

**HUBUNGAN KONSEP DIRI DAN KECERDASAN EMOSIONA DENGAN
STRES KERJA PADA PENDETA GEREJA BATAK KARO
PROTESTAN (GBKP) DI WILAYAH LANGKAT**

TESIS

OLEH :

ELLY ENJELITA
NPM. 141804044



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2017**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 21/1/20

Access From (repository.uma.ac.id)21/1/20

**HUBUNGAN KONSEP DIRI DAN KECERDASAN EMOSIONA DENGAN
STRES KERJA PADA PENDETA GEREJA BATAK KARO
PROTESTAN (GBKP) DI WILAYAH LANGKAT**

TESIS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Psikologi
pada Program Pascasarjana Universitas Medan Area



OLEH

**ELLY ENJELITA
NPM. 141804044**

**PROGRAM MAGISTER PSIKOLOGI
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MEDAN AREA
M E D A N
2017**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 21/1/20

Access From (repository.uma.ac.id)21/1/20

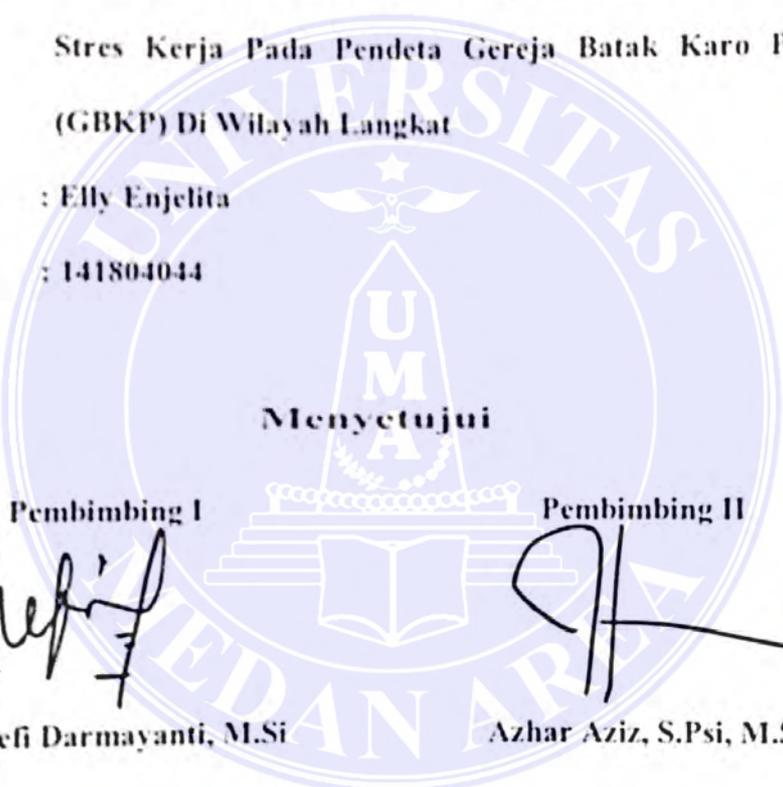
UNIVERSITAS MEDAN AREA
PROGRAM PASCASARJANA
PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Hubungan Konsep Diri Dan Kecerdasan Emosional Dengan
Stres Kerja Pada Pendeta Gereja Batak Karo Protestan
(GBKP) Di Wilayah Langkat

Nama : Elly Enjelita

NPM : 141804044



Pembimbing I

Dr. Nefi Darmayanti, M.Si

Pembimbing II

Azhar Aziz, S.Psi, M.Si

Ketua Program Studi
Magister Psikologi

Prof. Dr. Sri Milfayetty, MS, Kons

Direktur

Prof. Dr. Ir. Retna Astuti Kuswardani, MS

Telah di uji pada Tanggal 7 November 2017

Nama : Elly Enjelita

NPM : 141804044



Panitia Penguji Tesis :

Ketua : Prof. Dr. Lahmuddin Lubis, M.Ed

Sekretaris : Cut Metia, S.Psi, M.Si

Pembimbing I : Dr. Nefi Darmayanti, M.Si

Pembimbing II : Azhar Aziz, S.Psi, M.Si

Penguji Tamu : Prof. Dr. Abdul Murad, M.Pd

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 21/1/20

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Medan, Oktober 2017



Penulis

Elly Enjelita

Elly Enjelita

HALAMAN DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Data Pribadi

Nama : Elly Enjelita Ketaren, S.Th

TTL : Tiganderket, 13 Agustus 1985

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Kristen Protestan

Pekerjaan : Pendeta

E-mail : leenjel@ymail.com

Riwayat Pendidikan

1. Taman Kanak-Kanak (TK) GBKP Oraetlabora Kabanjahe. Lulus tahun 1991
2. Sekolah Dasar (SD) Negeri 1 No.040443, Kabanjahe. Lulus tahun 1997
3. Sekolah Lanjutan Pertama (SLTP) Negeri 1 Kabanjahe. Lulus tahun 2000
4. Sekolah Menengah Umum (SMU) Negeri 1, Kabanjahe. Lulus tahun 2003
5. Sekolah Tinggi Teologia (STT) Abdi Sabda Medan, Lulus tahun 2008

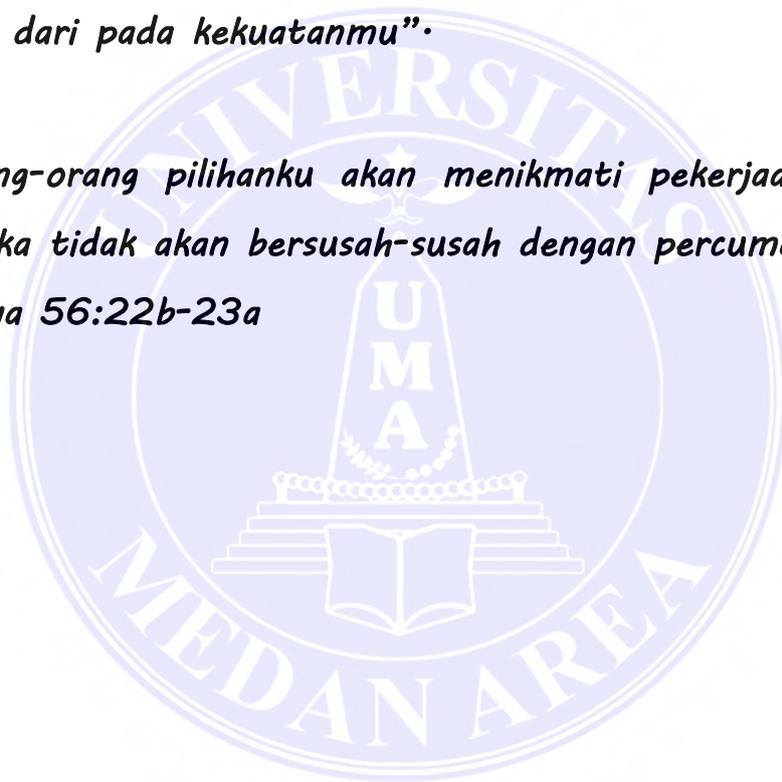
Halaman Motto

“To get success, your courage must be greater than your fear”.

“Untuk mendapatkan kesuksesan, keberanianmu harus lebih besar dari pada kekuatanmu”.

“Orang-orang pilihanku akan menikmati pekerjaan mereka. Mereka tidak akan bersusah-susah dengan percuma”.

Yesaya 56:22b-23a



HALAMAN PERSEMBAHAN :

Karya sederhana ini aku persembahkan untuk keluargaku tercinta :

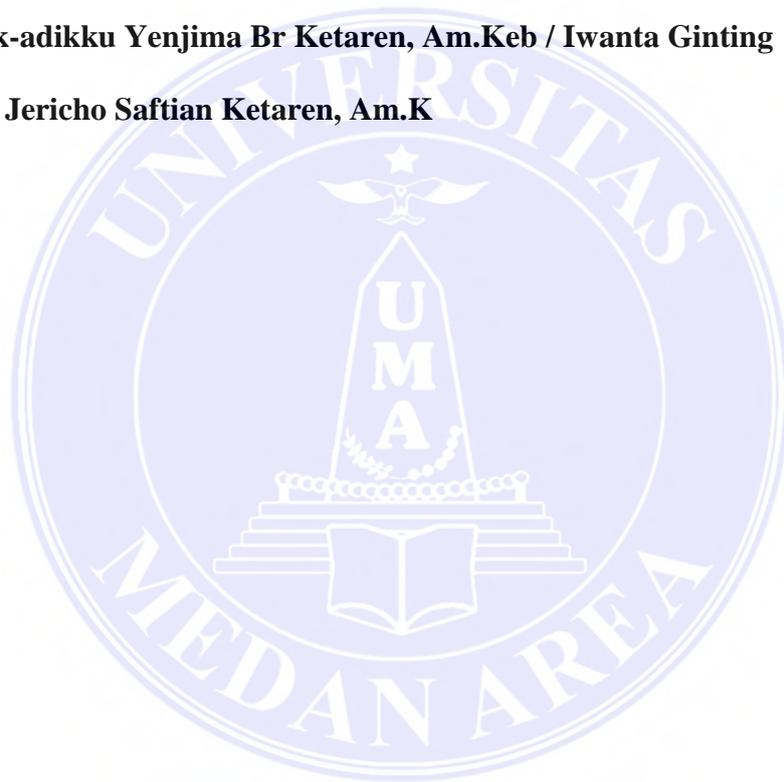
a. Ibunda terkasih Juniati Br Tarigan (+)

b. Suamiku terkasih Pioner Tarigan, SH

c. Putri kecilku Piolina Br Tarigan

d. Adik-adikku Yenjima Br Ketaren, Am.Keb / Iwanta Ginting

dan Jericho Saftian Ketaren, Am.K



KATA PENGANTAR

Puji syukur Penulis sanjungkan kehadiran Tuhan Yang Maha yang telah melimpahkan rahmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tesis yang berjudul **"HUBUNGAN KONSEP DIRI DAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN STRES KERJA PADA PENDETA GEREJA BATAK KARO PROTESTAN (GBKP) DI WILAYAH LANGKAT"**. Tesis ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Magister Psikologi pada Program Pascasarjana Universitas Medan Area.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan tesis ini. Kiranya Allah membalas semua kebaikan dengan berkat dan penyertaanNya. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. A. Ya'kub Matondang, MA selaku Rektor Universitas Medan Area.
2. Ibu Prof. Dr. Ir. Retna Astuti Kuswardani, MS selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Medan Area.
3. Ibu Prof. Dr. Ir. Sri Milfayetty, S.Psi., MS selaku Ketua Program Studi Magister Psikologi Program Pascasarjana Universitas Medan Area.
4. Ibu Dr. Nefi Darmayanti, M.Si selaku Pembimbing I yang dengan kesabaran dan keprofesionalannya telah memberikan bimbingan, masukan dan motivasi yang sangat berharga dalam penyusunan tesis ini.

5. Bapak Azhar Aziz, S.Psi, M.Si selaku Pembimbing II yang dengan kesabaran dan keprofesionalannya telah memberikan bimbingan, masukan dan motivasi yang sangat berharga dalam penyusunan tesis ini.
6. Seluruh dosen dan staff Magister Psikologi Pascasarjana Universitas Medan Area yang selama ini telah membagikan ilmu pengetahuan yang dimiliki untuk menambah wawasan dan pengetahuan.
7. Suami tercinta Pioneer Tarigan, SH, adikku Yenjima Br Ketaren dan Jericho Saftian Ketaren yang memberikan dukungan materi dan motivasi.
8. Ibu Pdt. Endang Sripana Br Barus, M.Th yang telah memotivasi dan berjuang bersama untuk menyelesaikan studi dan tesis ini.
9. PT. Karianta Ersada (Alek Perangin-angin) yang telah memberikan dukungan materi, kiranya semakin sukses dan diberkati Tuhan.
10. Ketua Klasis Binjai Langkat dan Ketua Klasis Kuala Langkat yang telah mendukung penulis dalam melaksanakan penelitian.

Penulis menyadari bahwa tesis ini masih banyak kekurangannya, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis membuka diri untuk menerima saran maupun kritikan yang konstruktif, dari para pembaca demi penyempurnaannya dalam upaya menambah khasanah pengetahuan dan bobot dari tesis ini. Semoga Tesis ini dapat bermanfaat, baik bagi perkembangan ilmu pengetahuan maupun bagi pendeta dan gereja.

Medan, Oktober 2017

P e n u l i s

Elly Enjelita

ABSTRAK

Elly Enjelita, Hubungan Konsep Diri Dan Kecerdasan Emosional Dengan Stres Kerja Pada Pendeta Gereja Batak Karo Protestan (GBKP) Di Wilayah Langkat. Magister Psikologi Program Pascasarjana Universitas Medan Area 2017.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konsep diri dan kecerdasan emosional dengan stres kerja pada pendeta Gereja Batak Karo Protestan (GBKP) di wilayah Langkat. Populasi penelitian ini adalah pendeta GBKP yang melayani di Wilayah Langkat yang terdiri dari dua klasis, yaitu: Klasis Binjai Langkat dan Klasis Kuala Langkat, sebanyak 42 orang dengan teknik total sampling. Data yang dikumpulkan dengan menggunakan angket. Data yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan teknik deskriptif, uji asumsi, dan uji hipotesis. Berdasarkan analisis yang dilakukan, diperoleh hasil : 1) Ada hubungan negatif signifikan antara konsep diri dengan stres kerja, $R^2 = 0,112$ berarti konsep diri memiliki kontribusi sebesar 11,2 % dalam menjelaskan stres kerja, hal ini berarti semakin negatif konsep diri maka semakin tinggi stres kerja, 2) Ada hubungan negatif signifikan antara kecerdasan emosional dengan stres kerja, $R^2 = 0,278$ berarti kecerdasan emosional memiliki kontribusi sebesar 27,8 % dalam menjelaskan stres kerja, hal ini berarti semakin rendah kecerdasan emosional maka semakin tinggi stres kerja, 3) Ada hubungan negatif signifikan antara konsep diri dan kecerdasan emosional secara bersama-sama dengan stres kerja, Angka $R^2 = 0,306$ berarti variabel konsep diri dan variabel kecerdasan emosional memberikan kontribusi sebesar 30,6 % dalam menjelaskan stres kerja.

Kata Kunci : Konsep Diri, Kecerdasan Emosional, Stres Kerja

ABSTRACT

Elly Enjelita, *Relationship of Self Concept and Emotional Intelligence with work stress of reverence Gereja Batak Karo Protestan (GBKP) in Langkat area.* Master of Psychology Graduated Program University of Medan Area 2017.

This study was aims to determine the relationship of self concept and emotional intelligence with work stress of reverence Gereja Batak Karo Protestan (GBKP) in Langkat area. The population of this study are reverences that serve the churches GBKP in Langkat area, consisting of : Klasis Binjai Langkat and Klasis Kuala Langkat as many as 42 people with total sampling technique. Data collected by questionnaire. The data collected were analyzed using descptive tecnique, nalaysis erquirements test, and hypothesis test. Based on the anaysis performed, the result obtained : 1) There is a significant negative relationship between self-concept with work stress, value $R^2 = 0,112$ means self concept given 11,2 % contribution to explain work stress, this means the more negative self concept then the higher the work stress. 2) There is a significant negative relationship between the emotional intelligence with work stress, $R^2 = 0,278$ means emotional intelligence given 27,8 % contribution to explain work stress, this means lower the emotional intelligence then the higher the work stress. 3) There is a significant negative relationship between the self concept and emotional intelligence together with work stress, value $R^2 = 0,306$ means self concept and emotional intelligence given 30,6% contribution to explain work stress, this means negative self concept and lower the emotional intelligence then the higher the work stress.

Keyword : Self Concept, Emotional Intelligence and Work Stress

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN DAFTAR RIWAYAT HIDUP	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	10
1.3 Perumusan Masalah	11
1.4 Tujuan Penelitian	11
1.5 Kegunaan Penelitian	12
BAB II LANDASAN TEORI	13
2.1 Stres Kerja	13
2.1.1 Pengertian Stres	13

2.1.2	Pengertian Stres Kerja	16
2.1.3	Aspek-aspek Stres kerja	18
2.1.4	Faktor-faktor Penyebab Stres Kerja	19
2.2	Konsep Diri	25
2.2.1	Pengertian Konsep Diri	26
2.2.2	Tiga Bagian Utama Konsep Diri	28
2.2.3	Macam-macam Konsep Diri	29
2.2.4	Aspek-Aspek Dalam Konsep Diri	31
2.2.5	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri ..	32
2.3	Kecerdasan Emosional	37
2.3.1	Pengertian Emosi	37
2.3.2	Jenis-Jenis Emosional	39
2.3.3	Pengertian Kecerdasan Emosional	40
2.3.4	Aspek-aspek Kecerdasan Emosional	42
2.3.5	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional	47
2.4	Pendeta	49
2.4.1	Pengertian Pendeta	40
2.4.2	Tugas dan Tanggung Jawab Pendeta	50
2.5	Hubungan Konsep Diri dan Stres Kerja	56
2.6	Hubungan Kecerdasan Emosional dan Stres Kerja	57
2.7	Hubungan antara konsep diri dan kecerasan emosional dengan stres kerja	59
2.8	Kerangka Konseptual	60

2.9	Hipotesis	61
BAB III	METODE PENELITIAN	62
3.1	Tempat dan Waktu Penelitian	62
3.1.1	Tempat Penelitian	62
3.1.2	Waktu Penelitian	62
3.2	Identifikasi Variabel	62
3.3	Definisi Operasional	63
3.3.1	Stres kerja	63
3.3.2	Konsep Diri	63
3.3.3	Kecerdasan emosional	64
3.4	Populasi dan Sampel	64
3.4.1	Populasi	64
3.4.2	Sampel	65
3.4.3	Teknik Sampling	65
3.5	Instrumen Pengumpulan Data	65
3.6	Prosedur Pengumpulan Data	69
3.6.1	Tahap Persiapan	69
3.6.2	Tahap Pengumpulan Data	69
3.6.3	Tahap Analisis Data	69
3.7	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	70
3.7.1	Validitas Alat Ukur	70
3.7.2	Reabilitas	71
3.8	Teknik Analisis Data	72

BAB IV PELAKSANAAN, ANALISIS DATA, HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	75
4.1 Orientasi Kancha Dan Persiapan Penelitian	75
4.1.1 Orientasi Kancha Penelitian	75
4.1.2 Persiapan Penelitian	75
4.2 Pelaksanaan Penelitian	79
4.3 Analisis Data Dan Hasil Penelitian	83
4.3.1 Hasil Uji Normalitas	83
4.3.2 Hasil Uji Linieritas	84
4.3.3 Hasil Uji Hipotesis	85
4.3.4 Mean Hipotetik dan Mean Empirik	88
4.4 Pembahasan	90
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	95
5.1 Kesimpulan	95
5.2 Saran	96
DAFTAR PUSTAKA	98
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	<i>Halaman</i>
Tabel 2.1 Jenis-jenis Emosi	40
Tabel 4.1 Distribusi Penyebaran Butir Pernyataan Skala Konsep Diri Sebelum Penelitian	77
Tabel 4.2 Distribusi Penyebaran Butir Pernyataan Skala Kecerdasan Emosional Sebelum Penelitian	78
Tabel 4.3 Distribusi Penyebaran Butir Pernyataan Skala Stres Kerja Sebelum Penelitian	79
Tabel 4.4 Distribusi Pernyataan Skala Konsep Diri	80
Tabel 4.5 Distribusi Pernyataan Skala Kecerdasan Emosional	81
Tabel 4.6 Distribusi Pernyataan Skala Stres Kerja	82
Tabel 4.7 Rangkuman Hasil Uji Normalitas	84
Tabel 4.8 Hasil Uji Linieritas Hubungan	84
Tabel 4.9 Hasil Antara Regresi Linier Antara Konsep Diri Dengan Stres Kerja	85
Tabel 4.10 Hasil Antara Regresi Linier Antara Kecerdasan Emosional Dengan Stres Kerja	87
Tabel 4.11 Hasil Analisa Regresi Ganda Antara Konsep Diri dan Kecerdasan Emosional Dengan Stres Kerja	88
Tabel 4.12 Hasil Perhitungan Mean / nilai rata-rata hipotetik Dan mean / Nilai rata-rata empirik	90

DAFTAR GAMBAR

		<i>Halaman</i>
Gambar	2.1 Kurva Stres dan Kinerja	17
Gambar	2.1 Kerangka Konseptual	60



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Terlepas dari pandangan sosial budaya apapun, menjadi pendeta adalah suatu panggilan mulia dan sangat khusus. Panggilan adalah perpaduan antara anugerah (talenta) dengan persiapan matang dari individu masuk dalam pelayanan penuh waktu di gereja. Pendeta haruslah seorang pribadi yang beriman yang benar. Iman itu semata-mata merupakan karunia kebaikan Allah. Pertumbuhan iman merupakan buah dari interaksi misterius antara kasih karunia Allah melalui pekerjaan Roh Kudus.

Kehadiran Pendeta adalah sebagai “tokoh sentral” atau “*public figure*” di kalangan jemaat. Berbicara tentang peranan pendeta sebagai pemimpin jemaat dan masyarakat pada masa kini maka banyak harapan jemaat dan masyarakat kepada Pendeta sebagai pemimpin. Pendeta harus memainkan banyak peranan di tengah-tengah gereja dan masyarakat, agar kebutuhan jemaat dan masyarakat banyak dapat terpenuhi melalui kehadiran pendeta di dalam tugas dan pelayanan, dimana pendeta di tempatkan melayani.

Tugas utama pendeta sebagai pemimpin menurut pandangan Gintings (2002) adalah mengurus jiwa manusia yang terkait ke dalam kehidupan seutuhnya. Pengembalaan ini disebut juga sebagai *Pastoral Care*, berarti gembala / pendeta yang mau memperdulikan, mau mengurus jiwa orang lain. Ini dilakukan berdasarkan kebenaran Alkitab yang tertulis dalam Injil Matius 6:33,

Tetapi carilah dulu kerajaan Allah dan kebenarannya, maka semuanya itu akan ditambahkan kepadamu. Pendeta sebagai pemimpin jemaat dan masyarakat sudah selayaknya seorang yang mempunyai kepribadian kebapaan (atau keibuan bagi pendeta perempuan). Kepribadian ini menyangkut kewibawaan, dan tidak diukur dengan keadaan fisik seseorang.

Peranan pendeta dalam kehidupan sehari-hari harus diwujudkan dan dimulai dari dirinya/keluarga pendeta, adalah hal yang tidak boleh ditawar-tawar. Intinya kehidupan pendeta seperti etalase toko yang dilihat secara jernih dan terang benderang oleh jemaat. Atau seperti ikan yang hidup di aquarium yang ditonton banyak orang. Akibatnya mau tidak mau dari pendeta dituntut kematangan dan kesiapan seluruh anggota keluarga menjadi teladan bagi jemaat (Simanjuntak, 2014).

Pendeta yang terpanggil sebagai pelayan Firman (berkhotbah) juga berperan sebagai penilik di gereja tempat ia melayani. Adakalanya peran ganda ini mendatangkan konflik dan ketegangan. Pendeta merupakan pekerjaan yang diupah namun juga “pekerjaan mandiri” (Walz, 2001).

Sejalan dengan itu menurut Simanjuntak (2014) faktor gaji atau upah yang minim ikut mempengaruhi harga diri. Apalagi jika cukup banyak jemaat dalam suatu gereja yang tergolong berpunya. Ini mempengaruhi kepemimpinan pendeta. Pendeta juga bisa dituding lebih sering mengunjungi keluarga jemaat yang kaya saja, padahal sebenarnya tidak demikian. Akibatnya pendeta akan hati-hati dalam menerima undangan, khusus dari jemaat yang berpunya.

Sama dengan setiap individu lain bagi pendeta kepuasan kerja merupakan salah satu faktor yang sangat penting untuk mendapatkan hasil kerja yang optimal. Keberhasilan seorang pendeta dalam pelayanan tidak melulu karena faktor spiritualitas. Juga tidak hanya bergantung pada iman atau kerohanian individu semata, tapi berkaitan erat juga dengan kepribadiannya. Jika kepribadian pendeta tidak matang, maka pendeta itu bisa menjadi penghambat rekan kerja yang lainnya, atau menjadi penghambat semangat individu yang melayani dalam kelompok. Saat individu bekerja dalam komunitas sosial atau keagamaan, ia tidak selalu (mampu) hanya melihat Tuhan. Ia juga memandang manusia dengan siapa ia bekerjasama (Simanjuntak, 2014). Ketika individu merasakan kepuasan dalam bekerja tentunya ia akan berupaya semaksimal mungkin dengan segenap kemampuan yang dimilikinya untuk menyelesaikan tugas pekerjaannya dan dengan demikian produktivitas dan hasil kerja individu akan meningkat secara optimal. Namun bila apa yang hendak dicapai tidak terpenuhi akan menimbulkan frustrasi (Siswanto, 2007).

Frustrasi terjadi bila antara harapan yang diinginkan dan kenyataan yang terjadi tidak sesuai. Terdapat dua sisi dalam frustrasi, yang pertama adalah fakta tidak tercapainya harapan yang diinginkan. Sisi kedua adalah perasaan yang menyertai fakta tersebut. Penting untuk dipahami bahwa frustrasi menimbulkan stres atau tekanan. Bila tidak dikelola dengan baik maka stres atau tekanan akan berakibat merugikan bagi individu. Stres sendiri terjadi bila individu mengalami frustrasi yang berkepanjangan (Siswanto, 2007). Begitu juga halnya pendeta sebagai individu yang hidup bersama-sama dengan jemaat punya persepsi, cara

berpikir, perasaan, dan keyakinan yang berbeda. Jika kesalahpahaman atau perbedaan pendapat tidak dikelola dengan baik, maka individu tersebut bisa merasa terganggu dan merasa tidak nyaman. Bila situasi demikian berlangsung lama dan berulang-ulang dapat menghilangkan semangat individu tertentu melayani di dalam komunitas (Simanjuntak, 2014). Kondisi dan semangat kerja pendeta yang menurun akan mengakibatkan mengalami frustrasi berkepanjangan dan stres yang kerja tinggi.

Tingkat stres yang tinggi dari pendeta mungkin disertai dengan kemarahan, kecemasan, depresi, gelisah, cepat marah, tegang dan bosan. Sebuah studi menemukan bahwa dampak stres yang paling kuat adalah pada tindakan agresif, seperti sabotase, agresi antar pribadi, permusuhan, dan keluhan. Jenis masalah psikologis akibat stres tersebut relevan dengan kinerja yang buruk, penghargaan diri yang rendah, benci pada pengawasan, ketidakmampuan dalam berkonsentrasi dan membuat keputusan, dan ketidakpuasan kerja (Lutans, 2006). Akibat stres dapat mempunyai pengaruh yang hampir tidak kentara, tetapi sangat nyata pada gaya dan keefektifan pendeta sebagai *public figure*. Pendeta akan menyadari bahwa saat mereka bersikap cepat marah, cemas, depresi, gelisah, tegang dan bosan, dia akan merasa bahwa dia sedang tidak berlaku seperti yang diharapkan untuk posisinya sebagai pendeta dan akan mengalami kehilangan penghargaan diri.

Banyak dilema yang bisa kita dengar dari kehidupan pribadi dan keluarga pendeta, kehidupan yang penuh dinamika, tantangan, kesulitan, termasuk kekurangan finansial. Tapi yang sangat menekan perasaan adalah jemaat terlalu

banyak menuntut pendeta. Waktu mereka yang dikuras habis untuk mengurus jemaat, sampai waktu dengan keluarga merupakan sisa-sisa waktu saja. Kesalahan pendeta sering dicari-cari, seolah-olah pendeta tidak boleh salah. Terpeleset sedikit saja langsung menjadi “*trending topic*” bagi jemaat (Simanjuntak, 2014).

Penulis melihat fakta-fakta lain yang terjadi dalam kehidupan pendeta adalah tuntutan pekerjaan yang kronis seperti jadwal kerja yang ketat, beban kerja yang terlalu tinggi, tuntutan kerja yang tinggi, tugas-tugas yang menekan, harus siap setiap saat, kemampuan diri yang kurang, dan konflik interpersonal, maka hal ini dapat menyebabkan stres. Keadaan yang menekan secara tidak langsung adalah suatu konsekuensi yang berhubungan dengan kejadian-kejadian di sekitar lingkungan kerja sehingga mengakibatkan suatu ketidakseimbangan antara tuntutan kerja dan kemampuan kerja individu baik secara fisik maupun psikologis. Persoalan-persoalan yang terjadi dalam lingkungan kerja seperti suasana kerja, ketidaknyamanan dalam bekerja, konflik dengan rekan kerja, perselisihan, maupun ketidakmampuan individu menyesuaikan diri dengan pekerjaan dan lingkungan kerjanya berpeluang besar terhadap munculnya stres kerja. Sehingga penulis melihat bahwa pendeta mempunyai kecenderungan untuk mengalami stres.

Dampak dari stres yang dialami pendeta ini akan membuat pendeta tersebut tidak mampu lagi maksimal dalam melaksanakan tugasnya dalam mengurus jiwa-jiwa jemaat, kurang mampu memimpin dan kurang berintegritas, visi dan misi yang tidak jelas, kurang rasa percaya diri dan merasa rendah diri, cenderung merasa tidak disukai orang lain, pesimis untuk mengembangkan diri

dan berprestasi sehingga tidak kreatif dalam menciptakan program, suka mengeluh, kurang mampu menguasai diri sehingga emosi tidak terkontrol, kurang mampu memberi solusi bagi persoalan yang dihadapi jemaat dan tidak lagi menjadi panutan di dalam keluarga dan bagi jemaat.

Banyak faktor yang yang membuat stres kerja tinggi pada pendeta karena faktor tersebut berada pada tingkat negatif atau tingkat rendah pada diri pendeta, diantaranya adalah konsep diri yang negatif. Pendeta haruslah memiliki konsep diri yang positif untuk dapat tetap mampu menempatkan diri dengan baik diantara persoalan yang menyangkut keadaan ekonominya dan tanggapan negatif dari lingkungannya.

Konsep diri terbentuk seiring dengan perkembangan hidup individu. Konsep diri merupakan suatu faktor yang dipelajari oleh seseorang, yang terbentuk dan pengalaman seseorang dalam berhubungan dengan orang lain. Rahmat (2011) mengemukakan seorang bayi berkembang secara bertahap dalam lapangan pengalaman yang kompleks melalui hubungan sosial. Sebagian pengalaman tersebut telah membedakan satu bagian dari bagian lainnya. Bagian tersebut kita definisikan dengan kata *I*, *me*, dan *my self*, yang semuanya adalah *self* atau *self concept*. Pembentukan *self concept* terjadi melalui perbedaan langsung dan segera antara *self* dan objek atau kejadian diluar dirinya. Idealnya, *self* memiliki pola yang konsisten, dan ini pun sebenarnya diusahakan oleh *self* sendiri. Misalnya, orang yang merasa terganggu karena memiliki kecenderungan agresif tinggi akan berusaha menghindari perilaku agresif dengan cara

menghindari, dia bertanggungjawab terhadap tindakannya yang tidak konsisten dengan *self concept*-nya, yaitu dia mempercayai bahwa dirinya kurang agresif.

Semiun (2013) mengemukakan pendapat Adler mengenai “diri kreatif”, yaitu suatu aspek kesadaran diri dari kepribadian yang berjuang mengatasi hambatan-hambatan dan mengembangkan potensi individu. Dalam kesadaran diri ini, pikiran mengamati dan menggali pengalaman, termasuk emosi untuk menolong individu untuk mengaturnya.

Stein (2003) mengemukakan konsep diri adalah pengenalan dan penerimaan diri dalam berbagai aspek dan kemungkinan positif dan aspek kemungkinan negatif dan keterbatasan pada diri. Sejalan dengan itu Ahyak (2014) mengemukakan seseorang dikatakan memiliki konsep diri yang negatif apabila meyakini dan memandang dirinyasebagai orang yang lemah, gagal, tidak berdaya, dan memandang dirinya sebagai orang yang lemah, tidak berdaya, tidak mampu berbuat apa-apa, tidak kompeten, gagal, malang, tidak menarik, tidak berguna, terasing, putus ada. Sulit mengakui kesalahan, kurang mampu mengungkapkan perasaan dengan cara wajar, dan lain-lain.

Dampak dari diketahuinya konsep diri ini sangat penting bagi perkembangan pendeta dalam mengenal dirinya dan menjalankan tugas pelayanannya sebagai tokoh rohani yang menjadi panutan dalam gereja. Pendeta yang mengenal dan mengetahui konsep diri mungkin sekali untuk memampukan dirinya mengembangkan kekuatan-kekuatan dan potensi diri dengan tepat, dan menangani kelemahan-kelemahan dirinya.

Di sisi lain penulis melihat kecerdasan emosional juga secara langsung maupun tidak langsung mempengaruhi stres kerja pada para pendeta dalam dunia kerjanya di gereja dan dalam berjemaat.

Goleman (2016) mengemukakan kecerdasan emosional adalah kemampuan individu dalam mengenali, memahami perasaan dirinya dan orang lain, mengendalikan perasaannya sendiri, menjalin hubungan serta memotivasi diri sendiri untuk menjadi lebih baik. Setinggi-tingginya IQ menyumbang kira-kira 20 persen bagi faktor-faktor yang menentukan sukses dalam hidup, maka yang 80 persen diisi oleh kekuatan-kekuatan lain. Jadi kecakapan atau kesukaan manusia lebih ditentukan oleh EQ daripada IQ (80:20). Keterampilan emosional menentukan seberapa baik individu menggunakan keterampilan atau talenta yang kita miliki, termasuk intelektual yang belum terasah.

Bar-On (dalam Stein, 2003) mengemukakan kecerdasan emosional adalah serangkaian kemampuan, kompetensi, dan kecakapan *non-kognitif*, yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berhasil mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan.

Salovey dan Mayer (dalam Stein, 2003) berpendapat kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali perasaan, meraih dan membangkitkan perasaan untuk membantu pikiran, memahami perasaan dan maknanya, dan mengendalikan perasaan secara mendalam sehingga membantu perkembangan emosi dan intelektual.

Cerdas secara emosi adalah kemampuan mengetahui perbedaan antara apa yang penting bagi diri individu dan apa yang penting bagi orang lain,

mengetahui apa yang dibutuhkan individu untuk keberlangsungan hidup dan apa apa yang harus dilewatkan. Ini berarti bahwa kecerdasan emosional berkontribusi terhadap pikiran yang rasional, sehingga daerah ini bertanggung jawab atas harga diri individu, kesadaran diri, sensitifitas sosial dan adaptasi sosial (Wipperman, 2007). Pendeta tanpa kesadaran emosi, tanpa kemampuan untuk mengenali dan menghargai perasaan dan bertindak secara jujur seiring dengan perasaan tersebut, maka tidak akan bisa bergaul dengan baik dengan orang lain dan tidak bisa menjadi yang terdepan dan tidak bisa membuat keputusan dengan mudah.

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk mencoba lebih jauh menggumuli dan meneliti dan mengembangkan, bahwa dimilikinya konsep diri yang positif dan kecerdasan emosional yang tinggi pada diri pendeta sangat berperan penting dalam mencegah dan menangani stres kerja pada pendeta dan pengenalan ini mendukung untuk meningkatkan kualitas kerja pendeta di seluruh wilayah pelayanannya. Terkait dengan hal ini fenomena yang dihadapi gereja-gereja saat ini adalah pendeta tidak diperlengkapi dengan pembinaan berupa seminar atau training tentang konsep diri dan kecerdasan emosional. Sehingga keadaan stres kerja yang dialami pendeta di dunia kerjanya sering dianggap merupakan bagian kelemahan, ketidakmauan dan ketidakseriusan dalam melaksanakan perannya sebagai pendeta.

Dalam upaya pendekatan kontekstual terhadap kebutuhan Gereja Batak Karo Protestan (GBKP), penulis tertarik untuk mengadakan penelitian yang berjudul: “Hubungan Konsep Diri Dan Kecerdasan Emosional Dengan Stres Kerja Pada Pendeta Gereja Batak Karo Protestan (GBKP) Di Wilayah Langkat”.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara konsep diri dan kecerdasan emosional dengan stres kerja pada pendeta Gereja Batak Karo Protestan (GBKP) Di Wilayah Langkat.

1.2 Identifikasi Masalah

Melihat pentingnya memahami stres kerja yang dialami oleh para pendeta, maka perlu diketahui beberapa faktor yang menjadi penyebab atas tinggi rendahnya stres kerja para pendeta. Beberapa faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya stres kerja ditentukan oleh bagaimana konsep diri positif atau negatif yang dimiliki oleh para pendeta dan tinggi rendahnya kecerdasan emosional yang dimiliki. Berdasarkan fenomena yang dapat dilihat di wilayah Langkat, dimana daerah pelayanan yang jauh dan jemaat yang beragam. Konsep diri yang negatif merupakan pembangkit stres. Kemampuan seseorang mengenali dirinya, mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain, kemampuan mengenali emosi, kemampuan dalam pengaturan diri sendiri, kemampuan berempati dan berhubungan dengan orang lain yang rendah juga menjadi pembangkit stres. Stres kerja merupakan suatu reaksi yang diakibatkan adanya tekanan-tekanan dari pekerjaan yang kemudian mempengaruhi konsep diri dan mempengaruhi emosi, proses kognitif, dan kondisi individu sehingga mengganggu dalam pelaksanaan tugas dan mempengaruhi ketenangan diri dan kesejahteraannya.

1.3 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka yang menjadi rumusan masalahnya adalah :

1. Apakah ada hubungan konsep diri dengan stres kerja pendeta Gereja Batak Karo Protestan (GBKP) di wilayah Langkat
2. Apakah ada hubungan kecerdasan emosional dengan stres kerja pendeta Gereja Batak Karo Protestan (GBKP) di wilayah Langkat
3. Apakah ada hubungan konsep diri dan kecerdasan emosional dengan stres kerja pendeta Gereja Batak Karo Protestan (GBKP) di wilayah Langkat.

1.4 Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui hubungan konsep diri dengan stres kerja pendeta Gereja Batak Karo Protestan (GBKP) di wilayah Langkat
2. Untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosional dengan stres kerja pendeta Gereja Batak Karo Protestan (GBKP) di wilayah Langkat
3. Untuk mengetahui hubungan konsep diri dan kecerdasan emosional dengan stres kerja pendeta Gereja Batak Karo Protestan (GBKP) di wilayah Langkat.

1.5 Kegunaan Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini akan memberikan tambahan wacana akademik tentang hubungan konsep diri dan kecerdasan emosional dengan stres kerja pendeta serta memberikan referensi penelitian dalam bidang Psikologi Pendidikan.

2. Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian ini akan memberi masukan bagi penulis melihat hubungan konsep diri dan kecerdasan emosional dengan stres kerja pendeta Gereja Batak Karo Protestan (GBKP) di wilayah Langkat. Serta mengantisipasi tingginya stres kerja pendeta dalam menjalankan panggilan tugasnya.
- b. Hasil penelitian ini akan memberi pandangan dan masukan bagi pendeta dan Moderamen GBKP dalam melihat hubungan konsep diri dan kecerdasan emosional dengan stres kerja pendeta Gereja Batak Karo Protestan (GBKP) di wilayah Langkat. Serta mengantisipasi tingginya stres kerja pendeta dalam menjalankan panggilan tugasnya.
- c. Pendeta dapat mengenali gejala stres dalam masalah fisik dan psikologi yang sangat perlu untuk dapat dikendalikan, dikelola lebih efektif, dan bahkan dicegah oleh pendeta dan melaksanakan tugas dan jabatan rohani yang diembannya.

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 Stres Kerja

2.1.1 Pengertian Stres

Pada umumnya kita merasakan bahwa stres merupakan suatu kondisi negatif, suatu kondisi yang mengarah ke timbulnya penyakit fisik ataupun mental, atau mengarah ke perilaku yang tak wajar. Selye (dalam Sunyoto, 2008) membedakan antara *distress* yang destruktif, dan *eustress* yang merupakan kekuatan positif (*eustress* mengandung suku awal dalam bahasa Yunani berarti “baik”, seperti yang terdapat dalam kata *euphoria*). Stres diperlukan untuk menghasilkan prestasi yang tinggi. Makin tinggi dorongan untuk berprestasi, makin tinggi tingkat stresnya dan makin tinggi produktivitas dan efesienalnya. Stres dalam jumlah tertentu dapat mengarah ke gagasan-gagasan yang inovatif dan keluaran yang konstruktif. Sampai titik tertentu bekerja dengan tekanan batas waktu dapat merupakan proses kreatif yang merangsang. Seseorang yang bekerja pada tingkat optimal menunjukkan antusiasme, semangat yang tinggi, kejelasan dalam berpikir (*mental clarity*) dan pertimbangan yang baik. Stres yang meningkat pada unjuk-kerja mencapai titik optimalnya merupakan stres yang baik, yang menyenangkan, *eustress*. Melewati titik optimal stres menjadi *distress*, peristiwa atau situasinya dialami sebagai ancaman yang mencemaskan (Sunyoto, 2008).

Dalam kehidupan modern yang makin kompleks, manusia cenderung mengalami stres apabila ia kurang mampu mengadaptasikan keinginan-keinginan dengan kenyataan-kenyataan yang ada, baik kenyataan yang ada di dalam maupun di luar dirinya.

Segala macam bentuk stres pada dasarnya disebabkan oleh kekurangmengertian manusia akan keterbatasan-keterbatasannya sendiri. Ketidakmampuan untuk melawan keterbatasan inilah yang akan menimbulkan frustrasi, konflik, gelisah dan rasa bersalah yang merupakan tipe-tipe dasar stres. Akibat-akibat stres terhadap seseorang dapat bermacam-macam dan hal ini tergantung pada kekuatan konsep dirinya yang akhirnya menentukan besar kecilnya toleransi orang tersebut terhadap stres (Anoraga, 2009). Jadi sebenarnya menurut Anoraga ada dua faktor utama yang berkaitan langsung dengan stres, yaitu perubahan dalam lingkungan dan dari diri manusianya.

Hartono (2014) mendefinisikan stres adalah suatu bentuk gangguan emosi yang disebabkan adanya tekanan yang tidak dapat diatasi individu. Stres terjadi jika seseorang diperhadapkan dengan peristiwa yang mereka rasakan sebagai mengancam kesehatan fisik atau psikologisnya. Peristiwa-peristiwa tersebut disebut *stressor*, dan reaksi individu terhadap peristiwa tersebut dinamakan respons stres. Stres yang berlanjut dapat menimbulkan gangguan emosi yang menyakitkan seperti kecemasan dan depresi.

Secara sederhana Anoraga (2009) mengemukakan stres merupakan suatu bentuk tanggapan seseorang, baik secara fisik maupun mental, terhadap

suatu perubahan di lingkungannya yang dirasakan mengganggu dan mengakibatkan dirinya terancam.

Koeswara (1988) mendefinisikan stres sebagai stimulus yang menimbulkan gangguan terhadap keseimbangan intrapsikis. Adapun stres itu bisa muncul berupa stimulus eksternal (sosiologis atau situasional) dan bisa berupa stimulus internal (intrapsikis), yang diterima atau dialami oleh individu sebagai hal yang tidak menyenangkan atau menyakitkan serta menuntut penyesuaian dan atau menghasilkan efek, baik somatik maupun behavioral.

Munandar (2008) mendefinisikan stres adalah satu abstraksi. Individu tidak dapat melihat pembangkit stres (*stressor*). Yang dapat dilihat ialah akibat dari pembangkit stres.

Colbert (2008) mendefinisikan stres adalah ketegangan atau tekanan mental atau fisik. Lebih lanjut Don Colbert sejalan dengan definisi yang diberikan oleh peneliti stres sekaligus penulis Doc Childre dan Howard Martin mengemukakan stres adalah tanggapan tubuh dan pikiran terhadap tekanan apapun yang mengganggu keseimbangan normal mereka. Itu terjadi ketika persepsi individu tentang peristiwa-peristiwa tidak memenuhi pengharapannya *dan individu tidak mengatur reaksinya terhadap kekecewaan*. Stres merupakan reaksi yang tak diatur itu, yang menyatakan dirinya dalam bentuk penolakan, ketegangan, atau frustrasi, mengacaukan keseimbangan fisiologis dan psikologis dan membuat individu sangat tidak seimbang. Jika keseimbangan individu terganggu untuk waktu yang lama, stres dapat melumpuhkan, sehingga individu

menjadi kelelahan karena terlalu banyak beban, merasa lemah secara emosional dan akhirnya jatuh sakit.

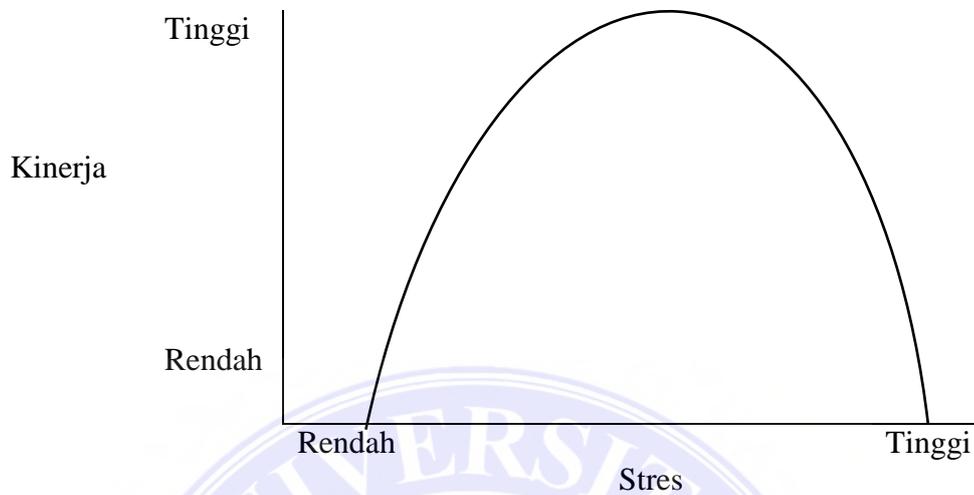
Dari beberapa pendapat para ahli di atas maka penulis menyimpulkan pengertian stres adalah suatu bentuk gangguan emosi yang disebabkan adanya tekanan yang tidak dapat diatasi oleh individu sehingga mengacaukan keseimbangan fisiologis dan psikologis karena kurang mampu mengadaptasikan keinginan-keinginan dengan kenyataan-kenyataan yang ada, baik kenyataan yang ada di dalam maupun di luar dirinya.

2.1.2 Pengertian Stres Kerja

Istilah “kerja” apabila dikaitkan dengan pengertian imbalan atau pembayaran (atas suatu prestasi kerja), maka para ibu rumah tangga yang juga bekerja keras tentulah tidak akan tercakup dalam pengertian kerja. Tetapi bila definisi kerja dihubungkan dengan pengertian kesenangan atau pilihan (terhadap jenis pekerjaan), maka dapat dengan mudah terlihat bahwa bagi beberapa individu, antara kerja dan permainan (keisengan) sesungguhnya sama saja. Bagi mereka yang sudah berada berada pada taraf tidak lagi memerlukan mencari nafkah (karena persediaan uangnya sudah cukup banyak), kerja hanyalah merupakan kesenangan (*hobby*) atau merupakan pilihan-pilihan untuk memenuhi kepuasan egonya saja.

Yerkes dan Dodson (dalam Tyson, 2000) memperlihatkan hubungan antara stres dan kinerja dalam kurva linear berikut :

Gambar 2.1 Kurva Stres dan Kinerja



Ada beberapa hal yang dijelaskan dalam gambar ini. Pertama, gerakan dari kiri ke kanan, yaitu tingkat stres yang naik pertama-tama akan menimbulkan peningkatan kinerja, kemudian mendatar, selanjutnya penurunan. Jelasnya, individu harus berusaha untuk tidak jauh disebelah kanan, ditambah lagi jika individu tidak tahu dimana dia berada dalam kurva tersebut.

Anoraga (2009) menjelaskan stres pekerjaan adalah bagian dari stres kehidupan, dan kepuasan kerja adalah sebagian dari kepuasan dalam kehidupan. Stres yang begitu hebat yang melampaui batas-batas toleransi akan berkaitan langsung dengan gangguan psikis dan ketidakmampuan fisik.

Wijono (2011) mengatakan stres kerja adalah suatu kondisi dari hasil penghayatan subjektif individu yang dapat berupa interaksi antara individu dengan lingkungan kerja yang dapat mengancam dan memberi tekanan secara psikologis, fisiologis dan sikap individu.

Keenan dan Newton (dalam Wijono, 2011) berpendapat bahwa stres kerja adalah perwujudan dari kekaburan peran, konflik peran, dan beban kerja

yang berlebihan. Kondisi ini selanjutnya akan dapat mengganggu prestasi dan kemampuan individu untuk bekerja.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas penulis menyimpulkan stres kerja adalah reaksi individu yang berwujud emosi, fisiologis dan pikiran terhadap kondisi, situasi atau peristiwa yang mengancam dan memberi tekanan terhadap individu dalam pekerjaannya.

2.1.3 Aspek-aspek Stres kerja

Pada dasarnya stres merupakan hasil interaksi dan transaksi antara seorang individu dengan lingkungannya. Menurut Wijono (2011) aspek-aspek yang menjadi sumber dari stres adalah aspek pekerjaan itu sendiri dan di luar pekerjaan itu sendiri.

- a. Aspek di dalam (*internal*) pekerjaan itu sendiri, meliputi : faktor-faktor yang berkaitan dengan pekerjaan seorang individu, stres peran, peluang partisipasi, tanggung jawab dan faktor-faktor organisasi.
- b. Aspek di luar (*eksternal*) pekerjaan itu sendiri, meliputi : perubahan struktur kehidupan, dukungan sosial, *Locus of Control*, tipe A & B, harga diri, fleksibilitas / kaku dan kemampuan.

Lebih lanjut Wijono (2011) menjelaskan aspek lain yang menjadi sumber stres kerja, adalah nilai pekerjaan yang bersifat intrinsik dan ekstrinsik.

1. Nilai pekerjaan yang bersifat intrinsik meliputi : kebanggaan dalam pekerjaan, keterlibatan kerja, dan prioritas kegiatan.
2. Nilai pekerjaan yang bersifat ekstrinsik merupakan imbalan (*reward*) yang diperoleh individu atas dasar keterlibatannya dalam suatu

pekerjaan meliputi : status sosial dalam bekerja dan sikap terhadap penghasilan.

2.1.4 Faktor-faktor Penyebab Stres Kerja

Anoraga (2009) mengemukakan bahwa masalah ketenangan dan kegairahan seseorang merupakan faktor yang akan meningkatkan produktivitas kerja seseorang. Ketenangan dan kegairahan kerja seseorang dipengaruhi oleh dua faktor:

1. Faktor internal yaitu kepribadian dan faktor kehidupan emosional seseorang.
2. Faktor eksternal, yaitu lingkungan rumah kehidupan keluarga dan lingkungan kerja.

Collins (1989) mengemukakan tiga penyebab stres :

a. Masyarakat

Tempat dimana kita tinggal seringkali menjadi penyebab stres, oleh karena di sana kejahatan sering terjadi, politik yang tidak stabil, masalah kurang sandang dan pangan, pengangguran, cuaca buruk, padatnya penduduk, kemiskinan, bising dan sebagainya. Semua hal ini merupakan hal-hal kecil, yang bila tidak teratasi menjadi sumber stres.

b. Peristiwa-peristiwa tertentu dalam kehidupan

Kematian dari seseorang yang kita kasihi seringkali menumbulkan stres yang berat. Begitu pula dengan kehilangan pekerjaan, kecelakaan, perampokan, perpisahan, kelahiran bayi cacat, sakit parah, pertengkaran dengan tetangga, dan sebagainya. Setiap peristiwa di atas dapat mengacaukan jalan

kehidupan dan memaksa kita untuk membuat perubahan-perubahan dan penyesuaian-penyesuaian.

Kadang-kadang hal yang menyenangkan dapat menyebabkan stres. Pernikahan, kelahiran seorang bayi yang sudah lama dinantikan, sukses, liburan yang menggembirakan, semuanya ini merupakan hal-hal yang kita inginkan, namun dapat mengakibatkan stres. Sebab, seperti halnya dengan hal-hal yang tidak menyenangkan dapat mengakibatkan yang membutuhkan penyesuaian dan perubahan, begitu pula dengan pengalaman-pengalaman yang menyenangkan ini.

c. Dari diri sendiri

Pergolakan emosi yang menjadi penyebab memang tidak dapat dilihat orang lain, tetapi dorongannya yang kuat dapat dirasakan oleh individu. Misalnya, ketakutan. Anak-anak mempunyai bermacam-macam ketakutan, tetapi orang dewasa pun mengalami hal yang sama. Banyak diantara orang dewasa yang takut gagal, takut bahaya, sakit penyakit, kematian, penolakan dan sebagainya, ada pula orang lain yang takut akan masa depan, dan selalu merasa tidak aman. Apakah yang menjadi penyebab rasa takut ataupun ketakutan yang sering dialami oleh orang-orang beriman? Mungkin masing-masing mempunyai penyebab yang berbeda-beda. Perasaan rendah diri, cenderung menyalahkan diri sendiri, ataupun rasa kurang percaya pada diri sendiri merupakan konsep diri negatif yang menjadi penyebab seorang individu tertekan.

Sejalan dengan faktor ini Stein (2003) mengemukakan diri sendiri merupakan fondasi tempat dibangunnya hampir semua unsur kecerdasan

emosional, langkah awal yang penting untuk menjelajahi dan memahami diri dan keinginan untuk berubah.

Wijono (2011) mengemukakan faktor lain yang dapat menimbulkan stres kerja :

1. Sikap terhadap pekerjaan,

Jika seseorang menganggap bahwa pekerjaannya adalah sesuatu yang “kurang bermakna dan mempunyai nilai” bagi dirinya, maka dia akan mengalami perasaan tidak puas. Perasaan tidak ketidakpuasan tersebut jika terus menerus menguasai pikirannya, maka dia akan mengalami kegelisahan dan tidak dapat konsentrasi dalam bekerja, tertekan dan stres.

2. Keadaan lingkungan kerja

Keadaan yang kurang kondusif, dapat membuat individu kurang bersemangat bahkan individu dapat mengalami perasaan jenuh dan bosan. Hal tersebut dapat berakibat menimbulkan rasa tidak puas yang akhirnya dapat membuat individu murung, mudah marah dan cepat lelah, tertekan dan stres.

3. Sikap terhadap organisasi tempat kerja

Individu yang menganggap bahwa dirinya bukan bagian dari organisasi, maka hal itu dapat membuat dirinya merasa tidak puas karena dia merasa ditolak, disisihkan, dan kurang dianggap menjadi bagian dari organisasi. Situasi semacam ini membuat individu dapat mengalami perasaan pusing, gelisah, tertekan dan stres.

4. Manfaat dan jumlah gaji yang diperoleh

Jika individu merasa bahwa dirinya tidak memperoleh manfaat dalam pekerjaan yang dikerjakan dan ditambah dengan jumlah gaji yang diperolehnya masih dirasakan kurang memadai, maka dia akan mengalami perasaan tidak puas. Ketidakpuasan tersebut dapat berakibat kehilangan semangat dan dirinya merasa tidak bisa rileks, sulit konsentrasi, tertekan atau stres.

5. Sikap terhadap penyelia dan kepenyeliaan.

Menyangkut komunikasi antara penyelia dan pegawai dalam komunikasi dalam hubungan yang positif atau mengalami kegagalan berkomunikasi dan adanya persepsi yang berbeda diantara keduanya.

Setiap pendeta juga mempunyai pengalaman stres yang berbeda-beda, secara umum Collins (1989) mengemukakan lima faktor tekanan hidup yang dialami oleh hampir setiap pendeta.

a. Isolasi dari masyarakat

Ini merupakan persoalan yang dihadapi banyak pendeta yang memulai kariernya dalam pelayanan. Mereka menduduki posisi pemimpin biasanya diamati dari dekat, sehingga sulit untuk mencari waktu dan tempat untuk rileks. Para pendeta harus memperhatikan persoalan-persoalan jemaatnya yang merupakan bagian yang penting dari pelayanannya, tetapi apabila mereka sendiri mempunyai persoalan, kepada siapa mereka dapat mengutarakan isi hatinya dengan terbuka? Misalnya saja, mengenai kekecewaan dan ketidakpastiannya dalam pergumulan rohani; siapakah yang dapat dipercaya misalnya, untuk menolong problema perkawinan mereka?

b. Tuntutan yang berlebihan

Ini menjadi penyebab dari tekanan pada banyak pemimpin Kristen. Seorang pendeta biasanya tidak saja dituntut sebagai pengkhotbah, tetapi juga penginjil, guru, pemimpin untuk anak/kaum muda/kaum bapak/kaum ibu/lansia, orang yang saleh, berintelektual tinggi, orangtua yang terpuji, suami / istri yang ideal, konselor, penggerak jemaat, penolong masyarakat disekitarnya, dan kadang-kadang sebagai pesuruh gereja, sopir, dan lain-lain. Demikian juga dengan istri / suami pendeta, ia biasanya diharapkan bisa memimpin, menolong jemaat, membantu pendeta, disamping sebagai ibu rumah tangga atau kepala rumah tangga. Bahkan anak-anak para pendeta pun merasakan adanya tekanan untuk selalu bersikap manis, mempunyai kerohanian yang baik, dan selalu hadir dalam pertemuan-pertemuan di gereja.

Mungkin tidak terlalu mengejutkan bila dalam beberapa kasus, bahwa alasan utama mengapa orang-orang meninggalkan ladang pelayanan, adalah: “perasaan tidak mampu menanggung beban yang terlalu besar”. Tuntutan-tuntutan tersebut bisa menjauhkan hubungan para pendeta dengan Tuhan sendiri, mengganggu hubungan dalam keluarga, dan menimbulkan kegelisahan, kekecewaan dan perasaan rendah diri bila tidak dapat memenuhinya.

c. Masalah keuangan

Memang hal ini merupakan masalah yang sangat biasa pada setiap keluarga pendeta dimana pun mereka berada. Ibu Theresia, pemenang hadiah nobel, adalah seorang biarawati yang bekerja di India, suatu kali ditanyai mengenai uang, apakah ia benar khawatir mengenai keuangannya. Ia menjawab

“saya tidak pernah memikirkannya” Tuhan yang mengirim, kami hanya melakukan pekerjaan-Nya. Ia menyediakan apa yang dibutuhkan. Jika memang Tuhan tidak memberi, itu berarti Tuhan tidak mengendaki hal tersebut, karena itu mengapa khawatir?”.

Tentunya setiap individu akan setuju dengan ibu Theresia, tetapi tetap keyakinan serupa ini tidak menjauhkan beberapa individu dari perasaan khawatir. Banyak pendeta yang mendapat gaji yang minim, bahkan di beberapa bagian dunia ini ada juga yang tidak di gaji sama sekali. Karena itu seringkali mereka sulit untuk memusatkan pikiran pada pekerjaan Tuhan karena terus-menerus merasa tidak pasti bagaimana dapat membayar semua rekening, tagihan, kebutuhan sehari-hari, biaya pendidikan, dan sebagainya.

d. Masalah administrasi

Alkitab mengajarkan kepada setiap pelayan untuk melayani dengan tertib (1 Korintus 14:40). Hal ini tidak mudah untuk dilakukan bila tugasnya terlalu banyak, apalagi jika ia tidak mempunyai pengalaman dalam menyusun anggaran, merencanakan program atau tugas-tugas organisasi lain. Seringkali tuntutan administrasi membutuhkan banyak waktu dan tenaga yang seharusnya dapat digunakan oleh para hamba Tuhan untuk pelayanan-pelayanan dan doa.

e. Tekanan mental

Ini memang jarang dibicarakan, tetapi banyak sekali tekanan yang timbul dari dalam diri sendiri sangat menghambat pelayanan seorang pendeta. Kekecewaan misalnya, adalah suatu hal yang biasa dialami oleh orang-orang Kristen. Banyak pendeta yang merasa sangat kecewa bila merencanakan sebuah

program, tidak mendapat tanggapan dari jemaat, dan hanya sedikit saja orang yang mau mendukung bahkan akhirnya gagal sama sekali. Kompetisi antar gereja biasanya juga menambah tekanan yang sudah ada. Memang jarang sekali ada yang berani mengutarakannya secara terus terang, tetapi setiap pendeta pasti menghendaki program di gerejanya paling baik, sehingga menarik banyak jemaat. Padahal di mana ada kompetisi, selalu ada iri hati, kritik dan frustrasi.

Dari uraian diatas penulis menyimpulkan faktor pemicu stres adalah isolasi dari masyarakat, tuntutan yang berlebihan, masalah administrasi, masalah keuangan, dan tekanan mental (dari diri sendiri). Ini sering sekali berdampak pada pendeta dan keluarganya sering sekali merasa gagal dan bersalah besar apabila mereka tidak dapat menjadi model seperti yang diinginkan oleh jemaatnya. Kemudian masalah kemarahan, setiap individu bisa marah dan marah tidak selalu buruk. Tetapi kemarahan seringkali menyebabkan luapan emosi yang tidak terkendali, kata-kata yang kasar, menyakitkan, kritik dan rusaknya hubungan dengan sesama.

2.2 Konsep Diri

Salah satu yang membedakan manusia dengan binatang adalah kemampuan manusia dalam melakukan pemahaman dan refleksi terhadap dirinya sendiri. Manusia mampu melihat dan menyelami ke dalam dirinya sendiri, menyadari apa saja yang dilakukannya, berpikir dan mengevaluasi kelebihan serta kekurangan dirinya. Tidak heran jika kemudian kita menemui fakta ada orang

yang menyukai atau membenci dirinya sendiri; menerima atau menolak dirinya sendiri; memuji atau memaki dirinya sendiri.

2.2.1 Pengertian Konsep Diri

Pada awalnya, ketika bayi, siapapun belum mempunyai konsep diri. Pada masa anak dan remaja, konsep diri mulai terbentuk, tapi masih sangat tidak stabil. Faktor eksternal masih sangat besar pengaruhnya. Seiring dengan berjalannya waktu, konsep diri mulai terbentuk dan menjadi relatif lebih stabil. Usaha kita untuk memahami diri kita sendiri kemudian menghasilkan konsep kita mengenai diri kita sendiri, yang biasa disebut dengan konsep diri atau *self concept*. Dengan kata lain setiap manusia memiliki pandangan mengenai dirinya sendiri yang disebut dengan istilah konsep diri.

Bahasan yang cukup detail mengenai *self* dalam perspektif psikologi pertama kali disampaikan oleh William James pada tahun 1890-an. James meletakkan konsep dasar untuk memahami *self* dan sekaligus menekankan arti penting penelitian mengenai *self* untuk memahami perilaku manusia.

Lebih lanjut dijelaskan Leary, McDonald dan Tangney mendefinisikan *Self* adalah kelengkapan psikologis yang memungkinkan refleksi diri berpengaruh terhadap pengalaman, kesadaran, yang mendasari semua jenis persepsi, kepercayaan dan perasaan tentang diri sendiri, yang memungkinkan orang untuk meregulasi perilakunya sendiri (dalam Rahman, 2014).

Rahman dalam bukunya: “*Psikologi Sosial: Integrasi Pengetahuan Wahyu dan Pengetahuan Empirik*” (2014) mengatakan: satu faktor penting yang berpengaruh besar terhadap perubahan konsep diri adalah *self concept clarity*,

yaitu sejauh mana konsep diri seseorang itu secara internal konsisten, stabil, dan dipegang dengan penuh keyakinan. Lebih lanjut Rahman mengemukakan defenisi Branden tentang konsep diri sebagai pikiran, keyakinan, dan kesan seseorang tentang sifat dan karakteristik dirinya, keterbatasan dan kapabilitasnya, serta kewajiban dan aset-aset yang dimilikinya.

Menurut Symond (dalam Suryabrata, 2007), *Self* mengandung empat aspek, yaitu:

- (1) Bagaimana orang mengamati dirinya sendiri
- (2) Bagaimana orang berpikir tentang dirinya sendiri
- (3) Bagaimana orang menilai dirinya sendiri, dan
- (4) Bagaimana orang berusaha dengan berbagai cara untuk menyempurnakan dan mempertahankan diri.

Stein (2003) mengemukakan konsep diri adalah pengenalan dan penerimaan diri dalam berbagai aspek dan kemungkinan positif dan aspek kemungkinan negatif dan keterbatasan pada diri.

Dengan pengenalan diri yang tepat individu bisa memperoleh “Konsep diri” yang lebih tepat. Dengan demikian individu akan berupaya untuk mengembangkan segi positif dan mengatasi segi negatif yang dimiliki sehingga mampu memupuk sikap-sikap positif sesuai peran yang dijalankan. Pengenalan diri tidak datang begitu saja, untuk bisa mengenal diri secara lebih perlu diperhatikan cara-cara untuk mengenal diri.

Dari beberapa pendapat para ahli di atas maka penulis menyimpulkan pengertian konsep diri adalah pandangan inividu tentang dirinya yang meliputi

kemampuan yang dimiliki, perasaan yang dialami, kondisi fisik yang terbentuk dari pengalaman masa lalu dan interaksi dengan orang lain.

2.2.2 Tiga Bagian Utama Konsep Diri

Menurut Brian Tracy, *self concept* memiliki tiga bagian utama yaitu: (1) *Self Ideal* (Diri Ideal); (2) *Self Image* (Citra Diri); (3) *Self Esteem* (Jati Diri). Ketiga elemen tersebut merupakan satu kesatuan yang membentuk kepribadian manusia, menentukan apa yang biasa dipikirkan, dirasakan, dilakukan, serta akan menentukan segala sesuatu yang terjadi pada diri individu (dalam Ruben, 2014).

a. *Self Ideal* (Diri Ideal)

Self Ideal adalah komponen pertama dari *Self Concept* yang terdiri dari harapan, impian, visi, idaman. *Self Ideal* terbentuk dari kebaikan, nilai-nilai dan sifat-sifat yang paling dikagumi dari diri individu maupun dari orang lain yang dihormati. *Self Ideal* adalah sosok seperti apa yang paling individu inginkan untuk bisa menjadi diri sendiri. Bentuk ideal ini akan menuntun individu dalam membentuk perilaku.

b. *Self Image* (Citra Diri)

Bagian kedua *self concept* adalah *self image*. Bagian ini menunjukkan bagaimana individu membayangkan dirinya sendiri dan menentukan bagaimana individu bertingkah laku dalam situasi tertentu. Karena kekuatan *self image*, semua perbaikan dalam hidup individu akan dimulai dari perbaikan dalam *self – image – self*.

c. *Self Esteem* (Jati Diri)

Self Esteem adalah seberapa besar seseorang menyukai diri sendiri. Semakin seseorang menyukai dirinya, semakin baik dia akan bertindak dalam bidang apapun yang dia tekuni. Dan, semakin baik performansi seseorang, individu akan semakin menyukai dirinya. Bagian ini adalah komponen emosional dalam kepribadian seseorang. Komponen-komponen pentingnya: bagaimana seseorang berpikir, bagaimana seseorang merasa, bagaimana seseorang bertingkah laku.

2.2.3 Macam-macam Konsep Diri

Agustinus (2014) membagi konsep diri dalam dua macam, yaitu:

a. Konsep Diri Negatif

Indikator konsep diri yang negatif ditandai dengan lima ciri:

1. Peka terhadap kritik

Individu yang memiliki konsep diri yang negatif sangat tidak tahan kritik dan mudah marah atau naik pitam. Bagi individu-individu dengan konsep diri negatif, koreksi seringkali dipersepsikan sebagai usaha untuk menjatuhkan harga dirinya.

2. Responsif terhadap pujian

Individu yang memiliki konsep diri yang negatif mungkin berpura-pura menghindari pujian, ia tidak dapat menyembunyikan antusias pada waktu menerima pujian. Bagi individu yang memiliki konsep diri negatif, segala hal yang menunjang harga dirinya akan menjadi pusat perhatiannya.

3. Sikap yang hiperkritis terhadap orang lain

Sikap yang hiperkritis ditunjukkan dengan selalu mengeluh, mencela, meremehkan apapun dan siapapun. Mereka tidak sanggup mengungkapkan pujian atau penghargaan atau pujian kepada orang lain.

4. Cenderung merasa tidak disenangi oleh orang lain

Individu yang memiliki konsep diri yang negatif akan merasa dirinya tidak diperhatikan, oleh karena itu mereka akan bereaksi kepada orang lain sebagai musuh, sehingga tidak dapat melahirkan kehangatan dan keakraban persahabatan. Ia tidak pernah mempersalahkan dirinya tetapi selalu menganggap dirinya sebagai korban dan sistem sosial yang tidak beres.

5. Bersikap pesimis terhadap kompetisi.

Sikap ini ditandai dengan adanya keengganan untuk bersaing dengan orang lain dalam membuat prestasi. Ia menganggap tidak akan berdaya melawan persaingan yang merugikan dirinya.

b. Konsep Diri Positif

Individu yang memiliki konsep diri yang positif ditandai oleh lima hal:

1. Yakin akan kemampuannya mengatasi masalah
2. Merasa setara dengan orang lain
3. Menerima pujian tanpa merasa malu
4. Menyadari bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan, keinginan, dan perilaku yang tidak seluruhnya disetujui oleh masyarakat.

5. Mampu memperbaiki dirinya karena sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian yang tidak disenanginya dan berusaha mengubahnya.

2.2.4 Aspek-Aspek Dalam Konsep Diri

Burn (dalam Ruben, 2014) mengemukakan tiga aspek dalam konsep diri :

a. Aspek Fisik

Aspek Fisik adalah aspek yang tampak sehingga seseorang sangat mudah memberi penilaian terhadap aspek tersebut. Seseorang bahkan sangat mudah dikenali karena aspek ini. Yang diungkap dalam aspek ini mencakup : kemampuan fisik, penampilan fisik, hubungan dengan individu yang berjenis kelamin sama, hubungan dengan individu yang berjenis kelamin berbeda, hubungan dengan orangtua, stabilitas emosional, kejujuran / sifat dapat dipercaya, matematika, kemampuan verbal, sekolah, dan konsep diri secara umum.

b. Aspek Sosial

Bandura (dalam Ruben, 2014) dalam Teori Belajar Sosial (*Social Learning*) menekankan bahwa kondisi lingkungan dapat memberikan dan memelihara respon-respon tertentu pada diri seseorang. Asumsi dasar dari teori ini yaitu sebagian besar tingkah laku individu diperoleh dari hasil belajar melalui pengamatan atas tingkah laku yang ditampilkan oleh individu-individu lain yang menjadi model. Peniruan (*Modelling*) dilakukan melalui empat proses yaitu perhatian, representasi, peniruan tingkah laku, dan motivasi dan penguatan (*Reinforcement*). Kemudian Bandura juga memandang pentingnya *reinforcement* dalam pembentukan perilaku pada proses *social learning*. Ada dua jenis

reinforcement dalam hal ini yaitu pertama, *self-reinforcement* yang akan muncul membanding perilakunya dengan standar internalnya. Kedua, *vicarious reinforcement* yang akan muncul bila individu menyaksikan individu lain mengalami konsekuensi positif atau negatif dari perilakunya, dan individu tersebut mengantisipasi konsekuensi yang sama bila ia berperilaku sama.

c. Aspek Psikologi

Persepsi dalam pengertian psikologi adalah proses pencarian informasi untuk dipahami, mencakup proses pengorganisasian, penginterpretasian terhadap stimulus yang diterima oleh organisme atau individu melalui penginderaan atau alat indra. Dalam persepsi tersebut, individu dapat menyadari, mengerti tentang keadaan lingkungan yang ada disekitar dan juga tentang keadaan diri individu yang bersangkutan.

Dari penjelasan diatas penulis menyimpulkan aspek-aspek yang mempengaruhi konsep diri seseorang adalah Fisik, Sosial, dan Psikis.

2.2.5 Faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri

Ada begitu banyak hal yang mempengaruhi pembentukan konsep diri. Gunarsa (dalam Ruben, 2014) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri, antara lain :

a. Jenis kelamin

Dalam keluarga, lingkungan sekolah, ataupun lingkungan masyarakat yang lebih luas akan berkembang bermacam-macam tuntutan peran yang berbeda berdasarkan perbedaan jenis kelamin. Tuntutan ini berdasarkan tiga macam kekuatan yang berbeda : biologis, lingkungan keluarga dan kebudayaan.

Dorongan biologis menyebabkan individu secara bawaan, bertingkah laku, berpikir dan berperasaan yang berbeda, antara jenis kelamin yang satu dengan yang lainnya. Faktor lingkungan keluarga dan kebudayaan masyarakat akan mempengaruhi besar kecilnya agresivitas pada pria dan wanita. Sebagai contoh, orangtua akan memperlakukan anak wanita dengan lembut dan kurang agresif dibandingkan dengan perlakuan terhadap seorang anak pria. Hal ini menyebabkan perilaku yang lebih halus dan lembut pada wanita. Stereotipe sosial yang muncul dalam masyarakat memegang peranan penting dalam menentukan bagaimana seharusnya seorang wanita dan seorang pria bertindak atau berperasaan.

b. Harapan-harapan

Stereotipe sosial mempunyai peranan penting dalam menentukan harapan-harapan apa yang dipunyai oleh individu terhadap dirinya sendiri dan harapan-harapan terhadap dirinya sendiri itu merupakan pencerminan dari harapan-harapan orang lain terhadap dirinya.

c. Suku bangsa

Dalam suatu masyarakat, umumnya terdapat suatu kelompok suku bangsa tertentu yang dapat dikatakan tergolong sebagai kaum minoritas. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kelompok minoritas umumnya memiliki konsep diri yang cenderung negatif dibandingkan dengan kelompok yang tergolong mayoritas. Hal ini tidak menyangkut suku bangsa saja tetapi juga menyangkut kelompok-kelompok minoritas lainnya, seperti anak cacat, kelompok individu yang berekonomi rendah, atau kelompok orang-orang yang kurang berhasil dalam bidang tertentu dibandingkan dengan kelompok lainnya.

d. Nama dan pakaian

Nama atau pakaian yang membesar-besarkan kelemahan dalam diri individu dapat mempunyai pengaruh yang negatif terhadap perkembangan konsep diri individu. Demikian halnya dengan cara berpakaian. Pribadi individu dapat dilihat dari cara berpakaian, apakah dia seorang yang dapat disebut sebagai feminis atau maskulin, ataukah individu sebagai pribadi yang pendiam, yang sedih atau bahagia, semuanya dapat diamati melalui cara seseorang berpakaian.

Myers (dalam Ruben, 2014) mengemukakan lima faktor yang dapat mempengaruhi konsep diri, antara lain :

a. Peran yang dimiliki oleh setiap individu

Setiap individu memiliki kesadaran terhadap peran yang dimiliki di dalam kehidupannya dan individu akan tersu mengamati peran yang dimilikinya tersebut serta selalu berusaha untuk menjalankan perannya masing-masing dengan sebaik mungkin. Apa yang muncul dari diri individu adalah bagaimana individu tersebut memandang dan menerima dirinya beserta dengan peran yang dimilikinya.

b. Perbandingan sosial

Konsep diri seorang individu terdiri atas identitas diri dan identitas sosial. Definisi sosial mengenai individu yang berkaitan dengan siapa dirinya, ras, agama, dan juga jenis kelamin mempengaruhi bagaimana individu tersebut mendefinisikan dirinya sendiri. Dengan adanya definisi tersebut, maka seseorang akan cenderung membandingkan dirinya sendiri dengan orang lain dimana proses tersebut dinamakan sebagai perbandingan sosial.

c. Pengalaman-pengalaman akan kegagalan dan kesuksesan

Konsep diri juga dibentuk oleh berbagai macam pengalaman yang alami di dalam kehidupan individu dimana pengalaman tersebut dapat berupa pengalaman akan kesuksesan dan juga dapat berupa pengalaman akan kegagalan.

d. Pernyataan-pernyataan (*judgement*) orang lain

Konsep diri individu dapat meningkat saat individu melihat dirinya melalui pernyataan yang diberikan oleh orang-orang di sekelilingnya. Hal ini terjadi karena apa yang dipikirkan individu lain akan membantu seseorang untuk berpikir sedemikian rupa mengenai dirinya sendiri.

e. Budaya

Dalam suatu budaya terdapat keyakinan-keyakinan atau stereotipe serta nilai-nilai yang dianut oleh individu yang hidup di dalamnya. Keyakinan dan nilai-nilai budaya yang dianut itulah yang akan sangat mempengaruhi konsep diri seseorang.

Burn (dalam Ruben, 2014) mengemukakan faktor lainnya yang dapat mempengaruhi konsep diri, antara lain :

a. Diri Fisik dan Citra Tubuh

Citra tubuh adalah konsep tentang tubuh fisik yang dimiliki oleh masing-masing individu, sedangkan skema tubuh adalah hal yang fundamental terhadap perkembangan citra diri yang merupakan citra yang dimiliki individu mengenai dirinya sendiri sebagai makhluk yang berfisik. Citra diri juga melibatkan suatu perkiraan dan evaluasi tentang alat-alat fisik di dalam hubungannya dengan norma-norma sosial dan umpan balik dari individu-individu

lain. Penampilan fisik adalah agen yang sangat potensial untuk menarik perhatian respon-respon sosial khusus.

b. Perkembangan bahasa

Perkembangan bahasa membantu perkembangan dari konsep diri. Simbol-simbol bahasa membentuk dasar dan konsepsi-konsepsi dan evaluasi-evaluasi tentang diri, misalnya sedang sedih atau sedang merasa bahagia. Umpan balik dari individu lain seringkali dalam bentuk verbal.

c. Umpan balik dari *Significant others*

Significant others adalah orang-orang yang penting atau memiliki signifikansi terhadap seseorang di dalam kemampuan mereka untuk meningkatkan atau menurunkan rasa aman dan rasa tidak aman, ketidakberdayaan serta harga diri. *Significant others* memainkan sebuah peranan menguatkan di dalam definisi diri.

d. Identifikasi peranan seks

Identifikasi didahului penentuan jenis kelamin yang merupakan sebuah proses yang disadari tentang meniru tingkah-tingkah laku yang spesifik. Identitas peranan seks merupakan sebuah komponen yang universal serta komponen dasar dari konsep diri, oleh karena itu konsep diri berkaitan dengan konsep menjadi individu maskulin atau individu feminine. Kualitas dari sifat-sifat yang dimiliki oleh individu yang di dapat dari sosok yang dihormati dalam kehidupan berkaitan dengan jenis kelamin sosok tersebut dan jenis kelamin individu itu sendiri.

e. Pola membesarkan anak

Konsep diri merupakan sesuatu yang dipelajari. Proses belajar tersebut diperoleh melalui orang-orang yang dihormatinya yaitu orangtua sebab orangtua adalah individu yang hadir secara konsisten pada tahun-tahun pertama kehidupan individu. Oleh karena itu bagaimana pola-pola orangtua di dalam membesarkan anak memiliki pengaruh terhadap konsep diri anak tersebut.

Dari beberapa pendapat di atas penulis menyimpulkan faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri adalah Jenis kelamin, budaya, perbandingan sosial dan pengalaman-pengalaman akan kegagalan dan kesuksesan. Faktor-faktor ini memiliki dampak yang positif pada berbagai aspek kehidupan seseorang, seberapa baik individu mengerjakan suatu tugas, tingkat pendidikan yang ia capai, seberapa keras individu akan berusaha dan termotivasi dalam mencapai tujuannya, kemampuannya dalam memecahkan masalah yang rumit, kebiasaan hidup sehat, dan bahkan untuk mengatasi stres dalam pekerjaannya.

2.3 Kecerdasan Emosional

2.3.1 Pengertian Emosi

Menurut Goleman (2016) semua emosi, pada dasarnya, adalah dorongan untuk bertindak, rencana seketika untuk mengatasi masalah yang telah ditanamkan secara berangsur-angsur oleh evolusi. Akar kata *emosi* adalah *movere*, kata kerja Bahasa Latin yang berarti “menggerakkan, bergerak”, ditambah awalan “*e-*” untuk memberi arti “bergerak menjauh”, menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi.

Patton (1998) mengemukakan emosi merujuk pada perasaan dan pemikiran khususnya, keadaan psikologis dan biologis, dan serangkaian kecenderungan bertindak. Semua ini merupakan tanggapan sadar seseorang terhadap hal-hal yang terjadi pada dirinya. Emosi dapat berlaku sebagai pengingat bahwa seseorang adalah anggota alam semesta yang dapat mencintai, memperhatikan dan merasakan.

Amaryllia (2009) mengemukakan, emosi itu sendiri merupakan struktur dari personalitas seseorang, dimana emosi terbentuk dari dua bentukan sistem personalitas yaitu *motive* dan *cognitive*. Pembentukan emosi disebabkan oleh adanya motivasi seseorang yang terkait dengan perilaku yang mereka temukan dalam kehidupan sehari-hari. Dimana untuk menunjukkan suatu hal atau bertujuan untuk melakukan perilaku tertentu yang sangat gamblang pada suatu hal, seseorang dapat menunjukkan emosinya. Unsur motivasi ini muncul karena seseorang berusaha mendapatkan apa yang diinginkan melalui emosi. Emosi sebagai suatu fungsi kognitif berperan dalam pengembangan kontak komunikasi dengan orang lain dan lingkungannya. Ada pesan yang disampaikan kepada lingkungan agar orang lain mengenali diri seseorang melalui emosi yang ditampakkan, dan adanya pesan yang juga disampaikan oleh orang lain agar diri seseorang mau untuk mempelajari diri orang lain.

Jaenudin (2012) mengemukakan emosi adalah perasaan subjektif individu yang sering berkaitan dengan ekspresi raut muka ataupun gerak tubuh dan mengandung perasaan yang membangkitkan ataupun memotivasi dalam diri individu. Emosi adalah pola perubahan individu yang kompleks dan mencakup

pembangkitan fisiologis, perasaan subjektif, proses kognitif, dan reaksi tingkah laku seseorang.

Dari beberapa pendapat di atas penulis menyimpulkan pengertian emosi adalah pola perubahan individu yang kompleks dan mencakup pembangkitan fisiologis, perasaan subjektif, proses kognitif, dan reaksi tingkah laku seseorang.

2.3.2 Jenis-Jenis Emosional

Emosi yang kita alami tidak mudah untuk diidentifikasi, tetapi dengan pengenalannya yang lebih mendalam melalui penghayatan saat “emosi”, kita akan memahami diri sendiri dalam hubungannya dengan lingkungan sekitar kita, melalui pengalaman berinteraksi dengan situasi, konsep, orang-orang yang berperan dalam hidup kita. Ekspresi tingkah laku sering merupakan gabungan yang kompleks dari berbagai macam bentuk emosi yang terekspresikan.

Luthans (2006) kemudian mengadaptasikan pendapat Goleman dan H.M. Weiss dan R. Cropanzano dalam “*Effektif Events Theory*” mengemukakan jenis emosi, ke dalam emosi positif dan emosi negatif.

Tabel 2.1

Jenis-jenis Emosi

Emosi Positif	Deskripsi Lainnya
Cinta / Afeksi	Penerimaan, pemujaan, rindu, devosi, tergila-gila, persahabatan, kepercayaan, bakti, hormat, kasmaran, kasih
Bahagia / Gembira	Kegembiraan, kesenangan, kebahagiaan, kesukaan, kegirangan kenikmatan, ketertarikan, kegairahan, euforia, terhibur, bangga, kenikmatan indrawi, takjub, rasa terpesona, rasa puas, rasa terpenuhi, kegirangaan luar biasa, senang, senang sekali, dan batas ujungnya mania
Terkejut	Kekaguman, keingintahuan, keheranan, <i>shock</i> , terkesiap, takjub, terpana
Emosi Negatif	Deskripsi Lainnya
Takut	Kegelisahan, kegusaran, keprihatinan, kerisauan, kecemasan, ketakutan, kengerian, gugup, khawatir, was-was, sedih, tidak tenang, ngeri, takut sekali, kecut, fobia dan panik
Sedih	Kesedihan, kekecewaan, duka cita, kemurungan, keputus-asaan, penderitaan, kekesalan, kesepian
Marah	Penghinaan, kegusaran, kemurkaan, kejengkelan, permusuhan, cepat marah
Muak	Menjijikkan, meremehkan, benci, bereaksi keras, rasa tidak suka, mual,
Malu	Merasa bersalah, penyesalan dalam, menyesal, malu, penghinaan, kesal hati, sesal, hina, aib

2.3.3 Pengertian Kecerdasan Emosional

Goleman (2016) mengatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan lebih yang dimiliki seseorang dalam memotivasi diri sendiri, dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan; mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berpikir; berempati dan berdoa. Dengan kecerdasan emosional tersebut seseorang dapat menempatkan emosinya pada porsi yang tepat, memilah kepuasan dan mengatur suasana hati.

Amaryllia (2009) mendefenisikan kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengendalikan emosi dan rasional secara bersamaan dengan kondisi yang tepat. Sejalan dengan pendapat Aristoteles yang mengatakan bahwa semua orang bisa menjadi marah, namun marah dalam kondisi yang tepat tidak dapat dilakukan oleh semua orang.

Mangkunegara (2014) mengemukakan kecerdasan emosi baik berarti mampu memahami diri dan orang lain secara benar, memiliki jati diri, kepribadian dewasa mental, tidak iri hati, tidak benci, tidak sakit hati, tidak dendam, tidak memiliki perasaan bersalah yang berlebihan, tidak cemas, tidak mudah marah dan tidak mudah frustrasi. Lebih lanjut dijelaskannya mengelola emosi berarti memahami kondisi emosi dan kita harus mengkaitkannya dengan situasi yang sedang dihadapi agar memberikan dampak positif.

Mayer (dalam Jaenudin, 2012) mendefenisikan kecerdasan emosi secara lebih sederhana yaitu kemampuan untuk memahami emosi orang lain dan cara mengendalikan emosi sendiri. Pendapat Mayer ini juga didukung oleh Edward Gordon, yang mengatakan bahwa kecerdasan emosi lebih banyak berhubungan dengan kepribadian dan “*mood*” (suasana hati) yang tidak dapat diubah.

Bar-On (dalam Stein, 2003) mengemukakan kecerdasan emosional adalah serangkaian kemampuan, kompetensi, dan kecakapan *non-kognitif*, yang memengaruhi kemampuan seseorang untuk berhasil mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan.

Dari beberapa pendapat para ahli di atas maka penulis menyimpulkan pengertian kecerdasan emosional adalah serangkaian kecakapan yang dimiliki oleh individu untuk memotivasi dirinya sendiri dan mengarahkan emosinya dengan tepat dan efektif atas perasaan individu itu sendiri dan terhadap tekanan dari luar dirinya.

2.3.4 Aspek-aspek Kecerdasan emosional

Goleman (2016) mengungkapkan lima wilayah yang mengungkapkan komponen utama kecerdasan emosional yang dapat menjadi pedoman bagi individu untuk mencapai kesuksesan dalam kehidupan sehari-hari, yaitu :

a. Mengenal emosi diri

Mengenal emosi diri yaitu kesadaran diri dalam mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi merupakan dasar kecerdasan emosional. Pada tahap ini diperlukan adanya pemantauan perasaan dari waktu ke waktu agar timbul wawasan psikologi dan pemahaman tentang diri. Ketidakmampuan untuk mencermati perasaan yang sesungguhnya membuat diri berada dalam kekuasaan perasaan. Sehingga tidak peka akan perasaan yang sesungguhnya yang berakibat buruk bagi pengambilan keputusan masalah

b. Mengelola emosi

Mengelola emosi yaitu menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan tepat, hal ini merupakan kecakapan yang sangat bergantung pada kesadaran diri. Emosi dikatakan berhasil dikelola apabila : mampu menghibur diri ketika ditimpa kesedihan, dapat melepas kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan bangkit kembali dengan cepat dari semua itu.

Sebaliknya orang yang buruk kemampuannya dalam mengelola emosi akan terus menerus bertarung melawan perasaan murung atau melarikan diri pada hal-hal negatif yang merugikan dirinya sendiri

c. Memotivasi diri

Memotivasi diri yaitu kemampuan seseorang memotivasi diri yang dapat ditelusuri melalui hal-hal sebagai berikut : a) cara mengendalikan dorongan hati; b) derajat kecemasan yang berpengaruh terhadap unjuk kerja seseorang; c) kekuatan berfikir positif; d) optimisme; dan e) keadaan *flow* (mengikuti aliran), yaitu keadaan ketika perhatian seseorang sepenuhnya tercurah ke dalam apa yang sedang terjadi, pekerjaannya hanya terfokus pada satu objek. Dengan kemampuan memotivasi diri yang dimilikinya maka seseorang akan cenderung memiliki pandangan yang positif dalam menilai segala sesuatu yang terjadi dalam dirinya.

d. Mengenali emosi orang lain

Mengenali emosi orang lain atau empati yaitu mengenal emosi orang lain yang dibangun berdasarkan pada kesadaran diri. Jika seseorang terbuka pada emosi sendiri, maka dapat dipastikan bahwa ia akan terampil membaca perasaan orang lain. Sebaliknya orang yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan emosinya sendiri dapat dipastikan tidak akan mampu menghormati perasaan orang lain;

e. Membina hubungan dengan orang lain.

Seni dalam membina hubungan dengan orang lain merupakan keterampilan sosial yang mendukung keberhasilan dalam pergaulan dengan orang lain. Tanpa memiliki keterampilan seseorang akan mengalami kesulitan dalam

pergaulan sosial. Sesungguhnya karena tidak dimilikinya keterampilan-keterampilan semacam inilah yang menyebabkan seseorang seringkali dianggap angkuh, mengganggu atau tidak berperasaan.

Bar-On (dalam Stein, 2003) mengemukakan aspek-aspek yang disebutnya batu-batu pembangun kecerdasan emosional sebagai berikut :

- a. Ranah Intrapribadi, berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengenal dan mengendalikan diri sendiri yang melingkupi :
 1. Kesadaran diri yaitu kemampuan untuk mengenali perasaan dan mengetahui alasan mengapa seperti itu dan pengaruh perilaku diri individu terhadap orang lain.
 2. Sikap *asertif* yaitu kemampuan menyampaikan secara jelas pikiran dan perasaan diri individu, membela diri dan mempertahankan pendapat.
 3. Kemandirian yaitu kemampuan untuk mengarahkan dan mengendalikan diri, berdiri dengan kaki sendiri.
 4. Penghargaan diri yaitu kemampuan untuk mengenali kekuatan dan kelemahan diri dan menyenangi diri sendiri meskipun memiliki kelemahan.
 5. Aktualisasi diri yaitu kemampuan mewujudkan potensi yang dimiliki diri sendiri dan merasa senang (puas) dengan prestasi kerja yang diraih di tempat kerja maupun dalam kehidupan pribadi.

b. Ranah Antarpribadi, berkaitan dengan “keterampilan bergaul” yang dimiliki individu, yaitu kemampuan individu berinteraksi dan bergaul baik dengan orang lain. Wilayah ini terdiri atas tiga skala :

1. Empati yaitu kemampuan untuk memahami perasaan dan pikiran orang lain, kemampuan untuk melihat dunia dari sudut pandang orang lain.
2. Tanggung jawab sosial yaitu kemampuan untuk menjadi anggota masyarakat yang dapat bekerjasama dan yang dapat bermanfaat bagi kelompok masyarakatnya.
3. Hubungan antarpribadi mengacu pada kemampuan untuk menciptakan dan mempertahankan hubungan yang saling menguntungkan, dan ditandai oleh saling memberi dan menerima dan rasa kedekatan emosional.

c. Ranah Penyesuaian Diri berkaitan dengan kemampuan untuk bersikap lentur dan realistis, dan untuk memecahkan aneka masalah yang muncul. Wilayah ini terdiri atas tiga skala :

1. Uji realitas yaitu kemampuan untuk melihat sesuatu sesuai dengan kenyataannya, bukan seperti yang individu inginkan atau takuti.
2. Sikap fleksibel yaitu kemampuan untuk menyesuaikan perasaan, pikiran, dan tindakan dengan keadaan yang berubah-ubah.

3. Pemecahan masalah yaitu kemampuan untuk mendefinisikan permasalahan, kemudian bertindak untuk mencari dan menerapkan pemecahan yang jitu dan tepat.
- d. Ranah pengendalian Stres berkaitan dengan kemampuan individu untuk tahan menghadapi stres dan mengendalikan impuls. Wilayah ini terdiri atas dua skala :
1. Ketahanan menanggung stres yaitu kemampuan untuk tetap tenang dan berkonsentrasi dan secara konstruktif bertahan menghadapi kejadian yang gawat dan tetap tegar menghadapi konflik emosi.
 2. Pengendalian impuls yaitu kemampuan untuk menahan atau menunda keinginan untuk bertindak.
- e. Ranah Suasana Hati Umum, wilayahnya terdiri atas dua skala :
1. Optimisme yaitu kemampuan untuk mempertahankan sikap positif yang realistis, terutama dalam menghadapi masa-masa sulit.
 2. Kebahagiaan yaitu kemampuan untuk mensyukuri kehidupan, menyukai diri sendiri dan orang lain, dan untuk bersemangat serta bergairah dalam melakukan setiap kegiatan.

Dari penjelasan diatas penulis menyimpulkan aspek-aspek kecerdasan emosional adalah aspek mengenal emosi/ kesadaran diri, mengelola emosi/menangani perasaan, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain/empati, dan membina hubungan dengan orang lain/keterampilan mengelola

emosi orang lain. Semakin tinggi kecerdasan emosional individu, semakin besar kemungkinan untuk sukses sebagai pekerja, orangtua, manajer, anak dewasa bagi orangtua, mitra bagi pasangan hidup, atau calon untuk suatu posisi jabatan.

2.3.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional

Mangkunegara (2014) mengemukakan emosi adalah merupakan interaksi antara pikiran, perubahan fisiologis dan perilaku. Dengan demikian kecerdasan emosional dilakukan dengan mengelola faktor-faktor yang terkait yaitu pikiran, perubahan fisiologis dan perilaku dalam interaksi yang menyebabkan timbulnya emosi.

Wade dan Tavis (2007) mengemukakan faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional antara lain :

a. Tubuh Manusia

Tubuh manusia merupakan emosi primer yang dibawa semenjak lahir dan diikuti oleh pola-pola fisiologis yang berbeda-beda dan menghasilkan ekspresi wajah yang juga berbeda-beda. Situasi yang ditimbulkan perasaan dari individu tersebut bersifat umum di seluruh dunia, dimanapun manusia berada, kesedihan akan mengikuti persepsi kehilangan, rasa takut akan mengikuti persepsi ancaman atau disakiti, rasa marah akan mengikuti persepsi penghinaan atau ketidakadilan, dan seterusnya.

b. Pikiran

Kognisi terlibat dalam kemampuan emosional individu mulai dari persepsi awal dari suatu peristiwa hingga filosofi kehidupan

seseorang. Pada berbagai pengalaman emosional, kognisi dan evaluasi akan terus berubah dan mempengaruhi kemampuan individu dalam merasakan emosionalnya.

c. Budaya

Budaya mempengaruhi semua aspek pengalaman emosional, termasuk jenis-jenis penyebab yang dapat menimbulkan emosi pada orang dalam budaya tersebut. Budaya juga sangat mempengaruhi aturan menampilkan emosi (*display rules*), suatu peraturan yang mengatur seseorang untuk mengekspresikan perasaannya dan cara mengekspresikan emosi tersebut.

d. Gender dan Emosi

Pria dan wanita memiliki kemampuan yang sama untuk merasakan semua emosi, mulai dari cinta, duka, hingga kemarahan. Gender dan emosi menunjukkan pemahaman terhadap pengalaman dan ekspresi emosional bergantung pada peran gender, biologis, norma-norma yang berlaku dalam budaya dan situasi yang spesifik.

Bachman (dalam Stein, 2003) mengemukakan ada tiga pasang faktor kecerdasan emosional, antara lain :

- a. Sikap Asertif dan Kemandirian, yang memungkinkan individu untuk mandiri dan bekerja sendiri, tegas mengambil keputusan, tidak ragu-ragu untuk mengungkapkan kemampuan dan minat mereka tidak secara agresif tetapi secara efektif.

- b. Aktualisasi diri dan pemecahan masalah, yang memungkinkan individu memiliki keseimbangan, mampu mencapai sasaran dengan cara mengelola waktu, mengolah informasi, dan meningkatkan kemampuan berkomunikasi dan bernegosiasi.
- c. Optimisme dan kebahagiaan, yang menciptakan suasana hati yang stabil dan memelihara sikap positif sehingga individu dapat mengatasi stres, penolakan, frustrasi, dan kekecewaan.

Dari penjelasan di atas penulis menyimpulkan faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional adalah kondisi tubuh manusia, pikiran / kognisi, budaya, gender dan emosi. Faktor-faktor ini yang akan mempengaruhi individu dalam mencapai kesuksesan, memecahkan masalah-masalah dalam pekerjaan dan juga ketahanan untuk menanggung stres dalam pekerjaan.

2.4 Pendeta

2.4.1 Pengertian Pendeta

Di Indonesia saat ini pendeta digunakan untuk sebutan pemimpin agama Kristen Protestan. Dalam agama Kristen, Pendeta adalah seorang pengajar umum dalam jemaat. Ia memiliki kewajiban untuk memenuhi panggilannya sebagai sebuah persekutuan yang belajar – mengajar. Selain itu, pendeta juga merupakan seorang pengajar khusus, yaitu ia harus melibatkan diri secara langsung sebagai seorang pengajar.

Pada dasarnya kata “pendeta” tidak ada ditemukan dalam Kitab Suci, karena kata “pendeta” tersebut diimpor dari luar kekristenan untuk memberi nama

kepada seorang gembala. Kata pendeta berasal dari bahasa Sanskerta “*Pandita*” berarti Brahmana atau guru agama Hindu atau Buddha. Kemungkinan kata “pendeta” dipakai oleh Kristen Protestan karena kata “pastor” (bahasa Latin dari kata “gembala”) sudah dipakai Kristen Roma Katolik (Strauch, 1992).

Poerwardanaminta (1988) dalam *Kamus Umum Bahasa Indonesia* mengartikan pendeta adalah orang-orang pandai, pertapa (dalam cerita-cerita lama), pemuka agama atau pemimpin-pemimpin jemaah (di Hindu dan Protestan), dan guru agama.

Gintings (2006) mengatakan etimologi Pendeta berasal dari kata Sansekerta yaitu: “*pandit*” atau Pandita yang artinya pertapa, orang suci, ahli agama, orang pintar, bijaksana dan pemimpin jemaat (Gereja). Sehubungan dengan pengertian diatas maka gereja menggunakannya sebagai sebutan kepada orang yang telah dipercayakan untuk memimpin, mengembalakan, mengajar jemaat dan sebagai alat Tuhan untuk menyampaikan sakramen kudus (Robby, 2003).

Dari pengertian di atas penulis menyimpulkan pendeta adalah pemimpin bagi umat Kristiani. Namun pengertian di sini tidak sama dengan pemimpin dunia, melainkan sebagai pemimpin pelayan dan untuk menjalankan tugas dan panggilannya dia menjadi pintar dan bijak.

2.4.2 Tugas dan Tanggung jawab Pendeta

Gintings (2002) mengemukakan pribadi pendeta sebagai gembala di tengah-tengah jemaat:

1. Mengurusi Jiwa orang lain dan memelihara, bukan saja menyangkut rohani tetapi termasuk juga keadaan hidup manusia seutuhnya.
2. Mempunyai kepribadian kebapaan, (keibuan bila pelayan itu perempuan). Dan kepribadian kebapaan ini tidak pernah diukur dengan badan atau keadaan jasmani.
3. Pendeta sebagai pribadi yang sanggup mengasihi.
4. Pengetahuan tentang kejiwaan manusia

Walz (2001) mendeskripsikan tugas dan tanggung jawab pendeta, antara lain :

1. Melayani sebagai pelayan utama dan pemimpin jemaat
2. Memperlengkapi anggota untuk melayani satu sama lain dan melayani semua orang
3. Merencanakan dan memimpin kebaktian, memberitakan Firman Allah, melayani sakramen, melayani jemaat, kelompok maupun individu, serta mewakili jemaat bagi gereja dan dunia.
4. Melayani sebagai penilik (dan konsultan) bagi organis dan pemimpin musik, pengurus Sekolah Minggu, serta berbagai bagian dan organisasi dalam gereja. Termasuk di sini sekolah Kristen, yang berada dibawah pengawasan kepala sekolah.
5. Melayani sebagai anggota penasihat bagi semua kelompok resmi dalam jemaat

6. Memegang data kegiatan resmi gereja : perubahan keanggotaan, perkawinan, kematian, baptisan, konfirmasi dan komuni.
7. Mengawasi pekerjaan sekretaris kantor gereja.
8. Membantu koster (yang bekerja di bawah pengawasan pengurus properti) untuk mengkoordinasikan kegiatannya dengan berbagai kegiatan departemen dalam gereja.

Tugas Pendeta yang dicantumkan dalam Tata Gereja Protestan Batak Karo (GBKP) 2015 – 2025, Pasal 114 (GBKP, 2015) adalah:

1. Melaksanakan pemberitaan Firman Allah
2. Melayankan sakramen-sakramen
3. Melayankan sidi, penerimaan, dan penerimaan kembali warga
4. Menyampaikan berkat Tuhan dengan penumpangan tangan
5. Melayani kebaktian-kebaktian
6. Menahbiskan pendeta dengan penumpangan tangan
7. Menahbiskan atau mengukuhkan Pertua dan/atau Diaken
8. Melaksanakan pemberkatan perkawinan
9. Melaksanakan pendidikan dan pembinaan terutama katekisasi
10. Memperhatikan dan menjaga ajaran yang berkembang dalam jemaat agar sesuai dengan Firman Allah dan ajaran GBKP
11. Melaksanakan Tri Tugas Panggilan Gereja, yaitu: persekutuan, kesaksian, dan pelayanan

12. Melaksanakan kegiatan lainnya membantu, mendukung, mendirikan, menjadi inspirasi, dan menyediakan fasilitas bagi perkembangan masyarakat.

Wongso (2002) mengemukakan tugas dan kedudukan pendeta dari sudut ilmu jiwa dan pekerjaannya, antara lain :

1. Eksekutif

Pendeta harus bertanggung jawab atas segala hak yang ada dalam gereja. Pendeta harus mempunyai kesanggupan dan pengalaman untuk mengatur segala sesuatu. Eksekutif bukan berarti melaksanakan sendiri segala pekerjaan, melainkan mengatur pekerjaan bagi mereka, dan dia sendiri berkedudukan sebagai pemimpin.

2. Perencana

Pendeta merupakan pemimpin yang menetapkan dan melaksanakan rencana dalam gereja yang paling sedikit harus memiliki persyaratan sebagai berikut :

- a. Harus mempunyai rencana pekerjaan gereja secara menyeluruh dan peneta harus berada pada pihak yang aktif merencanakan aktivitas yang berfaedah bagi gereja.
- b. Mempunyai penglihatan yang luas akan hari depan, memikirkan keadaan gereja dan kepentingan jemaat.
- c. Mempunyai pengetahuan dan pengalaman yang lebih luas dan kaya dalam pekerjaan.

- d. Senantiasa mengasah otak dan berdoa, menantikan apa kehendak Tuhan.
3. Wakil Terhadap dunia luar, dihadapan masyarakat. Pendeta berkedudukan sebagai wakil dan juru bicara gereja, sebagai perantara antara gereja dengan masyarakat.
4. Ahli
- Pendeta selain harus mempunyai pengetahuan Alkitab yang berotoritas/menyeluruh, harus pula mempunyai pengetahuan yang cukup mengenai organisasi gereja.
5. Memimpin dan mengontrol
- Di dalam hati jemaat pendeta memang merupakan seorang pemimpin. Sikap dan perbuatan pendeta seringkali diteladani oleh jemaat, oleh sebab itu pendeta harus memelihara sikap dan perbuatan jemaatnya dengan sebaik-baiknya.
6. Memberi pengarahan atau hukuman
- Pastor dan pendeta mempunyai kuasa mengeluarkan seseorang dari keanggotaan gereja.
7. Teladan
- Pendeta di hadapan jemaatnya adalah wakil Allah, maka perbuatan, perkataan, pakaian dan hiasannya dan sebagainya harus menjadi teladan.
8. Ayah

Banyak jemaat menganggap pendetanya sebagai bapak rohaninya, sehingga sering menceritakan segala kesusahan kepada pendeta. Pendeta harus mampu dengan sabar mendengar dan dengan penuh simpati menyelami keadaan mereka dan menjaga kerahasiaan cerita tersebut.

9. Penanggung beban/dosa

Pendeta harus ikut serta menanggung beban dosa jemaatnya, merasa sedih atas dosa jemaatnya, dan mendoakan mereka.

Dari penjelasan di atas penulis menyimpulkan tugas pendeta adalah seperti yang dicantumkan dalam Tata Gereja Protestan Batak Karo (GBKP) 2015–2025, Pasal 114 (GBKP, 2015) adalah: Melaksanakan pemberitaan Firman Allah, Melayankan sakramen-sakramen, Melayankan sidi, penerimaan, dan penerimaan kembali warga, Menyampaikan berkat Tuhan dengan penumpangan tangan, Melayani kebaktian-kebaktian, menahbiskan pendeta dengan penumpangan tangan, menahbiskan atau mengukuhkan Pertua dan/atau Diaken, melaksanakan pemberkatan perkawinan, melaksanakan pendidikan dan pembinaan terutama katekisasi, memperhatikan dan menjaga ajaran yang berkembang dalam jemaat agar sesuai dengan Firman Allah dan ajaran GBKP, melaksanakan Tri Tugas Panggilan Gereja, yaitu: persekutuan, kesaksian, dan pelayanan, melaksanakan kegiatan lainnya membantu, mendukung, mendirikan, menjadi inspirasi, dan menyediakan fasilitas bagi perkembangan masyarakat.

2.5 Hubungan Konsep Diri dan Stres Kerja

Konsep diri berhubungan erat dengan sukses atau gagal dalam karir hidup. Fabella (1993) mengemukakan sebuah hasil dari para peneliti dan dan pekerja klinik telah mengetahui untuk bertahun-tahun bahwa dalam suatu situasi dimana individu menilai rendah dirinya, akan merasa dirinya tanpa bantuan serta menderita berbagai kegagalan, adapun anggapan seperti ini sesungguhnya membuat dia benar-benar gagal dalam situasi tersebut.

Wijono (2011) mengemukakan ada individu yang merasa mempunyai kemampuan untuk mengatasi stres kerja tetapi ada juga individu yang tidak mempunyai kemampuan mengatasi stres kerjanya. Hal tersebut sangat tergantung dari konsep diri yang dimiliki oleh individu yang berbeda-beda pada setiap individu. Harga diri merupakan cara penerimaan seseorang dan usaha untuk melakukan evaluasi terhadap diri sendiri atau disebut sebagai konsep diri. Jika seseorang mempunyai konsep diri positif, maka ia mempunyai harga diri tinggi sehingga ia dapat mengembangkan diri dalam kondisi, situasi atau peristiwa yang mengganggu, menekan atau mengancam dirinya, akibatnya ia mengalami stres kerja yang rendah. Sebaliknya, jika ia mempunyai harga diri yang rendah dalam menghadapi kondisi, situasi atau peristiwa yang mengganggu, menekan atau mengancam dalam pekerjaannya, maka ia akan mengalami stres kerja yang tinggi karena rasa percaya dirinya juga rendah.

Menurut Agustinus (2014) yang menyebabkan para pendeta perlu membangun konsep dirinya dengan baik dan benar adalah karena: (1) Pendeta adalah manusia baru yang ada dalam proses pertumbuhan dan perubahan menuju

keserupaan seperti Kristus. Dalam perjalanan menuju keserupaan itulah, seorang pendeta perlu memiliki pengenalan diri yang baik dan benar sehingga ia tahu sejauh mana ia telah berubah dan bertumbuh dalam hidupnya. (2) Tugas pelayanan pendeta mencakup tugas dan tanggung jawab untuk membina relasi dengan sesamanya. Dalam membina relasi tidak dapat dilepaskan dari pengenalan dan penerimaan dirinya sendiri. (3) Pendeta yang memiliki konsep diri yang keliru berpotensi menghadapi problem-problem pribadi yang menghalanginya dalam pelaksanaan tugas dan tanggung jawabnya.

Dari penjelasan ini penulis menyimpulkan hubungan konsep diri yang negatif berpengaruh terhadap peningkatan stres kerja, khususnya bagi pendeta yang memiliki pemahaman tentang konsep dirinya yang cenderung negatif tidak sebanding dengan penghargaan yang diberikan dalam jabatan rohani yang diembannya. Semakin seseorang mengenal dan memanfaatkan kekuatan sendiri, semakin bertambah pula rasa kepercayaan diri dalam melakukan antaraksi jangka panjang dan jangka pendek.

2.6 Hubungan Kecerdasan Emosional dan Stres Kerja

Ketidakmampuan menghadapi emosi di tempat kerja adalah penyebab utama *anomie* (di mana tidak adanya nilai atau standar yang dapat diterima atau menunjang dari perilaku yang ada) dalam lingkungan kerja yang dapat mengakibatkan penderitaan pada individu. Tantangan bagi individu dengan bekerja pada perusahaan atau organisasi adalah menjembatani jurang antara apa yang kita ketahui dan apa yang kita lakukan. Individu bisa saja dihadapkan pada

saat-saat tidak mampu mengelola diri dengan efektif, mensalah artikan isyarat emosional orang lain, atau tidak berempati. Individu membutuhkan kecerdasan emosional, disiplin, kematangan, dan kemauan untuk mengubah kebiasaan menghancurkan diri dan perilaku buruk untuk menciptakan kedamaian dalam diri dan kemampuan antara pribadi. Huruf E dari EQ adalah untuk *Empower* (pemberdayaan) orang lain untuk tumbuh dan bekerja optimal sebagai anggota tim yang bersinergis. Ini penting bagi kesejahteraan kehidupan organisasi dan membutuhkan usaha dari setiap orang untuk mewujudkannya menjadi kenyataan (Patton, 1998).

Goleman (2016) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kapasitas untuk mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain, untuk memotivasi diri dan untuk mengelola emosi diri sendiri dalam hubungannya dengan orang lain.

Stein (2003) menjelaskan kecerdasan emosional sangat diperlukan dalam mengatasi stres sebagai kemampuan menghadapi peristiwa yang tidak menyenangkan dan situasi yang penuh tekanan tanpa menjadi berantakan, dengan efektif, optimis dan mampu menangani dengan tenang dan memegang kendali.

Dari penjelasan ini penulis menyimpulkan hubungan kecerdasan emosional yang rendah akan sangat berpengaruh terhadap stres kerja pendeta, khususnya bagi pendeta yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang rendah yang sikapnya tentu tidak sejalan dengan jabatan rohani yang diembannya. Kecerdasan emosional merupakan ketahanan menanggung stres dengan tetap

tenang dan sabar, tanpa terbawa emosi dan tidak menyerah pada rasa tidak berdaya.

2.7 Hubungan antara konsep diri dan kecerdasan emosional dengan stres kerja

Stres kerja timbul karena adanya hubungan interaksi dan komunikasi antara individu dengan lingkungannya. Berbagai gejala stres dapat dilihat dari adanya perubahan fisiologis, psikologis ataupun sikap tertentu dari pengalaman individu dan persepsinya terhadap tempat kerja yang semua itu dapat menjadi faktor penyebab timbulnya stres kerja.

Pemahaman terhadap diri merupakan salah satu faktor penting di dalam memahami perilaku sosial. Bagaimana individu memandang diri sendiri berpengaruh pada bagaimana individu tersebut memandang dan memperlakukan orang lain. Pada saat memahami orang lain, diri bisa berfungsi sebagai sumber informasi mengenai persamaan dan perbedaan, sebagai standar dalam mengevaluasi orang lain (Rahman, 2014). Disamping itu kecerdasan emosional juga merupakan faktor penting lain dalam berinteraksi dan komunikasi dengan orang lain. Inti dari kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang dalam mengelola dan mengekspresikan emosi sesuai dengan kondisi yang terjadi, berupa kesadaran emosi, bagaimana mengungkapkan emosi secara tepat, memotivasi diri, memahami orang lain dan menjalin hubungan dengan orang secara harmonis.

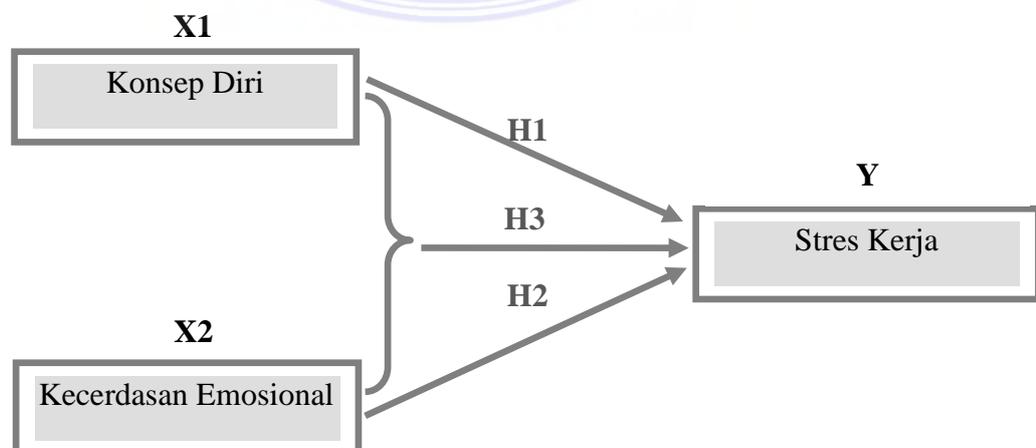
Bachman (dalam Stein, 2003) mencermati keterkaitan konsep kesadaran akan diri dengan kecerdasan emosional memungkinkan individu

memiliki sikap yang mandiri, tidak ragu-ragu untuk mengungkapkan kemampuan dengan efektif, mampu bekerja mencapai sasaran dengan cara mengelola waktu, mengolah informasi, dan meningkatkan kemampuan berkomunikasi dan bernegosiasi, serta memiliki optimis dan kebahagiaan, yang menciptakan suasana hati yang stabil sehingga individu dapat mengatasi stres, penolakan, frustrasi, dan kekecewaan dalam pekerjaan.

Dari penjelasan ini penulis menyimpulkan hubungan konsep diri dan kecerdasan emosional yang negatif dan/atau rendah akan sangat berpengaruh terhadap peningkatan atau penurunan stres kerja pendeta. Dimana konsep kesadaran akan diri dengan kecerdasan emosional memungkinkan individu menerima diri sendiri dan perasaannya sehingga individu memiliki sikap yang mandiri, optimis dan mampu mengatasi stres, penolakan, frustrasi, dan kekecewaan dalam pekerjaannya.

2.8 Kerangka Konseptual

Gambar 3.2 Kerangka Konseptual



2.9 Hipotesis

Berdasarkan teori-teori dan penjelasan diatas, maka dalam penelitian ini penulis mengajukan tiga hipotesis sebagai berikut:

- H1** Terdapat hubungan yang negatif antara konsep diri dengan stres kerja pada Pendeta Gereja Batak Karo Protestan (GBKP) Di Wilayah Langkat dengan asumsi semakin positif konsep diri pendeta, maka semakin rendah stres kerja. Sebaliknya semakin negatif konsep diri pendeta maka semakin tinggi stres kerja.
- H2** Terdapat hubungan yang negatif antara kecerdasan emosional dengan stres kerja pada Pendeta Gereja Batak Karo Protestan (GBKP) Di Wilayah Langkat dengan asumsi semakin tinggi kecerdasan emosional pendeta, maka stres kerja semakin rendah. Sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosional pendeta maka semakin tinggi stres kerja.
- H3** Terdapat hubungan yang negatif antara konsep diri dan kecerdasan emosional yang secara bersama-sama berhubungan dengan stres kerja pada Pendeta Gereja Batak Karo Protestan (GBKP) Di Wilayah Langkat dengan asumsi konsep diri yang positif dan kecerdasan emosional yang tinggi maka secara bersama-sama mempengaruhi stres kerja menjadi rendah. Sebaliknya konsep diri yang negatif dan kecerdasan emosional yang rendah secara bersama-sama mempengaruhi stres kerja menjadi tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Rahman, Agus, 2014. *Psikologi Sosial Integrasi Pengetahuan Wahyu dan Pengetahuan Empirik*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Ahyak, Moh, 2014. *Mengatasi Pikiran Negatif*. Yogyakarta: Saufa
- Azwar, Saifuddin, 2009. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, Saifuddin, 2007. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Anoraga, Panji, 2009. *Psikologi Kerja*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Arikunto, Suharsimi, 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Chandra, Robby I., 2003. *Ketika Aku Dipanggil Melayani-Nya*. Jakarta: Binawarga
- Colbert, Don. 2008. *Emosi Yang Mematikan*. Jakarta: Imanuel Publishing House
- Collins, Gary R., 1989. *Konseling Kristen Yang Efektif*. Malang: Seminari Alkitab Asia Tenggara
- Darmaputera, Eka, 2005. *Gereja Harus Bertumbuh*. Yogyakarta: Penerbit Kairos
- Fabella, Armant T., 1993. *Sanggup Mengatasi Stress*. Jakarta: Indonesia Publishing House Offset
- GBKP, Moderamen, 2015. *Tata Gereja GBKP 2015-2025*. Kabanjahe: Moderamen GBKP
- Gintings, E.P., 2006. *Pendeta Dipimpin dan Dipakai Oleh Roh Kudus*. Medan: PGI SUMUT
- Gintings, E.P., 2002. *Gembala dan Pengembalaan*. Kabanjahe: Abdi Karya
- Goleman, Daniel, 2016. *Emotional Intelligence, Kecerdasan Emosional; Mengapa EI lebih penting dari IQ*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Hartono & Soedarmadji, Boy, 2014. *Psikologi Konseling Edisi Revisi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group

- Koeswara, E., 1988. *Agresi Manusia*. Bandung: PT Aresco
- Luthans, Fred, 2006. *Perilaku Organisasi*. Yogyakarta: Penerbit Andi
- Patton, Patricia, 1998. *Emotional Intelligence Di Tempat Kerja*. Jakarta: PT Pustaka Delapratasa
- Poerwardanaminta, W.J.S., 1988. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka
- Puspasari, Amarylla, 2009. *Emotional Intelligent Parenting: Mengukur Emotional Intelligence Anak dan Membentuk Pola Asuh Berdasarkan Emotional Intelligent Parenting*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo
- Rahmat Hidayat, Dede, 2011. *Teori Dan Aplikasi Psikologi Kepribadian Dalam Konseling*. Penerbit Ghalia Indonesia (Anggota IKAPI)
- Ruben, Agustinus, 2014. *Konsep Diri*. Langkat: CV. Mitra
- Tyson, Shaun & Jackson, Tony, 2000. *The Essence Of Organizational Behaviour: Perilaku Organisasi*. Yogyakarta: Penerbit Andi
- Semium, Yustinus, OMF, 2013. *Teori-Teori Kepribadian Psikoanalitik Kontemporer Jilid 1*. Yogyakarta: Kanisius
- Simanjuntak, Julianto, 2014. *Pendeta Panggilan, Kepribadian, dan Keluarganya*. Tangerang: Pelikan Indonesia
- Stein, Steven J., & E.Book, Howard, 2003. *Ledakan EQ: 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses*. Bandung: Kaifa
- Strauch, Alexander, 1992. *Manakah Yang Alkitabiah Kepenatuaan atau Kependetaan*, Yogyakarta: Yayasan Andi
- Suryabrata, Sumadi, 2005. *Alat Ukur Psikologis*. Yogyakarta: C.V Andi Offset
- Suryabrata, Sumadi, 2007. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Sunyoto Munandar, Ashar, 2001. *Psikologi Industri Dan Organisasi*. Jakarta: Universitass Indonesia (UI-Press)
- Wade, Carole dan Tavis, Carol, 2007. *Psikologi Jilid 2*. Jakarta: Erlangga

Walz, Edgar, 2001. *Bagaimana Mengelola Gereja Anda*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia

Winarti, Euis, 2003. *Pengembangan Kepribadian*. Jakarta: Fajar LP3i

Wipperman, Jean, 2007. *Meningkatkan Kecerdasan Emosional*. Jakarta: Prestasi Pustaka

Wongso, Peter, 2002. *Theologia Penggembalaan*. Malang: Departemen Literatur SAAT



Lampiran : Data Responden

DATA RESPONDEN

No.	Nama	Alamat Gereja	Subjek
1	Pdt. Agusnamayasari Br Purba	GBKP Kendit	a
2	Pdt. Alemina Br Ginting	GBKP Namoukur	b
3	Pdt. Amenda Br Bangun	GBKP Batu Minjah	c
4	Pdt. Anwar Tarigan	GBKP Saporok	d
5	Pdt. Anwar James Parno Ginting	GBKP Paya Bakung	e
6	Pdt. Brandes Ginting	GBKP Kuala Langkat	f
7	Pdt. Citra Handayani Br Sembiring	GBKP Bahorok	g
8	Pdt. Daniel Florencius Pandia	GBKP Petani Jaya	h
9	Pdt. Dian Sari Br Girsang	GBKP Securai	i
10	Pdt. Diarna Br Sinulingga	GBKP Bangun Mulia	j
11	Pdt. Eliya Beramana Sinuhaji	GBKP Tanjung Keriahen	k
12	Pdt. Elrona Boy Barus	GBKP Kuala Murak	l
13	Pdt. Eriagusti Sari Br Barus	GBKP Cingkes	m
14	Pdt. Ermasandi Br Sembiring	GBKP Simp. Pulo Rambung	n
15	Pdt. Fransiska Adelina Br Sinuraya	GBKP Padang Cermin	o
16	Pdt. Hartta Nasrani Br Ginting	GBKP Batang Serangen	p
17	Pdt. Imanuel Sembiring	GBKP Sawit Seberang	q
18	Pdt. Imelda Elfera Sembiring	GBKP Teuku Umar	r
19	Pdt. Insan Sinurat	GBKP Tiga Sabah	s
20	Pdt. Irena Br Tarigan	GBKP Gerat	t
21	Pdt. Jhon David Sembiring	GBKP Gotong Royong	u
22	Pdt. Josep Sianturi	GBKP Simpang Kuta Buluh	v
23	Pdt. Kalvin Surbakti	GBKP Binjai Langkat	w
24	Pdt. Lamila Br Tarigan	GBKP Tj. Bale Beruam	x
25	Pdt. Lestari Br Bukit	GBKP Simpang Awas	y
26	Pdt. Lia Afranti Br Sembiring	GBKP Sukarame	z
27	Pdt. Longge Br Sitepu	GBKP Titi Mangga	aa
28	Pdt. Marina Br Ginting	GBKP Pujidadi	ab
29	Pdt. Michal Helena Br Tarigan	GBKP Pasar Pinter	ac
30	Pdt. Meliwaty Br Bukit	GBKP Serbajadi	ad
31	Pdt. Melkisedek Sembiring	GBKP Tanjung Pura	ae
32	Pdt. O.K. Imanuel Ginting	GBKP Tanah Merah	af
33	Pdt. Oryza Sativa Br Sembiring	GBKP Pasar II Namutrasi	ag
34	Pdt. Rasta Ulina Br Tarigan	GBKP Tanjung Langkat	ah
35	Pdt. Rehmuli Br Ginting	GBKP Stabat	ai

36	Pdt. Resta Riswanto Barus	GBKP Nangka Lima	aj
37	Pdt. Rio Berseba Bangun	GBKP Rumah Galuh	ak
38	Pdt. Sri Kejora Br Tarigan	GBKP Telagah	al
39	Pdt. Tesalonika Br Ginting	GBKP Pasar IV Namutrase	am
40	Pdt. Vempy Sembiring	GBKP Pasar 7 Kw. Mencirim	an
41	Pdt. Yoanita Br Tarigan	GBKP Aman Dame	ao
42	Pdt. Yunus Sembiring	GBKP Selayang	ap



Lampiran : Skala Penelitian

SKALA KONSEP DIRI

Petunjuk :

- Bacalah pernyataan berikut dengan seksama, kemudian berilah tanda “SILANG (X)” atau tanda “CHECKLIST (√)” pada kolom yang disediakan.
- Pilihlah jawaban
 SS = Sangat Setuju
 S = Setuju
 KS = Kurang Setuju
 TS = Tidak Setuju

Nama : _____

Tempat Tugas : _____

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	KS	TS
1	Saya merasa bahwa saya memiliki tubuh yang proporsional				
2	Saya merasa sepintar teman-teman saya yang lain				
3	Saya berani untuk berbicara di depan umum				
4	Saya tidak merasa bahwa penampilan saya saat ini kelihatan buruk				
5	Saya tidak sembarangan teman dalam memilih bergaul				
6	Saya tidak kesulitan memahami setiap pertanyaan yang diajukan oleh jemaat				
7	Anggota tubuh saya sesuai dengan keinginan				
8	Saya tetap percaya diri berada diantara pendeta yang kaya				
9	Dalam persidangan di gereja saya dapat dengan mudah untuk mengutarakan pendapat saya				
10	Saya tidak merasa kesal bila ada yang memuji fisik saya				
11	Saya tidak merasa takut bila di suruh berkhotbah pada pejabat dan pemimpin instansi				
12	Saya orang yang tidak lama dalam mengambil keputusan				
13	Saya merasa cocok mengenakan semua jenis pakaian				
14	Saya peduli akan orang disekitar saya				
15	Saya mudah putus asa ketika mengalami kegagalan				
16	Saya tidak sembarangan dalam memperhatikan setiap				

	kandungan gizi pada makanan				
17	Saya tidak suka jalan-jalan tanpa teman-teman				
18	Saya tidak dapat menyelesaikan masalah saya sendiri				
19	Saya merasa penampilan saya cukup menarik				
20	Saya prihatin melihat teman saya yang mengalami kesusahan				
21	Suatu acara mungkin sukses kalau saya menjadi ketuanya.				
22	Saya tidak jelek				
23	Dalam acara adat saya tidak suka hanya berperan sebagai pendeta saja.				
24	Saya tidak kaku dalam melakukan sesuatu kegiatan				
25	Saya memperhatikan waktu istirahat dan tidur saya				
26	Saya dapat mengerjakan segala hal tanpa bantuan orang lain				
27	Saya tidak takut mengecewakan orang yang memberi kepercayaan kepada saya				
28	Saya sering mendapat peluang karena faktor keberuntungan				
29	Saya tidak berani menghadapi persoalan sulit sehingga memilih pura-pura sakit				
30	Saya akan menyelesaikan pekerjaan ketika sudah diingatkan oleh majelis Gereja				

SKALA KECERDASAN EMOSIONAL

Petunjuk :

1. Bacalah pernyataan berikut dengan seksama, kemudian berilah tanda “SILANG (X)” atau tanda “CHECKLIST (√)” pada kolom yang disediakan.
2. Pilihlah jawaban
 - SS = Sangat Setuju
 - S = Setuju
 - KS = Kurang Setuju
 - TS = Tidak Setuju

Nama _____ :

Tempat Tugas : _____

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	KS	TS
1	Saya tahu kalau saya sedang sedih				
2	Saya sadar bahwa perasaan malu untuk memberi pendapat mengganggu kesulitan saya dalam pelayanan				
3	Saya belajar walaupun tidak ada kegiatan pelayanan				
4	Saya bersedia mendengar keluh kesah sesama pendeta				
5	Pada saat pertama memasuki tempat penempatan pelayanan saya cepat beradaptasi dengan lingkungan saya				
6	Saya tidak sedih kehilangan barang kesayangan saya				
7	Suasana yang menegangkan tidak dapat membuat saya berfikir dengan tenang				
8	Saya tidak ingin mengabaikan setiap pemberian orang lain				
9	Saya merasa tidak perlu mengenali emosi orang lain				
10	Saya merasa sulit mengajak orang yang baru saya kenal untuk pergi bersama				
11	Saya ingin melupakan saja ejekan dari orang yang menghina saya				
12	Saya merasa maklum bila keinginan saya tidak terpenuhi				
13	Saya rajin mengikuti kegiatan-kegiatan digereja bukan untuk mencari perhatian jemaat.				
14	Saya merasa prihatin dengan teman yang berkeluh kesah pada saya				
15	Saya akan selalau bersikap baik pada setiap orang yang				

	datang menemui saya				
16	Saya tidak sedih melihat musuh saya sedih				
17	Bila orangtua atau pasangan saya mengecewakan saya maka saya tidak diam di daalm rumah				
18	Saya tidak menyadari kelemahan saya di pelayanan sehingga saya lebih giat belajar				
19	Perasaan saya tergugah ketika melihat berita bencana di TV				
20	Saya tetap tidak percaya diri melayani pelayanan khotbah meskipun saya sudah belajar dan persiapan				
21	Saya tahu persis hal-hal yang membuat saya malas melaksanakan kegiatan pelayanan				
22	Saat saya marah saya tetap peduli dengan barang yang ada di sekitar saya				
23	Saya akan ikut prihatin bila ada yang kena musibah				
24	Saya peduli pada pengumuman gotong royong di lingkungan saya				
25	Saya tidak merasa terganggu bila ditegur oleh majelis gereja				
26	Saya tidak memaafkan bila sahabat saya mengecewakan saya				
27	Bila ada teman pendeta yang bermasalah maka mereka tidak akan datang pada saya untuk meminta solusi				
28	Saya melupakan teman saya yang tidak sengaja memegang ke pala saya				
29	Saya dapat menerima hasil pemikiran orang lain meskipun berbeda dengan pemikiran saya				
30	Saya tidak pernah berani menonton film yang ada adegan kekerasannya (action)				

SKALA STRES KERJA

Petunjuk :

1. Bacalah pernyataan berikut dengan seksama, kemudian berilah tanda “SILANG (X)” atau tanda “*CHECKLIST* (√)” pada kolom yang disediakan.
2. Pilihlah jawaban
 - SS = Sangat Setuju
 - S = Setuju
 - KS = Kurang Setuju
 - TS = Tidak Setuju

Nama _____ :

Tempat Tugas : _____

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	KS	TS
1	Saya merasa nyaman ketika diperlakukan secara spesial oleh jemaat.				
2	Tugas-tugas saya membuat saya harus mengatur waktu tidur malam				
3	Saya merasa nyaman ketika saya harus menyelesaikan semua masalah administrasi surat-menyurat di gereja				
4	Saya sering tetap optimis dengan kondisi keuangan yang terbatas				
5	Belakangan ini saya sering sekali memikirkan bagaimana memenuhi kebutuhan sehari-hari				
6	Saya tidak nyaman ketika masyarakat sosial memperlakukan saya sebagai tokoh yang diteladani				
7	Tugas-tugas yang saya hadapi tidak mendukung kesehatan saya				
8	Saya tidak suka membuang-buang waktu hanya untuk masalah administrasi surat-menyurat gereja saja.				
9	Pengeluaran saya sering sekali tidak sesuai budget				
10	Saya merasa pasangan saya tidak mendukung pekerjaan saya sebagai pendeta				
11	Berada di tengah jemaat membuat saya sering merasa dimiliki				
12	Saya selalu melibatkan diri dalam kegiatan yang di dalam jemaat				
13	Saya merasa harus menguasai masalah administrasi surat-				

	menyurat di gereja				
14	Saya merasa apa yang saya kerjakan sebanding dengan gaji yang saya terima.				
15	Peran sebagai pendeta, sebagai orangtua dan anak dalam keluarga sering sekali membuat saya kewalahan membagi waktu				
16	Saya tidak bebas mengatur melakukan apa saja yang saya suka di depan jemaat				
17	Saya merasa tidak mampu menyelesaikan semua tugas-tugas yang diberikan kepada saya				
18	Saya tidak suka mengurus administrasi surat-menyurat walau mengerti				
19	Saya sering sekali tidak tepat dalam menyusun program serta menghitung anggaran biayanya				
20	Saya merasa keluarga saya menuntut saya di rumah dan mengabaikan tugas saya				
21	Saya merasa percaya diri ketika melakukan pelayanan di jemaat atau masyarakat.				
22	Saya merasa pekerjaan saya sama beratnya dengan pekerjaan teman saya yang lain				
23	Saya menyelesaikan urusan administrasi surat-menyurat gereja karena saya ingin melakukannya.				
24	Saya membuat rencana anggaran pengeluaran untuk mengatasi pengeluaran yang berlebihan				
25	Pasangan saya saya sering mendung saya sekalipun saya menghabiskan waktu di luar				
26	Saya tidak perlu bisa menunjukkan karakter asli saya di depan jemaat atau masyarakat				
27	Saya tidak terganggu dengan semua pekerjaan yang diharapkan jemaat untuk saya kerjakan				
28	Keuangan yang terbatas tidak mengurangi semangat kerja saya				
29	Saya tidak merasa kecewa dengan keluarga saya yang tidak mengerti kesibukan saya sebagai pendeta				
30	Saya merasa sedih ketika saya tidak bisa berkumpul dengan keluarga				

Lampiran : Data Penelitian

KONSEP DIRI

NO	subjek	item																															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
1	a	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	4	2	2	4	2	2	2	3	3	4	2	3	3	2	2	2	3	2	4	4	78	6084
2	b	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	4	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	4	3	77	5929	
3	c	4	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	79	6241
4	d	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	4	4	3	2	87	7569
5	e	3	1	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	1	2	4	4	3	1	3	2	3	1	3	4	2	4	4	81	6561
6	f	3	2	4	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	4	4	83	6889
7	g	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	4	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	75	5625
8	h	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	4	2	1	1	3	3	3	3	3	3	1	1	3	4	4	4	78	6084
9	i	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	4	3	3	3	2	2	2	4	3	88	7744
10	j	4	3	3	4	1	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	2	4	2	89	7921
11	k	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	2	3	3	2	3	4	3	3	82	6724
12	l	2	2	3	3	2	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	4	1	3	3	2	3	1	4	3	4	3	80	6400
13	m	2	1	3	3	4	2	2	3	2	3	2	2	2	4	4	2	3	2	2	4	1	3	3	2	2	1	3	2	4	4	77	5929
14	n	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	69	4761
15	o	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	2	2	4	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	93	8649
16	p	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	4	2	4	2	3	3	1	2	2	3	4	83	6889
17	q	2	2	3	4	3	3	2	4	4	3	4	4	2	4	3	2	2	4	3	4	1	4	4	4	2	3	2	4	1	4	91	8281
18	r	3	3	4	3	1	3	3	4	3	4	2	2	1	4	3	3	4	3	3	4	2	4	3	3	2	1	1	3	3	3	85	7225
19	s	4	3	3	3	1	4	3	3	3	3	4	3	2	4	4	3	4	3	3	4	2	4	4	4	2	2	3	4	4	4	97	9409
20	t	2	2	3	1	2	3	4	3	3	4	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	2	4	3	3	4	84	7056
21	u	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	4	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	4	3	4	81	6561
22	v	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	84	7056
23	w	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	89	7921

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 21/1/20

Access From (repository.uma.ac.id)21/1/20

24	x	1	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	4	4	80	6400
25	y	3	2	3	3	1	3	3	3	3	2	3	2	2	4	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	79	6241
26	z	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	86	7396
27	aa	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	2	3	81	6561	
28	ab	1	1	3	3	2	2	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	2	3	3	4	1	4	3	2	2	1	4	3	4	4	81	6561
29	ac	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	1	2	3	2	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2	1	4	3	4	3	80	6400
30	ad	3	3	3	3	2	2	2	1	1	2	2	3	2	3	2	3	4	3	3	3	1	3	4	3	3	2	3	3	3	4	79	6241
31	ae	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	1	3	2	3	2	3	3	4	3	3	4	3	2	3	2	3	4	4	88	7744
32	af	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	4	3	3	4	3	2	1	1	4	4	4	92	8464
33	ag	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	4	3	87	7569
34	ah	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	76	5776
35	ai	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	4	4	4	88	7744
36	aj	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	4	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	73	5329
37	ak	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	1	3	3	3	2	4	4	3	2	2	2	2	4	1	81	6561
38	al	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	2	2	3	1	84	7056
39	am	3	1	4	3	4	3	3	4	3	1	3	1	3	2	2	4	1	4	3	3	1	3	3	3	3	1	4	4	4	4	85	7225
40	an	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	1	4	81	6561
41	ao	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	77	5929
42	ap	2	2	2	2	2	2	2	1	1	3	1	2	2	3	2	2	3	2	1	4	1	2	1	1	2	2	3	4	2	2	61	3721

KECERDASAN EMOSIONAL

NO	subjek	item																															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
1	a	3	4	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	1	3	3	3	2	4	1	1	4	4	80	6400
2	b	4	4	3	3	2	4	1	4	4	1	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	97	9409
3	c	3	2	3	4	4	3	1	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	2	4	3	3	3	4	3	2	3	3	1	2	3	87	7569
4	d	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	92	8464
5	e	4	3	3	4	3	3	3	2	4	2	3	3	4	4	3	3	3	1	3	2	3	4	3	3	3	3	4	2	3	4	92	8464
6	f	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	92	8464
7	g	3	4	2	3	3	2	1	3	3	1	2	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	81	6561
8	h	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	1	3	2	2	3	3	3	3	3	3	0	3	4	79	6241
9	i	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1	3	4	92	8464
10	j	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	88	7744
11	k	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	3	4	2	3	3	3	3	4	3	2	2	3	87	7569	
12	l	3	3	3	3	2	4	2	4	4	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	2	4	3	2	3	3	90	8100
13	m	3	3	4	3	2	3	2	4	4	2	3	3	4	2	4	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	4	4	1	4	4	90	8100
14	n	3	3	3	3	2	3	2	3	3	1	3	3	3	4	4	3	2	2	4	2	4	2	3	3	2	3	3	2	3	4	85	7225
15	o	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	84	7056
16	p	4	4	3	4	2	4	4	4	3	2	4	3	4	4	4	4	3	2	4	1	3	4	4	4	3	4	2	3	3	3	100	10000
17	q	4	4	3	4	3	3	3	4	4	2	4	2	4	3	3	3	4	1	3	4	3	3	3	4	3	2	4	3	4	4	98	9604
18	r	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	1	1	4	103	10609
19	s	4	2	4	4	3	3	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	2	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	106	11236
20	t	4	4	3	4	2	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	89	7921
21	u	3	3	3	3	2	4	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	4	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	86	7396
22	v	3	2	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	93	8649
23	w	3	3	3	4	4	2	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	2	2	1	4	1	4	4	4	4	1	3	2	3	3	92	8464
24	x	4	3	3	3	3	4	2	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	2	4	4	3	4	3	3	3	4	98	9604
25	y	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	91	8281

26	z	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	86	7396		
27	aa	3	3	3	3	2	4	1	3	3	1	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	2	85	7225		
28	ab	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	83	6889			
29	ac	4	4	3	4	4	3	2	4	4	3	3	3	4	4	3	3	2	2	4	4	3	3	4	3	3	3	3	99	9801			
30	ad	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	82	6724		
31	ae	3	2	2	3	3	4	1	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	81	6561		
32	af	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	2	4	4	4	3	3	1	4	3	2	4	4	4	2	3	3	2	3	4	99	9801
33	ag	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	91	8281		
34	ah	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	83	6889		
35	ai	3	2	1	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	1	3	3	3	3	4	3	2	3	3	89	7921	
36	aj	3	4	3	3	2	3	1	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	82	6724	
37	ak	4	2	4	4	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	86	7396		
38	al	3	4	4	4	4	2	2	3	4	2	3	3	4	3	4	4	2	2	3	3	2	3	4	3	3	4	4	2	4	3	95	9025
39	am	4	3	3	3	3	4	2	3	4	2	3	1	3	1	4	4	2	3	3	4	3	3	3	2	4	4	1	3	4	89	7921	
40	an	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	2	4	3	88	7744
41	ao	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	84	7056		
42	ap	3	4	3	3	1	4	1	4	4	1	3	3	3	3	3	4	4	2	1	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	85	7225	

STRES KERJA																																	
NO	subjek	item																															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
1	a	2	2	3	2	2	1	2	3	4	3	3	3	1	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	75	5625
2	b	4	3	2	2	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	88	7744
3	c	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	4	2	2	2	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	3	4	2	3	84	7056
4	d	3	3	2	4	1	3	3	3	2	0	3	3	2	2	2	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	2	4	2	3	81	6561
5	e	1	3	3	4	1	3	3	1	2	4	3	3	3	1	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	3	2	2	2	4	2	87	7569
6	f	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	1	2	3	3	3	3	4	3	2	87	7569
7	g	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	2	3	3	83	6889
8	h	2	1	1	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	76	5776
9	i	3	2	1	4	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	89	7921
10	j	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	4	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	84	7056	
11	k	3	3	3	3	1	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	2	1	3	3	3	3	3	3	2	91	8281
12	l	2	3	2	3	2	2	4	3	2	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	2	3	82	6724
13	m	2	2	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	2	3	2	2	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	86	7396
14	n	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	78	6084
15	o	3	3	2	3	2	3	3	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	82	6724
16	p	2	3	2	4	1	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	2	3	89	7921
17	q	3	4	2	4	3	3	4	1	2	1	4	3	2	1	2	2	3	2	3	3	4	2	2	3	1	2	2	4	3	4	79	6241
18	r	1	4	3	4	1	2	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	3	4	3	4	4	1	4	4	2	3	4	4	1	4	97	9409
19	s	2	4	3	4	4	3	4	2	2	1	4	4	4	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	1	2	92	8464
20	t	2	3	2	3	2	3	3	2	3	4	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	83	6889
21	u	2	3	3	3	2	2	3	2	2	4	2	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	80	6400
22	v	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	86	7396	
23	w	2	3	3	2	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	1	3	1	3	3	3	2	87	7569	
24	x	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	88	7744	
25	y	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	81	6561	

26	z	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2	3	3	3	4	92	8464		
27	aa	2	3	2	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	79	6241	
28	ab	2	3	1	3	1	2	4	2	4	2	3	3	2	2	2	2	4	3	4	3	3	2	2	2	1	3	2	3	3	3	76	5776	
29	ac	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	83	6889		
30	ad	1	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	4	1	81	6561	
31	ae	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	83	6889	
32	af	3	3	3	4	1	4	4	4	3	4	3	4	3	2	2	3	4	4	4	4	3	2	1	4	2	4	4	4	3	3	96	9216	
33	ag	3	3	2	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	89	7921	
34	ah	3	3	2	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	80	6400	
35	ai	2	2	1	3	1	2	4	3	4	4	4	3	2	3	3	3	4	2	4	4	3	3	3	2	4	2	3	3	4	1	86	7396	
36	aj	1	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	76	5776	
37	ak	3	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	89	7921	
38	al	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	4	4	3	1	2	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	90	8100	
39	am	4	3	1	3	3	4	4	2	2	4	3	3	3	1	2	2	4	4	4	2	3	1	1	3	3	4	3	4	2	4	86	7396	
40	an	3	3	2	3	2	3	3	3	2	4	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	83	6889	
41	ao	3	3	2	3	2	2	3	2	3	4	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	82	6724	
42	ap	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	1	3	3	2	3	79	6241

Lampiran : Hasil Uji Asumsi

Scale: KONSEP DIRI

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	42	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	42	100,0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,788	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	78,8810	50,205	,384	,777
VAR00002	79,2143	51,172	,383	,784
VAR00003	78,4762	50,841	,471	,775
VAR00004	78,6905	51,877	,391	,782
VAR00005	78,9524	54,095	,312	,798
VAR00006	78,7619	51,161	,497	,775
VAR00007	78,9524	51,120	,378	,778
VAR00008	78,5476	48,595	,570	,768
VAR00009	78,8571	49,247	,613	,768
VAR00010	78,6905	51,316	,384	,783
VAR00011	78,7143	47,819	,632	,764
VAR00012	79,0714	51,190	,372	,778
VAR00013	79,2143	54,416	,019	,793
VAR00014	78,3571	52,162	,386	,785
VAR00015	78,6190	50,681	,333	,780
VAR00016	78,9048	54,479	,313	,793
VAR00017	78,9524	52,193	,381	,788
VAR00018	78,6667	51,545	,367	,779
VAR00019	78,7381	49,320	,653	,767
VAR00020	78,1905	53,816	,332	,788
VAR00021	79,5476	52,107	,382	,783
VAR00022	78,2619	50,344	,571	,772
VAR00023	78,5714	48,934	,586	,768
VAR00024	78,7143	50,355	,532	,773
VAR00025	79,0000	53,268	,352	,788
VAR00026	79,5476	54,449	,311	,794
VAR00027	79,3571	52,089	,398	,787
VAR00028	78,6190	52,632	,353	,789
VAR00029	78,1667	53,020	,305	,793
VAR00030	78,2619	53,954	,326	,797

Scale: KECERDASAN EMOSIONAL

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	42	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	42	100,0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,762	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	86,6905	41,634	,552	,746
VAR00002	86,9048	43,552	,310	,766
VAR00003	86,9524	42,193	,354	,752
VAR00004	86,6429	41,211	,597	,743
VAR00005	87,2143	43,246	,365	,762
VAR00006	86,7857	43,977	,085	,766
VAR00007	87,5714	42,251	,390	,763
VAR00008	86,8095	41,719	,373	,751
VAR00009	86,5952	40,930	,514	,744
VAR00010	87,6429	40,821	,329	,753
VAR00011	87,0000	42,146	,399	,751
VAR00012	87,0476	42,681	,386	,757
VAR00013	86,5952	40,491	,698	,738
VAR00014	86,7143	42,160	,312	,754
VAR00015	86,7619	42,039	,465	,749
VAR00016	86,7857	43,392	,295	,756
VAR00017	87,3571	44,040	,354	,769
VAR00018	87,2381	43,259	,334	,765
VAR00019	86,9048	43,942	,100	,765
VAR00020	87,0476	42,144	,385	,764
VAR00021	87,1429	43,540	,317	,765
VAR00022	87,0238	41,438	,443	,748
VAR00023	86,6905	41,195	,629	,743
VAR00024	86,8333	42,337	,572	,749
VAR00025	87,3333	41,837	,333	,753
VAR00026	86,6429	43,552	,118	,765
VAR00027	86,9762	41,048	,457	,746
VAR00028	87,7381	44,100	,335	,772
VAR00029	86,9762	44,512	,331	,768
VAR00030	86,6905	41,695	,391	,759

Scale: STRES KERJA

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	42	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	42	100,0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,729	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	82,1905	41,768	,140	,730
VAR00002	81,8333	42,045	,283	,724
VAR00003	82,3095	43,487	-,016	,740
VAR00004	81,6667	40,423	,358	,715
VAR00005	81,8810	40,937	,281	,722
VAR00006	81,9524	41,412	,291	,721
VAR00007	81,5714	41,031	,347	,716
VAR00008	82,0000	39,756	,404	,711
VAR00009	82,0000	42,585	,084	,732
VAR00010	81,5000	41,866	,110	,734
VAR00011	81,6905	41,292	,281	,721
VAR00012	81,5714	40,007	,609	,706
VAR00013	81,8095	40,938	,352	,716
VAR00014	82,1429	42,662	,077	,733
VAR00015	82,1905	44,304	-,099	,742
VAR00016	82,1667	41,306	,280	,722
VAR00017	81,7619	41,893	,197	,725
VAR00018	81,6429	41,406	,299	,719
VAR00019	81,5476	41,034	,413	,714
VAR00020	81,3095	40,951	,343	,716
VAR00021	81,7381	40,735	,434	,713
VAR00022	82,3095	41,682	,187	,726
VAR00023	82,3571	41,943	,137	,730
VAR00024	81,8571	40,906	,333	,717
VAR00025	81,9286	43,775	-,038	,739
VAR00026	82,0238	39,390	,417	,709
VAR00027	82,0238	39,243	,611	,702
VAR00028	81,6429	39,064	,592	,701
VAR00029	82,1905	40,304	,321	,716
VAR00030	81,9048	42,820	,045	,736

NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		KECERDASAN EMOSI	KONSEP DIRI	STRESS KERJA
N		42	42	42
Normal Parameters ^a	Mean	43.05	60.74	89.05
	Std. Deviation	17.212	10.555	25.906
	Absolute	.145	.186	.164
Most Extreme Differences	Positive	.145	.095	.101
	Negative	-.111	-.186	-.164
Kolmogorov-Smirnov Z		.942	1.208	1.066
Asymp. Sig. (2-tailed)		.338	.108	.206

a. Test distribution is Normal.

Means

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
STRESS KERJA * KONSEP DIRI	42	100.0%	0	.0%	42	100.0%

Report

STRESS KERJA

KONSEP DIRI	Mean	N	Std. Deviation
32	36.00	1	.
39	30.00	1	.
45	76.67	3	31.896
48	59.50	2	21.920
49	112.00	1	.

51	111.00	1	.
54	32.00	1	.
55	116.00	1	.
57	104.00	1	.
60	96.50	6	16.766
61	100.50	2	21.920
62	96.50	4	28.478
64	108.33	3	1.155
65	99.50	2	34.648
66	68.00	1	.
69	99.00	5	4.637
70	99.00	3	21.000
72	67.00	1	.
77	96.00	1	.
80	65.00	1	.
81	72.00	1	.
Total	89.05	42	25.906

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
STRESS KERJA *	Between (Combined)	18510.571	20	925.529	2.158	.044
KONSEP DIRI	Groups					
	Linearity	3090.766	1	3090.766	7.208	.004
	Deviation from Linearity	15419.806	19	811.569	1.893	.079
	Within Groups	9005.333	21	428.825		
	Total	27515.905	41			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
STRESS KERJA * KONSEP DIRI	-.335	.112	.820	.673

Means

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
STRESS KERJA * KECERDASAN EMOSI	42	100.0%	0	.0%	42	100.0%

Report

STRESS KERJA

KECERDASAN EMOSI	Mean	N	Std. Deviation
22	103.00	1	.
23	97.75	8	15.239
30	75.00	1	.
32	91.80	5	24.753
33	109.00	1	.
34	117.50	2	4.950
35	98.00	1	.
43	102.80	5	16.514
44	85.00	3	10.000
45	107.50	2	6.364
53	70.00	1	.
54	103.00	2	7.071
56	89.00	1	.
58	40.00	1	.
59	30.00	1	.
65	75.67	3	33.650
71	111.00	1	.

	74	36.00	1	.
	76	54.00	1	.
	89	32.00	1	.
Total		89.05	42	25.906

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
STRESS KERJA * KECERDASAN EMOSI	19769.138	19	1040.481	2.955	.008
Between Groups	19769.138	19	1040.481	2.955	.008
Linearity	7641.735	1	7641.735	21.702	.000
Deviation from Linearity	12127.403	18	673.745	1.913	.074
Within Groups	7746.767	22	352.126		
Total	27515.905	41			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
STRESS KERJA * KECERDASAN EMOSI	-.527	.278	.848	.718

Lampiran : Hasil Analisis Regresi Berganda

Hipotesis 1 Regression

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	KONSEP DIRI ^a		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: STRESS KERJA

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	-.335 ^a	.112	.090	24.711	.112	5.062	1	40	.030

a. Predictors: (Constant), KONSEP DIRI

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3090.766	1	3090.766	5.062	.030 ^a
	Residual	24425.139	40	610.628		
	Total	27515.905	41			

a. Predictors: (Constant), KONSEP DIRI

b. Dependent Variable: STRESS KERJA

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations		
		B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part
1	(Constant)	39.087	22.532		1.735	.090			
	KONSEP DIRI	-.823	.366	.335	2.250	.030	.335	.335	.335

a. Dependent Variable: STRESS KERJA

Hipotesis 2

Regression

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	KECERDASAN EMOSI ^a		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: STRESS KERJA

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.527 ^a	.278	.260	22.290	.278	15.380	1	40	.000

a. Predictors: (Constant), KECERDASAN EMOSI

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	7641.735	1	7641.735	15.380	.000 ^a
	Residual	19874.169	40	496.854		
	Total	27515.905	41			

a. Predictors: (Constant), KECERDASAN EMOSI

b. Dependent Variable: STRESS KERJA

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations		
		B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part
1	(Constant)	123.193	9.361		13.160	.000			
	KECERDASAN EMOSI	-.793	.202	-.527	-3.922	.000	-.527	-.527	-.527

a. Dependent Variable: STRESS KERJA

Hipotesis 3

Regression

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	KONSEP DIRI, KECERDASAN EMOSI ^a		Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: STRESS KERJA

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.553 ^a	.306	.271	22.125	.306	8.605	2	39	.001

a. Predictors: (Constant), KONSEP DIRI, KECERDASAN EMOSI

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	8424.450	2	4212.225	8.605	.001 ^a
	Residual	19091.455	39	489.524		
	Total	27515.905	41			

a. Predictors: (Constant), KONSEP DIRI, KECERDASAN EMOSI

b. Dependent Variable: STRESS KERJA

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations		
		B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part
1	(Constant)	92.639	25.888		3.578	.001			
	KECERDASAN EMOSI	-.703	.213	-.467	-3.301	.002	-.527	-.467	-.440
	KONSEP DIRI	-.439	.347	.179	1.264	.214	.335	.198	.169

a. Dependent Variable: STRESS KERJA