tambahan 78
a. Hasil Uji Regresi 78
b. Kategorisasi Kondisi Individu Pada Setiap Variabel 79
4. Uji Hipotesis 83
F. PEMBAHASAN 83
BAB V. PENUTUP 90
A. Kesimpulan 90
B. Saran-Saran 91
DAFTAR PUSTAKA 92
LAMPIRAN-LAMPIRAN 97

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tentara Nasional Indonesia Angkatan Udara (TNI-AU) dalam menegakkan kedaulatan Negara di udara memerlukan banyak penerbang yang handal atau berkualitas. Untuk mendapatkan penerbang yang berkualitas tersebut dilakukan seleksi yang cukup ketat terhadap para calon penerbang, mengingat beban kerja penerbang yang tidak ringan. Selanjutnya para calon penerbang yang sudah terseleksi tersebut akan dididik di sekolah Penerbang TNI-AU. Apabila calon penerbang tersebut dapat menyelesaikan pendidikan terbangnya, maka dia akan lulus menjadi seorang penerbang yang berstatus sebagai seorang perwira TNI-AU.

Pendidikan di Sekolah Penerbang (yang kemudian disingkat sekbang) mempunyai fungsi dan nilai strategis dijajaran ABRI atau TNI-AU, khususnya dalam mempersiapkan calon-calon penerbang militer yang profesional, berkemampuan tinggi serta dapat diandalkan dalam pelaksanaan setiap tugas-tugas operasional yang dibebankan kepadanya. Pendidikan ini memerlukan biaya operasional yang sangat tinggi karena menggunakan peralatan yang sangat mahal, canggih, serta mengandung resiko yang sangat besar, oleh karena itu seluruh pihak yang terlibat dalam pendidikan ini diupayakan sedemikian rupa sehingga proses pendidikan di sekbang ini dapat berjalan efektif dan efisien.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Meskipun sudah diupayakan berbagai kesempurnaan dalam menyelenggarakan serangkaian pendidikan dalam sekolah penerbang ini, namun ternyata masih banyak hambatan yang dialami para siswa dalam menjalani proses pendidikannya. Salah satu hambatan yang umum terjadi pada siswa adalah adanya kecemasan yang mereka alami pada saat mereka akan latihan terbang atau menerbangkan pesawat terbang (*preeliminary* 15 July 2010).

Kecemasan yang dialami oleh siswa sekbang ini seharusnya tidaklah menjadi sebuah hambatan selama menjalani proses pendidikan. Hal ini dikarenakan dalam proses seleksi yang dilakukan sebelum seorang dinyatakan lulus sebagai seorang siswa sekbang individu harus melewati beberapa seleksi atau tes masuk sekolah penerbang yang tidak setiap orang dapat lolos dalam tes tersebut, sehingga individu yang lolos dalam tes tersebut adalah orang-orang pilihan yang telah memenuhi standar sebagai calon penerbang atau siswa penerbang.

Kemudian setelah para calon siswa ini dinyatakan lulus sebagai siswa penerbang, maka para siswa ini diwajibkan mengikuti berbagai pendidikan kemiliteran dan pendidikan sebagai seorang penerbang. Berbagai teori penerbangan mereka pelajari, beserta *gemblengan* mental kemiliteran guna menghadapi berbagai situasi ketika berada di udara dan bertempur melawan musuh, sampai pada saatnya mereka pada tahapan praktek lapangan atau menerbangkan pesawat terbang. Pada setiap akan melakukan latihan terbang para siswa juga telah melakukan berbagai persiapan baik fisik maupun mental,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

selain itu pada saat akan latihan terbang para siswa juga melakukan *breafing* dengan masing-masing instruktur terbang, dalam *breafing* ini para siswa diberikan arahan-arahan yang harus dilakukan dalam latihan terbang tersebut.

Berdasarkan uraian di atas mengenai pendidikan yang dilakukan di sekolah penerbang ini, dapat membentuk individu yang memiliki ketahanan mental yang kuat dan memiliki kecakapan dalam menanggapi respon yang berasal dari luar maupun dari dalam individu, sehingga seharusnya para siswa ini tidak lagi merasakan kecemasan atau ketakutan dalam melakukan latihan terbang, atau setidaknya mereka dapat mengendalikan rasa cemas yang mereka alami sehingga dapat meminimalisir kecemasan pada saat akan terbang. Namun pada kenyataannya berdasarkan *preeliminary* yang dilaksanakan pada tanggal 20-27 Juli 2010, para siswa sekbang masih merasakan kecemasan pada saat akan terbang.

Kecemasan normal terjadi pada setiap individu karena adanya ancaman bahaya yang dirasakan individu tersebut, namun kecemasan dapat menjadi gangguan patologis pada individu yang memang mengalami kecemasan secara terus menerus dan tingkatnya tidak sesuai dengan proporsi ancaman atau datangnya tanpa adanya penyebab (Nevid, Rathus & Greene, 2005).

Selanjutnya Kaplan, Sadock, dan Greb (1994), menyebutkan bahwa takut dan cemas, merupakan dua emosi yang berfungsi sebagai tanda akan adanya bahaya. Rasa takut muncul jika terdapat ancaman yang jelas atau nyata, berasal dari lingkungan, dan tidak menimbulkan konflik bagi individu.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Sedangkan kecemasan muncul jika bahaya berasal dari dalam diri, tidak jelas, atau menyebabkan konflik bagi individu. Penyebab-penyebab kecemasan itu akan menjadi sebuah kecemasan jika didukung oleh beberapa faktor penyebab kecemasan, faktor-faktor tersebut dapat merupakan faktor internal dan faktor *eksternal.* Adapun faktor-faktor penyebab terjadinya kecemasan pada individu adalah, faktor lingkungan, faktor emosi yang di tekan, sebab-sebab fisik dan keturunan (Savitri Rahmaniah, 2003).

Faktor *internal* yang merupakan faktor-faktor yang berasal dari dalam individu dapat berupa bawaan atau genetika namun dapat pula terjadi karena adanya reaksi emosional pada berbagai kekhawatiran yang dihubungkan dengan adanya ancaman bahaya. Sedangkan pada faktor *eksternal*, yaitu faktor yang berasal dari luar diri individu yang memberikan rasa tidak aman pada diri individu, sehingga individu merasa adanya ancaman yang membuatnya merasa tertekan dan timbullah kecemasan (Nevid, Rathus & Greene, 2005).

Pada faktor *internal* yang dapat menyebabkan timbulnya kecemasan pada siswa sekbang, salah satunya adalah reaksi emosional pada berbagai kekhawatiran yang dihubungkan dengan adanya ancaman bahaya. Kecemasan akan mulai muncul pada diri siswa sekbang pada siswa akan melakukan latihan terbangnya, karena saat berada di atas ketinggian beratus-ratus mil dan harus mengendalikan sebuah pesawat terbang, serta melakukan berbagai macam gerakan-gerakan terbang seperti berputar-putar di udara yang membutuhkan keberanian dan kesigapan ekstra untuk melakukannya. Ketika berada pada ketinggian beratus-ratus mil berbagai situasi dan ancaman bahaya

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

dapat terjadi begitu saja, tanpa kita ketahui kapan dan bagaimana situasi tersebut akan terjadi.

Selanjutnya faktor *eksternal* yang dapat menimbulkan munculnya kecemasan pada siswa sekbang, di antaranya adalah faktor lingkungan yang dapat menimbulkan persepsi negatif pada siswa sekbang sehingga mereka mengalami kecemasan pada saat akan terbang. Faktor lingkungan tersebut di antaranya adalah banyaknya fenomena kecelakaan dalam dunia penerbangan, salah satunya kecelakaan pesawat terbang yang baru-baru ini terjadi di Bandung, dalam acara Bandung *Air Show*, pada tanggal 24 September 2010, yang menewaskan awak kapal yang merupakan seorang penerbang atau pengemudi pesawat tersebut.

Peristiwa kecelakaan semacam inilah yang menyebabkan timbulnya kecemasan pada para siswa penerbang yang masih harus menjalankan pendidikannya (http://tempointeraktif.com/hg/brk 20100924280234.id.htm-tembolok, diunduh pada tanggal 13 Oktober 2010), dengan demikian siswa penerbang yang belum resmi menjadi seorang penerbang (pilot) akan didera berbagai perasaan yang tidak menentu, perasaan takut, cemas, gelisah, tegang, waswas, stres dan gejala-gejala kecemasan lainnya akan muncul pada saat mereka melakukan latihan terbang. Seperti halnya yang terjadi pada siswa Sekbang Lanud Adisucipto Yogyakarta, berinisial SR yang mengaku merasa cemas ketika pertama kali latihan terbang, hingga saat ini SR masih mengalami kecemasan jika pada saat cek pesawat atau pada saat persiapan terbang mengalami masalah. Berbeda halnya dengan WB (inisial) yang

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

merasa stres ketika sedang latihan terbang, WB juga merasakan kecemasan apabila melakukan beberapa gerakan *aerobatic-aerobatic* baru atau pelajaran terbang yang belum ia kuasai. Hal serupa juga dialami M (inisial) yang mengatakan ia merasa cemas pada saat latihan terbang jika terjadi angin kencang sehingga pesawat dapat keluar dari landasan terbang, (*preeliminary*, 20-27 Juli 2010).

Selain beberapa kecemasan yang disebabkan karena adanya cuaca buruk dan pelajaran-pelajaran terbang yang belum dikuasai, beberapa siswa juga mengalami kecemasan yang dialami oleh manusia pada umumnya, yaitu takut jatuh atau mengalami kecelakaan yang dapat merenggut nyawa. Seperti halnya yang dialami oleh seorang siswa penerbang yang bernama B (inisial), B mengatakan bahwa setiap akan terbang B mengalami kecemasan yang disebabkan oleh rasa takut jika terjatuh karena menurutnya keberadaannya dan teman-temannya menyalahi kodrat, karena manusia seharusnya hidup di darat bukan di udara. Berikut penuturan B "takut banget mbak kalau lagi terbang, soalnya kita nyalahin kodrat, kitakan hidupnya di darat jadi kalau kita lagi di udara sama ajah menantang kodrat itu mbak, jadi sering keinget yang nggak-nggak (kecelakaan di udara)" begitu juga yang terjadi dengan GT (inisial), ketika terbang GT serasa ingin jatuh atau dalam bahasa Jawanya sering disebut dengan *singunen*, selain itu GT juga merasa ingin cepat-cepat turun dan mengakhiri latihan terbangnya (*Preeliminary*, 5-7 Agustus 2010).

Kecemasan-kecemasan yang dialami para siswa sekbang ini berdampak buruk pada proses penerbangan mereka, beberapa diantaranya

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

adalah gugup, tidak dapat berpikir atau mereka sering menyebut dengan kata "*ngebleng*", tidak tahu harus berbuat apa?, tiba-tiba lupa akan prosedur terbang, sehingga instruktur mereka yang mengambil alih kemudi pesawat. Hal ini tentu akan sangat membahayakan jika mereka terbang solo atau tanpa didampingi oleh instruktur.

Individu yang mengalami kecemasan akan menjadi lebih memandang diri menjadi sensitif, mudah marah, tegang, sukar berkonsentrasi, membesar-besarkan ancaman, menghindari situasi, tidak berdaya dan ingin melarikan diri (Blackburn & Davidson, 1994). Hal ini sesuai dengan pernyataan Salan (dalam Sulasmi., Dkk, 1991), mengatakan dalam keadaan *anxietas* yang sedang terdapat ekskresi berlebih dari adrenalin, sedangkan *noradrenalin* stabil. Dalam keadaan kecemasan kronik adrenalin terus menerus meninggi sehingga kepekaan terhadap rangsang lain menjadi kurang, yang dilihat adalah tekanan darah meninggi dan *palpitasi* (Sulasmi., Dkk, 1991).

Dampak-dampak kecemasan tersebut akan membuat individu hidup dalam ketertekanan dan ketegangan dalam menjalankan aktivitasnya setiap hari, hal ini tentu akan berpengaruh pada kelangsungan hidup individu tersebut, sehingga perlu adanya penanganan yang lebih serius mengenai kecemasan tersebut (Sulasmi., dkk, 1991). Pada tahun 2002 disebutkan bahwa prevalensi keadaan cemas di Indonesia diperkirakan mencapai 2-5% dari populasi dan 7-16% dari semua penderita gangguan jiwa, dan hal ini akan terus meningkat dari tahun ke tahun (Rachmat, D., dkk, 2002). Oleh sebab

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

itu perlu dilakukan beberapa intervensi guna mengatasi kecemasan agar tidak semakin meningkat dan meresahkan.

Masing-masing perspektif teori mayor telah menciptakan berbagai pendekatan untuk menangani gangguan-gangguan kecemasan. Pendekatan-pendekatan psikologis mungkin berbeda satu sama lain dalam teknik dan tujuannya, tetapi terdapat satu kesamaan, yaitu dengan cara mereka sendiri, mereka mendorong klien untuk menghadapi dan tidak menghindari sumber-sumber kecemasan mereka. Adapun pendekatan yang dapat digunakan dalam mengatasi kecemasan adalah, pendekatan-pendekatan psikodinamika, pendekatan-pendekatan humanistik, pendekatan-pendekatan biologis, dan pendekatan belajar (Hurlock, 2005).

Selain keempat pendekatan tersebut terdapat pula sebuah *treatmen* untuk mengatasi kecemasan, yaitu dengan mengembangkan kecerdasan emosi pada diri individu. Segala situasi yang dapat menimbulkan kecemasan dapat diatasi dengan adanya pengendalian diri dan suasana hati sehingga kecemasan yang dialami tidak berlarut-larut dan menjadi lebih akut sehingga dapat mengganggu proses belajar yang mereka lakukan. Sedangkan kecerdasan *intelegensi* (*IQ*) tidak dapat berfungsi secara baik untuk menghadapi kecemasan, segala situasi yang menimbulkan kecemasan tidak dapat terpecahkan oleh berbagai strategi pikir, karena kecemasan berhubungan erat dengan suasana hati dan perasaan seseorang yang hanya dapat dihadapi dengan pengendalian diri dan suasana hati.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Pengendalian diri termaksud dalam salah satu aspek dari kecerdasan emosi, dan aspek-aspek lain dari kecerdasan emosi juga dapat mendukung dalam mengatasi kecemasan. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosi tinggi maka akan dapat mengendalikan emosi, perasaan dan suasana hati, sehingga perasaan cemas yang dirasakan dapat dikendalikan sedemikian rupa sehingga dapat teratasi dengan baik.

Kecerdasan emosi mencakup pengendalian diri, semangat, ketekunan, serta kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustasi, kesanggupan untuk mengendalikan dorongan hati dan emosi, tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati, tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, kemampuan membaca perasaan terdalam orang lain (empati), dan berdoa, kemampuan memelihara hubungan dengan sebaik-baiknya, kemampuan untuk menyelesaikan konflik, serta kemampuan untuk memimpin (Golemen, 2000).

Goleman (2002) mengemukakan lima aspek dalam kecerdasan emosi, yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, membina hubungan. Dari kelima aspek tersebut dapat terlihat jelas adanya hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan, di mana kecemasan yang sering dialami manusia, khususnya pada siswa penerbang dapat teratasi dengan adanya kecerdasan emosi dalam diri individu tersebut. Karena dari kelima aspek kecerdasan emosi tersebut jika berhasil diterapkan dalam kehidupan sehari-hari maka akan sangat bermanfaat untuk kesuksesan hidupnya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Menurut Goleman, (dalam Djuwarijah, 2002) khusus pada orang-orang yang hanya memiliki intelegensi tinggi, mereka cenderung memiliki rasa gelisah yang tidak beralasan, terlalu kritis, rewel, cenderung menari diri, terkesan dingin dan cenderung sulit mengekspresikan kekesalan dan kemarahannya secara tepat, bila didukung dengan rendahnya taraf kecerdasan emosionalnya, maka orang-orang seperti ini sering menjadi sumber masalah. Karena sifat-sifat di atas, bila seseorang memiliki *IQ* tinggi namun taraf kecerdasan emosinya rendah maka cenderung akan terlihat sebagai orang yang keras kepala, sulit bergaul, mudah frustasi, *introvert*, mudah frustasi, tidak peka dengan kondisi lingkungan dan cenderung putus asa dan mudah mengalami stres (Djuwarijah, 2002). Kondisi sebaliknya akan dialami oleh orang yang memiliki kecerdasan *intelegensi* rata-rata namun memiliki kecerdasan emosi yang tinggi. Kecerdasan emosi juga dapat menjadi wadah untuk mengelola diri dengan baik sehingga dapat menghadapi berbagai tantangan hidup dengan baik dan dapat menciptakan kehidupan bersosial dengan baik sehingga dapat mewujudkan kesuksesan yang diharapkannya, Goleman (dalam Djuwarijah, 2002).

Berkaitan dengan pentingnya kecerdasan emosi, siswa sekbang Lanud Adisucipto yang merupakan siswa penerbang TNI Angkatan Udara yang selama proses pembelajarannya membutuhkan kecerdasan emosi untuk menghadapi berbagai situasi yang tidak terduga dan bersifat menekan. Seperti yang kita ketahui bahwa siswa sekbang adalah siswa TNI Angkatan Udara yang belajar untuk menerbangkan pesawat terbang, dalam proses

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

pembelajarannya para siswa sekbang ini tidak hanya menerbangkan pesawat seperti para penerbang pada maskapai penerbangan sipil, pada siswa sekbang ini juga diajarkan bagaimana mengendarai pesawat tempur dan berbagai gerakan *aerodinamik* atau gerakan terbang untuk menjalankan strategi tempur yang juga mereka pelajari. Hal yang bersifat menekan ini yang dapat menimbulkan kecemasan pada siswa sekbang Lanud Adisucipto, dan jika kecemasan ini tidak dapat ditangani dengan baik maka akan menjadi lebih akut dan dapat mengganggu proses belajar siswa.

Maka dari itu perlu adanya pembahasan lebih lanjut mengenai langkah-langkah ataupun *treatment* yang dapat dilakukan untuk menangani kecemasan ketika terbang tersebut. Sehubungan dengan pentingnya penanganan kecemasan terbang, maka alangkah lebih baik jika kita selaku individu yang dapat merasa cemas, melakukan beberapa *treatment* dalam menghadapi kecemasan yang sering kita alami, khususnya kecemasan pada saat terbang. Salah satu langkah yang dapat dilakukan oleh siswa penerbang untuk menghadapi kecemasan adalah dengan adanya pengendalian diri dan suasana hati sehingga kecemasan yang dialami akan berkurang dan berangsur-angsur menghilang. Pengendalian diri dan emosi tersebut akan terwujud jika siswa sekbang mengembangkan kecerdasan emosi yang sesungguhnya telah dimiliki setiap siswa, hanya saja pengembangannya yang menyebabkan perbedaan antar setiap siswa.

Kecemasan dalam pandangan Islam dapat dikatakan sebagai suatu perasaan waswas yang kerap kali dirasakan oleh seseorang. Sama halnya

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

dengan kecemasan, perasaan waswas ini dapat terjadi karena adanya perasaan terancam, ketakutan, atau hal-hal yang dirasa mengancam jiwanya. Hal ini senada firman Allah dalam Quran surat Al-Baqarah : 155

وَلَنَبْلُوَنَّكُم بِشَيْءٍ مِّنَ ٱلْخَوْفِ وَٱلْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ ٱلْأَمْوَٰلِ وَٱلْأَنفُسِ وَٱلثَّمَرَٰتِ ۗ وَبَشِّرِ ٱلصَّٰبِرِينَ ﴿١٥٥﴾

Artinya :
Dan sesungguhnya kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita bahagia bagi orang-orang yang bersabar.

Dalam ayat tersebut disebutkan bahwa Allah pasti akan memberikan cobaan pada umatnya, di mana cobaan tersebut akan menimbulkan berbagai ketakutan dan kecemasan akan adanya bahaya atau ancaman dalam kelangsungan hidupnya. Dalam ayat ini juga disebutkan mengenai orang-orang yang bersabar dalam menghadapi cobaan maka akan diberikan jalan keluar atau pertolongan dari Allah SWT, dalam bersabar seseorang tentu saja tidak hanya berdiam diri dan menunggu pertolongan dari Allah SWT, melainkan harus ada usaha yang dilakukan untuk keluar dari masalah dan cobaan yang diberikan Allah SWT. Adapun usaha-usaha yang dilakukan setiap individu berbeda-beda tergantung dari masalah yang dihadapinya dan kembali pada individu tersebut. Dalam menghadapi kecemasan pada saat terbang seorang siswa sekbang diharapkan untuk lebih mengembangkan kecerdasan emosinya agar dapat berguna bagi kehidupan sehari-hari, khususnya dalam mengatasi kecemasan pada saat terbang.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Kecerdasan Emosi dalam pandangan Islam dapat dikatakan sebagai upaya untuk mengendalikan diri, dalam pengendalian diri ini terdapat pula pengendalian emosi dan hati (*qalbu*). Dalam bukunya, Psikologi Kenabian (*prophetic psychology*), Hamdani Bakran Adz-Dzakiey (2007) menyebutkan emosi sebagai wadah perasaan. Dimana instrumen perasaan (emosi) yang dimiliki manusia ada di dalam hati (*qalbu*), yaitu perasaan ketuhanan (emosi spiritual) dan kemakhlukkan. Perasaan ketuhanan adalah perasaan (emosi) yang berhubungan dengan pencipta, sedangkan perasaan kemakhlukan adalah yang berhubungan dengan sesama ciptaan-Nya.

Seseorang yang dapat mengendalikan diri tentu dapat mengendalikan hatinya (*qalbu*), dimana dalam *qalbu* terdapat instrumen perasaan atau emosi yang mana kecemasan merupakan suatu bentuk dari emosi, sehingga jika seseorang dapat mengendalikan diri dan *qalbu*nya dengan baik maka dia akan dapat mengatasi kecemasan yang dialaminya. Hamdani Bakran Adz-Dzakiey (2007) menyebutkan adapun ayat yang berhubungan dengan kecerdasan emosi dalam Surat Al-Baqarah: 185,

شَهۡرُ رَمَضَانَ ٱلَّذِيٓ أُنزِلَ فِيهِ ٱلۡقُرۡءَانُ هُدٗى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَٰتٖ مِّنَ ٱلۡهُدَىٰ
وَٱلۡفُرۡقَانِۚ فَمَن شَهِدَ مِنكُمُ ٱلشَّهۡرَ فَلۡيَصُمۡهُۖ وَمَن كَانَ مَرِيضًا أَوۡ عَلَىٰ سَفَرٖ
فَعِدَّةٞ مِّنۡ أَيَّامٍ أُخَرَۗ يُرِيدُ ٱللَّهُ بِكُمُ ٱلۡيُسۡرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ ٱلۡعُسۡرَ
وَلِتُكۡمِلُواْ ٱلۡعِدَّةَ وَلِتُكَبِّرُواْ ٱللَّهَ عَلَىٰ مَا هَدَىٰكُمۡ وَلَعَلَّكُمۡ تَشۡكُرُونَ

Artinya :

(Beberapa hari yang ditentukan itu ialah) bulan Ramadhan, bulan yang di dalamnya diturunkan (permulaan) Al

Qur'an sebagai petunjuk bagi manusia dan penjelasan-penjelasan mengenai petunjuk-petunjuk itu dan pembeda (antara yang hak dan yang bathil). Karena itu, barang siapa diantara kamu hadir (di negeri tempat tinggalnya) di bulan itu, maka hendaklah ia berpuasa pada bulan itu, dan barang siapa sakit atau dalam perjalanan (lalu ia berbuka), maka (wajiblah baginya berpuasa), sebanyak hari yang ditinggalkannya itu, pada hari-hari yang lain. Allah menghendaki kemudahan bagimu, dan tidak menghendaki kesukaran bagimu. Dan hendaklah kamu mencukupkan bilangannya dan hendaklah kamu mengagungkan Allah atas petunjuk-Nya yang diberikan kepadamu, supaya kamu bersyukur.

Dari pemaparan di atas, maka terlihat jelas bahwa penelitian tentang Kecerdasan emosi sangat menarik untuk dikaji lebih dalam, sehingga peneliti ingin meneliti apakah terdapat hubungan antara "Kecerdasan emosi dengan kecemasan pada saat akan terbang siswa sekbang Lanud Adisucipto Yogyakarta".

B. Rumusan masalah

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut : "Apakah terdapat hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan pada saat akan terbang siswa Sekang Lanud Adisucipto Yogyakarta?"

C. Tujuan Dan Manfaat Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai peneliti dalam penelitian ini adalah:

1. Tujuan utama, untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan pada saat akan terbang siswa sekbang Lanud Adisucipto Yogyakarta.
2. Tujuan tambahan untuk:
   a) Mengetahui tingkat kecemasan pada saat akan terbang siswa Sekbang Lanud Adisucipto.
   b) Mengetahui tingkat kecerdasan emosi siswa sekbang Lanud Adisucipto Yogyakarta.

Manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini:

1. Dari segi teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam mengembangkan keilmuan, terutama bagi keilmuan Psikologi Klinis, Psikoterapi, Psikologi Abnormal dan Psikologi Pendidikan dengan memberikan hasil data penelitian ilmiah mengenai hubungan kecerdasan emosi dengan kecemasan pada saat akan terbang.
2. Dari segi praktis
   a. Bagi penelitian selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan tambahan referensi kepada peneliti yang ingin meneliti lebih mendalam lagi mengenai kecerdasan emosi dengan kecemasan.
   b. Bagi para siswa penerbang hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan masukan bagi para siswa penerbang bahwa dengan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

mengasah kecerdasan emosi maka dapat membantu mengatasi kecemasan pada saat akan terbang yang sering menjadi hambatan dalam menjalani proses pendidikan.

c. Hasil penelitian ini di harapkan mampu memberi masukan bagi sekolah penerbang untuk memberikan perhatian lebih pada kecemasan yang dihadapi para siswa sekbang dan dapat mengetahui faktor-faktor penyebab munculnya kecemasan pada saat akan terbang pada siswa sekbang, selain itu pihak sekolah juga diharapkan memberikan pembelajaran dalam mengembangkan kecerdasan emosi para siswa sekbang.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai kecerdasan emosi dan kecemasan telah banyak dilakukan sebelumnya, peneliti menggunakan beberapa pijakan dan kajian yang berasal dari penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan masalah yang sama dengan kajian penelitian dari peneliti, yaitu mengenai hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan pada saat akan terbang.

Penelitian tersebut antara lain, penelitian yang dilakukan Efrida Mahdaleni (2004), yang berjudul “Hubungan Kecerdasan Emosi dengan kecemasan menghadapi ujian pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi ujian pada mahasiswa

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

fakultas psikologi Universitas Islam Indonesia. Subjek dalam penelitian ini adalah 100 mahasiswa Psikologi Universitas Islam Indonesia, dan hasil yang diperoleh pada penelitian ini, adalah hipotesis terbukti dengan hasil korelasi (rxy) sebesar 0,65 dengan p= 0,000<0,01 menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan dalam menghadapi ujian.

Kemudian penelitian Dewi Angraeni (2004), yang berjudul "Hubungan Kecerdasan Emosi dengan kecemasan Menghadapi Tekanan Penonton pada Pemain Sepak Bola". Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menguji secara empirik apakah ada hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan dalam menghadapi penonton pada pemain sepak bola. Subjek dalam penelitian ini adalah pemain sepak bola yang tergabung dalam klub Perseden Denpasar dan Mitra kukar. Adapun hasil penelitian ini adalah ada hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan dalam menghadapi tekanan penonton.

Selanjutnya pada penelitian Titien Mulyasari (2002), yang bejudul "Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Daya Tahan Stress pada Remaja Awal". Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kecerdasan emosi dengan daya tahan stress, dengan subjek penelitian siswa kelas 2 SMU 8 Pekan Baru, Riau. Hasil dalam peneltian ini, adalah ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan daya tahan stress.

Meninjau dari beberapa penelitian yang sebelumnya telah dilakukan, maka dalam penelitian ini peneliti ingin melakukan penelitian yang berbeda dari penelitian yang telah ada, yaitu mengenai kecemasan pada saat akan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

terbang, dimana pada penelitian sebelumnya belum pernah dilakukan. Peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Pada Saat Akan Terbang Siswa Sekbang Lanud Adisucipto Yogyakarta”. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap apakah terdapat hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan pada saat akan terbang siswa sekbang. Untuk memberikan warna yang berbeda dengan penelitian sebelumnya, yaitu dengan cara mengkaji pembahasan dalam penelitian ini juga dikaji berdasar atas wacana keislaman, sehingga terjadi integrasi-interkoneksi antara keilmuan psikologi dengan ilmu keislaman. Penelitian ini juga memotret fenomena dinamika psikologis siswa sekbang yang menjadi subyek dalam penelitian ini.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan pada saat akan terbang pada siswa sekbang Lanud Adisucipto. Semakin tinggi kecerdasan emosi maka akan semakin rendah tingkat kecemasan pada saat akan terbang, begitu juga sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosinya maka tingkat kecemasannya akan cenderung lebih tinggi.
2. Sumbangan efektif kecerdasan emosi terhadap kecemasan pada saat akan terbang dapat dilihat dari (r^2) sebesar 52, 6%. Hal ini menginformasikan bahwa kecerdasan emosi terhadap kecemasan pada saat akan terbang memberikan pengaruh sebesar 52,6% dan sisanya sebesar 47,4% kecemasan dipengaruhi oleh faktor lain.
3. Siswa sekbang Lanud Adisucipto memiliki tingkat kecerdasan emosi yang tinggi sebesar 41,3%, dan tingkat kecemasannya rendah sebesar 39,13. Hal ini berarti bahwa sebagian besar siswa sekbang Lanud Adisucipto memiliki tingkat kecerdasan emosi yang tinggi dan kecenderungan tingkat kecemasannya rendah.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

B. Saran

1. Bagi Siswa Sekbang Lanud Adisucipto

   Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi siswa sekbang, maka tingkat kecemasan pada saat akan terbang cenderung rendah, sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosi siswa maka tingkat kecemasan pada saat akan terbang cenderung tinggi. Para siswa sekbang Lanud Adisucipto Yogyakarta memiliki kecerdasan emosi yang tinggi, dan tingkat kecemasan pada saat akan terbang yang rendah, hal ini merupakan kondisi yang sangat baik, maka diharapkan para siswa sekbang dapat mempertahankan kondisi ini agar proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan lancar, sehingga hambatan-hambatan dalam proses pembelajaran seperti kecemasan dapat teratasi dengan baik.

2. Bagi Institusi Pendidikan

   Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi siswa sekbang, maka tingkat kecemasan pada saat akan terbang cenderung rendah, sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosi siswa maka tingkat kecemasan pada saat akan terbang cenderung tinggi. Sehingga diharapkan pihak sekolah penerbang ini terus mempertahankan sistem pembelajaran dan standar seleksi penerimaan siswa sekbang, sehingga mendapatkan sumber daya manusia yang bermutu dan berkualitas yang mampu mengikuti sistem pembelajaran yang diterapkan di sekolah penerbang tersebut dan berkurangnya hambatan-hambatan dalam proses pembelajaran, seperti halnya kecemasan.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, karena keterbatasan waktu, biaya dan sulitnya perizinan di luar kota, dalam penelitian ini menggunakan *try out* terpakai, maka pada penelitian selanjutnya diharapkan dapat benar-benar mengetahui jadwal kegiatan para siswa sekbang beberapa bulan kedepan agar pada saat pengambilan data siswa memiliki waktu luang dan berada di tempat yang mudah dijangkau. Peneliti merasa dalam penelitian ini masih sederhana dan terdapat banyak kekurangan, sehingga pada peneliti selanjutnya diharap dapat lebih memperkaya bahasan dengan mengkaji lebih banyak faktor-faktor yang dapat mengurangi kecemasan, seperti faktor psikologis, kognitif dan biologis.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

Adz-Dzakiey, H. B. (2007). *Psikologi Kenabian; Prophetic Psychology*. Yogyakarta: Beranda Publishing

Angraeni, D. (2006). HUbungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Tekanan Penonton Pada Pemain Sepak Bola. *Skripsi*. (tidak diterbitkan). Yogyakarta: UII

Atkinson, R. L. Atkinson, R. C&Hilargard. ER. (1999). *Pengantar Psikologi*. Jilid 2, edisi 8 (Terjemahan). Jakarta: Erlangga

Azwar, S. (2008). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Blackbrun, I. M. , & Davidson, K. (1994). *Terapi Kognitif untuk depresi dan Kecemasan : Suatu Petunjuk Bagi Praktisi (Dra. Rusdakoto Sutadi, Pengalihan Bahasa).* Semarang : IKIP Semarang Press

Cooper, R. K., & Sawaf, A. (2002). *Kecerdasan Emosi dalam Kepemimpinan Organisasi*. Alih Bahasa: Widodo A. T. Jakarta: Gramedia

Darajat, Z. (1982). *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung

Djuwarijah. (2002). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Agresivitas Remaja. Jurnal *PSYCHE*

Fahmi, M. (1997). *Ash-Shihah An-Nafsiyyah fil usrati wal Madrasati Mujtama'I (Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah, dan masyarakat)*, di terjemahkan oleh Zakiyah Darajat. Jakarta: Bulan-Bintang

Fatimah, S. (1997). Karakteristik Kepribadian Siswa Sekolah Penerbang Yang Berhasil. *Skripsi* tidak diterbitkan. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada

Fausah, F., Widury, J. (2008). *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*. Jakarta: UI-Press

Goleman. D. (2000). *Working With Emotional Intellegence*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama

Goleman. D. (2002). *Emotional Intellegence. Jakarta* : PT. Gramedia Pustaka Utama

Goleman. D. (2003). *Emotional Intelegence* (Penerjemah: T. Heryana). Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama

STAIN ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Gunadi, S. (1995). Efektivitas Tes Insrtument dalam Seleksi Psikologi Calon Siswa Sekbang TNI-AU. *Tesis* tidak diterbitkan . Yogyakarta: Program Pascasarjana Universitas Gajah Mada.

Hamzah, Y. (1992). *Tingkat Ketenangan dan Kebahagiaan Mukmin*. Jakarta : Atisa.

Hurlock, E. B. (2005). *Psikologi Abnormal*. Jakarta : Erlangga.

Ibrahim, A.S. (2007). *Panik Neurosis dan Gangguan Cemas. Jakarta*: CV. REF Graphika

Idrus, M. (2007). Metode Penelitian Ilmu-ilmu Sosial. Yogyakarta: UII Press.

Kaplan, H.I., Sadock, B.J., Grebb, J.A. (1994). *Kaplan&Sadock's Synopsis opf Psychiatry: Behavioral Sciences Clinical Psychiatry*. Baltimore: Williams & Wilkins

Khaerani, N.M. (2010). Pelatihan Mindfulness Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Penderita Penyakit Jantung. *Tesis*. (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Uninersitas Gajah Mada

Kerlinger, F. H. (1993). *Azas-azas Penelitian Behavioral*; Terjemahan. Yogyakarta: Gajah Mada University

Lanud Adisutjipto. (1992). Psychologi & Stress Dalam Penerbangan. Yogyakarta: Lanud Adisucipto

Lasmini. (2006). Hubungan kecerdasan Emosi Dengan Prestasi Kerja. *Skripsi*. (tidak diterbitkan). Yogyakarata: UAD

Lazarus, R.S. (1991). *Emotional and Adaptation*. New York: McGraw-Hill

Mahdaleni, E. (2004). HUbungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UII. *Skripsi*. (tidak diterbitkan). Yogyakarta: UII

Muhimatul, F. (2005). Hubungan Antara Percaya Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Kenaikan Kelas Pada Siswa-Siswi Kelas 2 SMAN 2 Bangun Tapan Bantul. *Skiripsi*. (tidak diterbitkan). Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Mulyasari, T. (2006). Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Daya Tahan Stres Pada Remaja Awal. *Skripsi*. (tidak diterbitkan). Yogyakarta: UII

Nevid, S. J., Rathus, A. S., Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga

Patton, P. (1998). *Emotional Intellegence di Tempat Kerja*. Terjemahan. Jakarta: Pustaka Delapratasa

Prasetyo, (2005). *Orientasi Psikologi Penerbangan*, Jakarta: RICOPY OFFSET

Prawitorsari, (1988) : *Stres, Makalah Symposium Stress*, Semarang: Widia dharma

Praworohusodo, KRT. S. (1988) : *Stres dan Kecemasan Simposium Stres dan Kecemasan*, Fk UGM, Yogyakarta

Puspitosari, Warih A. (2009). *Makalah Presentasi Gabungan Klinis Gangguan Kecemasan*: Yogyakarta

Rachmat, D., dkk (2002). Kecemasan Pada Anggota Polri Yang Menghadapi Purna Tugas Di Kepolisisan Wilayah Yogyakarta. Junal *PSYCHE*

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1993). *The Intellegence of emotional intelligence*. Journal of Education Psychology, 17, 433-442

Savitri, R. (2003). *Kecemasan, Bagaiman Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta : Pustaka Populer

Sundari, S. (2005). *Kesehatan Mental Dalam Kehidupan*. Jakarta: PT Ardi Mahasatya

Sulasmi, dkk. (1991). Stress Dan Kecemasan Pada Dermatis Atopik. Jurnal *PSYCHE*

Taufiq, M. I. (2006). *Panduan Lengkap & Praktis Psikologi Islam*. Jakarta: Gema Insan

Trismiati. (2004). Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Pria Dan Wanita Akseptor Kontrasepsi Mantap di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta. Jurnal *PSYCHE*. 1 (1)

Tulus, W. (2006). Statistik Dalam Psikolosi Penelitian Dan Pendindikan. Malang: UMM Pres.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

http://www.LanudAdisucipto.mild/tembolok, di unduh 9 Januari 2011

http://www.tempointeraktif.com/hg/brk.20100924280234.id.htm-tembolok, diunduh 13 Oktober 2010

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA