

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **2.1 Kecemasan**

##### **2.1.1 Definisi Kecemasan**

Kecemasan adalah respon tubuh yang sifatnya non spesifik terhadap setiap tuntutan atasnya, misalnya bagaimana respon tubuh seseorang manakala yang bersangkutan mengalami pekerjaan yang berlebihan. Jika seseorang sanggup mengatasinya artinya tidak ada gangguan fungsi organ tubuh, maka dikatakan yang bersangkutan tidak mengalami stres. Namun sebaliknya, Jika seseorang mengalami gangguan pada satu atau lebih fungsi organ tubuh mengakibatkan seseorang tidak lagi dapat menjalankan tugasnya dengan baik, maka seseorang dikatakan cemas (Hawari, 2004).

Luthans (2000) mendefinisikan kecemasan sebagai suatu tanggapan dalam menyesuaikan diri yang dipengaruhi oleh perbedaan individu dan proses psikologis, sebagai konsekuensi dari interaksi lingkungan, situasi atau peristiwa yang terlalu banyak mengadakan tuntutan psikologis dan fisiologis seseorang. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kecemasan timbul karena tuntutan lingkungan dan tanggapan setiap individu.

Menurut Smet (1994) kecemasan adalah respon non-fisik terhadap setiap tuntutan yang dibuat atasnya. Respon yang dimaksud akan timbul ketika ada tuntutan terhadap tubuh fisik, baik berupa suatu kondisi lingkungan yang harus diatasi supaya tetap hidup atau suatu tuntutan yang dibuat sendiri untuk mencapai tujuan. Kecemasan juga dihubungkan oleh

berbagai masalah emosional dan psikologis. Robbin (2001) mendefinisikan kecemasan sebagai suatu kondisi dinamis di mana seorang individu dikonfrontasikan dengan suatu peluang, kendala atau tuntutan yang dikaitkan dengan apa yang sangat diinginkan dan yang dihasilkan, dipersepsikan sebagai tidak pasti dan penting.

Margiati (1999) mendefinisikan kecemasan sebagai reaksi-reaksi emosional dan psikologis yang terjadi pada situasi dimana tujuan individu mendapat halangan dan tidak bisa mengatasinya. Margiati (1999) memandang kecemasan sebagai respon adaptif yang merupakan karakteristik individual dan konsekuensi dari tindakan eksternal, situasi atau peristiwa yang terjadi baik secara fisiologis maupun psikologis. Margiati (1999), memahami kecemasan sebagai ketidakseimbangan keinginan dan kemampuan untuk memenuhinya sehingga menimbulkan konsekuensi penting bagi dirinya.

Dari beberapa uraian di atas, peneliti menyimpulkan bahwa kecemasan merupakan suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berfikir, dan kondisi seseorang di mana seseorang terpaksa memberikan tanggapan melebihi kemampuan penyesuaian dirinya terhadap suatu tuntutan eksternal (lingkungan). Terjadinya kecemasan dikarenakan adanya ketidakseimbangan antara karakteristik kepribadian dengan faktor-faktor eksternal maupun internal penyebab kecemasan dan dapat terjadi pada semua kondisi.

### 2.1.2 Aspek-aspek Kecemasan

Pengaruh kecemasan tidak selalu negatif atau dengan kata lain kecemasan juga dapat memberikan dampak yang menguntungkan. Pada taraf kecemasan tertentu kecemasan diharapkan dapat memacu individu untuk menyelesaikan pekerjaan dengan sebaik-baiknya. Siswa yang berada dalam kondisi kecemasan akan menunjukkan perubahan perilaku. Perubahan tersebut terjadi sebagai bentuk usaha mengatasi kecemasan yang dialami. Aspek-aspek kecemasan menurut Salmawati (2014) dikelompokkan menjadi tiga kategori yaitu:

a) Gejala psikologis

Gejala yang ditunjukkan adalah ketegangan, kecemasan, mudah marah, kebosanan, suka menunda dan lain sebagainya. Keadaan kecemasan seperti ini dapat memacu ketidakpuasan.

b) Gejala fisiologis

Kecemasan menciptakan simtom-simtom penyakit dalam tubuh yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah, sakit kepala, jantung berdebar, bahkan hingga *kardiovaskular*.

c) Gejala perilaku

Kecemasan yang dikaitkan dengan perilaku individu mencakup perubahan dalam produktivitas, absensi. Dampak lain yang ditimbulkan adalah perubahan dalam kebiasaan sehari-hari seperti makan, konsumsi alkohol, gangguan tidur dan lainnya.

Rice (1999) gejala kecemasan meliputi gejala psikologis, gejala fisiologis, dan gejala perilaku. Gejala psikologis antara lain: (1) kecemasan, ketegangan, kebingungan dan mudah tersinggung; (2) perasaan frustrasi, rasa marah, dan dendam (kebencian); (3) sensitif dan *hyperreactivity*; (4) memendam perasaan, penarikan diri, dan depresi; (5) komunikasi yang tidak efektif; (6) perasaan terkucil dan terasing; (7) kebosanan dan ketidakpuasan kerja; (8) kelelahan mental, penurunan fungsi intelektual dan kehilangan konsentrasi; (9) kehilangan spontanitas dan kreativitas; dan (10) menurunnya rasa percaya diri.

Adapun gejala fisiologis dari kecemasan diantaranya : (1) meningkatnya denyut jantung, tekanan darah dan kecenderungan mengalami penyakit *kardiovaskular*; (2) meningkatnya sekresi dari hormon stres, yaitu *adrenalin* dan *noradrenalin*, (2) gangguan *gastrointestinal*, misalnya gangguan lambung; (3) meningkatnya frekuensi dari luka fisik dan kecelakaan; (4) kelelahan secara fisik dan kemungkinan mengalami sindrom kelelahan yang kronis (*chronic fatigue syndrome*); (5) gangguan pernapasan, termasuk gangguan dari kondisi yang ada; (6) gangguan pada kulit; (7) sakit kepala, sakit pada punggung bagian bawah, ketegangan otot; (8) gangguan tidur; dan (10) rusaknya fungsi imun tubuh, termasuk risiko tinggi kemungkinan terkena kanker.

Gejala perilaku diantaranya adalah: (1) suka menunda, menghindari pekerjaan, dan absen dari pekerjaan; (2) menurunnya prestasi (*performance*) dan produktivitas; (3) meningkatnya penggunaan minuman keras dan obat-

obatan; (4) perilaku sabotase dalam pekerjaan; (5) perilaku makan yang tidak normal (kebanyakan) sebagai pelampiasan, mengarah ke obesitas; (6) perilaku makan yang tidak normal (kekurangan) sebagai bentuk penarikan diri dan kehilangan berat badan secara tiba-tiba, kemungkinan berkombinasi dengan tanda-tanda depresi; (7) meningkatnya kecenderungan berperilaku beresiko tinggi, seperti menyetir dengan tidak hati-hati dan berjudi; (8) meningkatnya agresivitas, *vandalisme*, dan kriminalitas; (9) menurunnya kualitas hubungan interpersonal dengan keluarga dan teman; (10) kecenderungan untuk melakukan bunuh diri.

Berdasarkan pendapat para ahli mengenai aspek-aspek kecemasan maka dapat disimpulkan bahwa indikator kecemasan ada tiga, yaitu gejala psikologis, gejala fisiologis, dan gejala perilaku.

### **2.1.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi Kecemasan**

Smet (1994) mengemukakan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan yaitu :

- a. Kondisi individu: umur, tahap kehidupan, jenis kelamin, tempramen, faktor-faktor genetik, intelegensi, pendidikan, suku, kebudayaan, status ekonomi, dan kondisi fisik.
- b. Karakteristik kepribadian: introvert-ekstrovert, stabilitas emosi secara umum, kepribadian (*hardiness*), *locus of control*, kekebalan dan ketahanan.
- c. Sosial-kognitif: dukungan sosial yang dirasakan, jaringan sosial, kontrol pribadi yang dirasakan.

d. Hubungan dengan lingkungan sosial, dukungan sosial yang diterima.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan timbul dari internal maupun eksternal. Faktor yang mempengaruhi kecemasan dari internal adalah kondisi individu, karakteristik kepribadian, sosial kognitif dan lingkungan.

#### **2.1.4 Sumber-Sumber Kecemasan**

Sarafino (1998) membedakan sumber-sumber kecemasan sebagai berikut :

##### **1. Sumber-sumber kecemasan dalam diri seseorang**

Secara umum sumber kecemasan itu ada dalam diri seseorang, salah satunya melalui kesakitan. Tingkat kecemasan yang muncul tergantung pada keadaan rasa sakit dan umur individu, kecemasan juga akan muncul dalam diri seseorang melalui penilaian dari kekuatan motivasional yang melawan, jika seseorang mengalami konflik. Konflik merupakan sumber kecemasan yang utama.

##### **2. Sumber-sumber kecemasan dalam lingkungan keluarga**

Kecemasan bersumber dari interaksi di antara para anggota keluarga, seperti perselisihan dalam keuangan, perasaan saling acuh tak acuh, kemauan yang saling berbeda, perceraian orang tua, dan kematian orang tua.

##### **3. Sumber-sumber kecemasan dalam pekerjaan**

Pekerjaan sebagai rutinitas yang seringkali sangat memberatkan dan tidak sesuai dengan kemampuan.

#### 4. Sumber-sumber kecemasan yang berasal dari lingkungan

Lingkungan yang dimaksud di sini adalah lingkungan fisik, seperti kebisingan, suhu yang terlalu panas dan kondisi kebersihan lingkungan yang kurang nyaman.

#### **2.1.5 Penyebab Kecemasan**

Adapun menurut Robbins (2006) dia mengutarakan bahwa ada beberapa penyebab kecemasan, yaitu :

1. Tuntutan tugas merupakan faktor yang dikaitkan pada pekerjaan seseorang seperti kondisi kerja, tata kerja letak fisik.
2. Tuntutan peran, berhubungan dengan tekanan yang dikerjakan dalam suatu organisasi.
3. Tuntutan antar pribadi, merupakan tekanan yang diciptakan oleh individu lain.
4. Struktur organisasi, gambaran instansi yang diwarnai dengan struktur organisasi yang tidak jelas, kurangnya penjelasan mengenai jabatan, peran, wewenang, dan tanggung jawab.
5. Kepemimpinan, beberapa pihak selaku pimpinan dalam gaya manajemen pada organisasi dapat membuat iklim organisasi yang melibatkan ketegangan, ketakutan dan kecemasan.

## 2.2 *Hardiness*

### 2.2.1 Definisi *Hardiness*

Tipe kepribadian atau pola perilaku lain yang akhir-akhir ini sering dibicarakan adalah (*hardiness* atau '*hard personality*'), sebuah gagasan dari Kobasa (1982) membahas mengenai faktor yang paling rentan memicu adanya kecemasan serta bagaimana cara mengatasi kecemasan melalui sikap *hardiness* dan kesehatan. Penelitian ini mengatakan adanya perbedaan individu dalam memberikan kendali terhadap pribadinya, hal ini adalah salah satu alasan mengapa sebagian orang yang berada di bawah tekanan kecemasan mudah terserang penyakit, namun sebagian orang tidak. *Hardiness* membedakan individu yang memiliki struktur karakteristik kepribadian yang menjadi kekuatan dasar untuk menemukan kapasitas dalam mengatasi tekanan sehingga dapat menciptakan tingkah laku aktif dalam lingkungan dan perasaan bermakna yang menarik atau menetralkan efek negatif stress. *Hardiness* adalah salah satu dari tipe kepribadian yang menunjukkan keberhasilan dalam menghadapi tekanan stres atau kecemasan, *hardiness* juga merupakan struktur dari karakteristik kepribadian yang dapat dipercaya memberi gambaran individu yang tetap sehat walau dalam keadaan kurang baik sekalipun. Sedangkan menurut Santrock (2005: 605), *hardiness* adalah gaya kepribadian dengan karakteristik komitmen (dibanding pengasingan), kontrol (dibanding lemah), dan mempersepsikan suatu yang masalah sebagai tantangan (dibanding ancaman).



Menurut Sevianita (2015) *Hardiness* merujuk pada kemampuan untuk bertahan dengan sikap yang tangguh dan memperlihatkan kesanggupan untuk bangkit kembali dari keadaan menekan, dapat memecahkan masalah, belajar dari pengalaman yang didapat, menjadi lebih sukses dan lebih puas terhadap sesuatu yang dilakukan. Berdasarkan uraian diatas, *hardiness* dapat disimpulkan sebagai karakteristik kepribadian yang mempunyai daya tahan terhadap kejadian-kejadian yang menimbulkan kecemasan. Individu yang memiliki kepribadian *hardiness* mempunyai penyesuaian diri yang adaptif dan positif.

### **2.2.2 Aspek-aspek *Hardiness***

Berbagai penelitian tentang kepribadian *hardiness* merujuk pada aspek-aspek yang dibangun (Nurjahjanti 2011), meliputi :

#### 1) Komitmen.

Komitmen mencerminkan sejauh mana seorang individu terlibat dalam apapun yang sedang diperlukan. Orang yang berkomitmen memiliki suatu pemahaman akan tujuan dan tidak menyerah di bawah tekanan karena mereka cenderung menginvestasikan diri mereka sendiri dalam situasi tersebut.

#### 2) Kontrol.

Kontrol melibatkan keyakinan bahwa individu mampu mempengaruhi kejadian-kejadian dalam hidupnya. Orang-orang yang memiliki ciri ini lebih cenderung meramalkan peristiwa yang penuh kecemasan sehingga dapat mengurangi keterbukaan mereka pada situasi

yang menghasilkan kegelisahan. Selanjutnya, persepsi mereka atas keadaan terkendali dan mengarahkan hal-hal internal untuk menggunakan strategi penanggulangan proaktif.

### 3) Tantangan.

Tantangan merupakan keyakinan bahwa perubahan merupakan suatu bagian yang normal dari kehidupan. Oleh karena itu, perubahan dipandang sebagai suatu kesempatan untuk pertumbuhan dan perkembangan, bukan sebagai ancaman pada keamanan.

#### **2.2.3 Manfaat *Hardiness***

Sevtianita (2015) mengemukakan bahwa individu yang memiliki *hardiness* memiliki kontrol pribadi, komitmen, dan siap dalam menghadapi tantangan, artinya perubahan-perubahan yang terjadi dalam diri maupun di luar dirinya dilihat sebagai suatu kesempatan untuk tumbuh bukan sebagai suatu ancaman terhadap dirinya. Individu yang memiliki kepribadian *hardiness* dianggap dapat memiliki fisik yang tetap sehat dan mental yang stabil meskipun mengalami kejadian-kejadian yang penuh dengan kecemasan.

*Hardiness* merupakan karakteristik kepribadian yang bermanfaat sebagai sumber perlawanan saat individu menemui suatu kejadian yang mengancam (Sukomono, 2009). Kobasa dan Maddi (2005) mengatakan bahwa *hardiness* merupakan suatu struktur kepribadian yang menguntungkan bagi individu untuk dapat menghadapi tekanan-tekanan dalam hidupnya. *Hardiness* merupakan kepribadian yang dapat menyesuaikan dirinya terhadap tuntutan secara tepat dan efektif, dengan kata lain individu yang mempunyai

kepribadian *hardiness* tidak mudah melarikan diri dan menarik diri dari kondisi-kondisi yang mengancam dirinya.

Penelitian yang dilakukan oleh Kobasa (1982), memicu diadakannya beberapa penelitian lanjutan yang menunjukkan bahwa *hardiness* berhubungan dengan kesehatan fisik dan mental (Taylor, 1997: 262). *Hardiness* juga membantu mengurangi respon *cardiovaskular* terhadap stres. Individu yang memiliki kepribadian *hardiness* akan lebih sehat secara fisik dan mental karena adanya komitmen, kontrol, dan tantangan. Individu mempunyai pandangan positif terhadap kejadian-kejadian dalam hidup yang menekan daripada individu yang kurang tangguh. Problem fokus penyelesaian masalah (*focus coping*) yang digunakan individu yang mempunyai kepribadian *hardiness* adalah transformal coping sehingga individu tersebut mampu mengatasi kecemasan yang dialami.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kepribadian *hardiness* memiliki manfaat sebagai tiang penyangga terhadap stres, mencegah individu mengalami gangguan kesehatan yang bersumber dari ketidakmampuan individu mengatasi masalah yang terjadi dalam hidupnya, dan juga membentuk individu yang tahan banting dalam menghadapi setiap tantangan hidup yang dialami.

#### **2.2.4 Indikator Kepribadian *Hardiness***

Kriteria pengukuran kepribadian *hardiness* dijelaskan melalui aspek-aspek yang dikemukakan oleh Nurjanjanti (2011) digunakan peneliti sebagai indikator perilaku pada penyusunan alat ukur variabel kepribadian *hardiness*.

Variabel kepribadian *hardiness* diukur menggunakan *hardiness scale* dari Bartone, Ursano, Wright dan Ingraham (1989), mengenai pengukuran atau indikator tersebut sesuai dengan teori Kobasa (Kreitner & Kinicki, 2005) yakni :

1) Komitmen.

Individu yang memiliki komitmen yang tinggi percaya kepada kemampuan diri sendiri dan kepada apa yang mereka lakukan (Bishop 1994: 168). Individu yang mempunyai kegiatan apapun yang sedang dikerjakan dan perasaan yang wajar akan menuntunnya untuk mengidentifikasi atau memberikan arti pada setiap kejadian dan segala sesuatu yang ada di lingkungannya. Komitmen berperan penting dalam proses menjalankan berbagai kegiatan (Sarafino 1998: 110). Individu dengan komitmen kuat cenderung pantang menyerah ketika menghadapi tekanan, serta dapat meminimalisasi rasa kecemasan dalam diri. Sebaliknya, orang yang mempunyai komitmen rendah akan mudah merasa bosan atau merasa tidak berarti, menarik diri dari tugas-tugas yang harus dikerjakan, pasif, dan lebih suka menghindar dari berbagai aktivitas. Individu yang memiliki komitmen yang rendah akan menilai kejadian yang menimbulkan kecemasan sebagai sesuatu yang hanya dapat ditahan bukan diperbaiki.

## 2) Kontrol.

Kontrol merupakan kecenderungan untuk menerima dan percaya bahwa individu dapat mengontrol dan mempengaruhi suatu kejadian dari pengalamannya, ketika berhadapan dengan hal-hal yang terduga (Sarafino 1998). Orang-orang yang memiliki kontrol yang kuat akan selalu lebih optimis dalam menghadapi masalah-masalah daripada individu yang kontrolnya rendah. Individu dengan kepribadian *hardiness* memiliki kemampuan mengontrol apa yang akan terjadi kepadanya (Bishop 1994: 168).

## 3) Tantangan.

Tantangan mengacu pada kecenderungan untuk memandang suatu perubahan sebagai insentif atau peluang untuk pertumbuhan dan bukan ancaman terhadap keamanan (Sarafino 1998: 110). Individu yang mempunyai tantangan yang kuat adalah individu yang dinamis dan memiliki kemampuan serta keinginan untuk maju, menemukan cara yang lebih mudah untuk menghilangkan atau mengurangi keadaan yang menimbulkan kecemasan dan menganggap kecemasan bukan suatu hambatan. Individu dengan kepribadian *hardiness* berusaha melakukan perubahan dan melihat kondisi yang menekan sebagai suatu tantangan yang menawarkan kesempatan untuk tumbuh (Bishop 1994: 168).

Sebaliknya, individu yang tidak suka tantangan menganggap bahwa sesuatu itu harus stabil karena individu merasa khawatir dengan adanya perubahan, dianggap merusak dan menimbulkan rasa tidak aman serta ancaman. Selain itu individu juga tidak dapat menyambut dengan baik terhadap perubahan dan memandang perubahan sebagai suatu ancaman bukan suatu tantangan dan menghubungkan dengan penekanan dan penghindaran.

Komitmen, kontrol, dan tantangan akan memelihara kesehatan seseorang walaupun berhadapan dengan kejadian-kejadian yang secara umum dianggap suatu kejadian yang menimbulkan stres. Secara lebih spesifik kepribadian *hardiness* adalah orang-orang yang memiliki komitmen, kontrol, dan tantangan yang kuat sehingga orang dengan kepribadian *hardiness* akan cenderung untuk merespon kejadian yang penuh kecemasan dengan cara yang lebih menyenangkan dibanding individu yang mempunyai komitmen, kontrol, dan tantangan yang rendah.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kepribadian tangguh adalah komitmen, kontrol, dan tantangan. Individu yang tangguh memiliki keyakinan untuk dapat mengendalikan kejadian-kejadian hidup dengan keterlibatannya dalam pekerjaan maupun orang-orang dalam hidupnya (komitmen), kemampuannya (kontrol), serta kecenderungan untuk memandang perubahan sebagai sesuatu yang positif (tantangan).

### **2.3 Komunikasi *Interpersonal***

Komunikasi yang baik sangat dibutuhkan oleh siswa dan guru, terlebih kepada guru kesiswaan, sehingga guru harus menguasai cara berkomunikasi yang baik. Salah satu komunikasi ini ialah *interpersonal communication* yaitu komunikasi antar perorangan dan bersifat pribadi baik yang terjadi secara langsung (non-media) atau tidak langsung (media). Fokus teori ini pada bentuk-bentuk dan sifat hubungan, percakapan, interaksi dan karakteristik komunikator. Komunikasi interpersonal ini adalah komunikasi yang hanya dua orang, seperti suami istri, dua sejawat, dua sahabat dekat, guru-murid dan sebagainya (Mulyana, 2000:73). Sedangkan menurut Burgon dan Huffner (2002), komunikasi interpersonal adalah komunikasi yang dilakukan kepada pihak lain untuk mendapatkan umpan balik, baik secara langsung (*face to face*) maupun dengan media.

Menurut Onong Uchjana Effendy (2011:35) Komunikasi merupakan proses yang rumit. Dalam rangka menyusun strategi komunikasi diperlukan suatu pemikiran dengan memperhitungkan faktor-faktor pendukung dan faktor-faktor penghambat. Akan lebih baik apabila dalam strategi itu diperhatikan komponen-komponen komunikasi dan faktor-faktor pendukung dan penghambat pada setiap komponen tersebut.

#### **2.3.1 Peranan komunikator dalam komunikasi**

Menurut Onong Uchjana Effendy (2011:35) faktor yang penting pada diri komunikator bila ia melancarkan komunikasi, yaitu daya tarik sumber (*source attractiveness*) dan kredibilitas sumber (*source credibility*).

#### 1) Daya tarik sumber.

Seorang komunikator akan berhasil dalam komunikasi, akan mampu mengubah sikap, opini, dan perilaku komunikan melalui mekanisme daya tarik jika pihak komunikan merasa bahwa komunikator ikut serta dengannya.

#### 2) Kredibilitas sumber.

Faktor kedua yang bisa menyebabkan komunikasi berhasil ialah kepercayaan komunikan pada komunikator. Kepercayaan ini banyak bersangkutan dengan profesi atau keahlian yang dimiliki seorang komunikator.

Berdasarkan kedua faktor tersebut, seorang komunikator dalam menghadapi komunikan harus bersikap empatik, yaitu kemampuan seseorang untuk memproyeksikan dirinya kepada peranan orang lain.

### **2.4. Hubungan Antar Variabel**

#### **Pengaruh Kepribadian *Hardiness* Terhadap Kecemasan Siswa Menghadapi Gaya Komunikasi Interpersonal Guru Kesiswaan SMK Semen Gresik**

Kepribadian *hardiness* menggambarkan pola perilaku yang mampu mengatasi berbagai tekanan, mampu mengelola emosi dengan baik. Ciri khas kepribadian ini di mana individu memiliki komitmen yang tinggi terhadap pekerjaan yang dilakukan dengan pemahaman yang baik mengenai resiko, kewajiban serta tantangan yang dialami selama bekerja. Komitmen yang tinggi memudahkan individu dalam menyelesaikan masalah stres akibat



tekanan yang ada di lingkungan. Individu dengan kepribadian *hardiness* memiliki kontrol yang baik terhadap emosi serta berbagai pengalaman negatif yang dialami sehingga mampu mengendalikan berbagai situasi yang kurang baik atau kurang menyenangkan selama bekerja yang disebabkan oleh kecemasan di mana justru menurunkan rasa stres tersebut. Tantangan merupakan salah satu ciri dari individu yang memiliki kepribadian *hardiness* di mana senantiasa menerima berbagai tantangan yang muncul dalam sebuah pekerjaan. Tekanan pekerjaan yang dapat menimbulkan rasa stres justru dianggap sebagai hal baru yang harus segera diselesaikan, dicari solusi atas situasi tersebut sehingga rasa stres akibat tekanan cenderung menurun.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Astuti (1994) menunjukkan ada hubungan negatif antara kepribadian *hardiness* dengan kecemasan pada anggota Polri. Peran *hardiness* dengan kecemasan pada anggota Polri di Polresta Yogyakarta sebesar 40 persen. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Giu (2012) menunjukkan ada pengaruh desain organisasi dan tipe kepribadian terhadap kecemasan pegawai pada balai diklat keagamaan manado. Dijelaskan pula terdapat pengaruh yang simultan antara desain organisasi dan tipe kepribadian terhadap kecemasan pegawai diklat keagamaan manado.

Fenomena bagi sebagian pengajar dalam berkomunikasi pada siswa ketika mengajar sebagai tenaga pendidik harus senantiasa memperhatikan tingkah laku, tindak-tanduk, kedisiplinan bahkan cara belajar atau metode belajar siswa. Berbagai perilaku siswa yang bermasalah kerap menimbulkan sikap keras dari pengajar sehingga menimbulkan kecemasan oleh siswa dalam

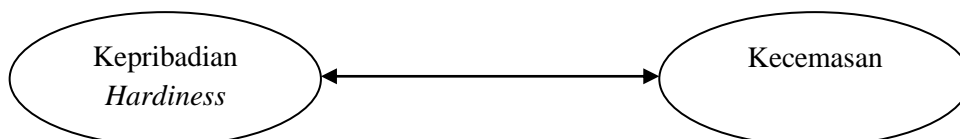
berkomunikasi khususnya pada guru kesiswaan. Siswa mengalami kecemasan disebabkan perasaan tertekan yang dialami dalam menghadapi tuntutan yang disebabkan oleh *stressor* dari lingkungan kerja seperti faktor lingkungan fisik, faktor organisasional dan faktor individu (Rini, 2002). Peran kepribadian *hardiness* dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan sebagai dampak atau respon terhadap interaksi yang ditimbulkan oleh kondisi lingkungan, tipe kepribadian, dan dukungan sosial sehingga semua faktor yang ada di atas merupakan hal yang saling berkaitan. Pernyataan ini didukung oleh sejumlah penelitian. Adapun penelitian tersebut oleh Siboro (2008), mengenai hubungan kondisi dan karakteristik individual dengan kecemasan pada pegawai lembaga permasyarakatan kelas II-B Lubuk Pakam 2008. Frimanto (2008), menjelaskan sebanyak 85% pegawai Lapas kelas I Surabaya mengalami kecemasan karena tidak adanya kesesuaian antara tuntutan yang berkaitan dengan tugas pokok pegawai dan peraturan yang berlaku serta situasi dan fasilitas yang rendah.

Bishop (1994: 167) mengutarakan bahwa, *hardiness* adalah salah satu dari tipe kepribadian yang secara terutama tahan terhadap stres, *hardiness* juga merupakan kombinasi dari karakteristik kepribadian yang dapat dipercaya memberi gambaran individu yang tetap sehat walau dalam keadaan yang kurang baik sekalipun. Sedangkan menurut Santrock (2005: 605), *hardiness* adalah gaya kepribadian dengan karakteristik komitmen (dibanding pengasingan), kontrol (dibanding lemah), dan mempersepsikan suatu yang masalah sebagai tantangan (dibanding ancaman).

Penelitian yang dilakukan oleh Putri (2011) menunjukkan ada hubungan dukungan sosial terhadap kecemasan pada karyawan Balai Besar Wilayah Sungai Pemali Juana Semarang. Dijelaskan pula bahwa adanya hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan. Hal ini ditunjukkan dengan nilai  $p = 0,00$ . Korelasi yang ditunjukkan adalah negatif, artinya semakin besar dukungan sosial yang diberikan maka semakin rendah kecemasan yang muncul. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial yang diberikan maka semakin tinggi kecemasan yang muncul. Kirana (2010) menyebutkan bahwa dukungan sosial adalah transaksi interpersonal yang melibatkan salah satu faktor atau lebih dari karakteristik berikut ini: afeksi (ekspresi menyukai mencintai, mengagumi dan menghormati), penegasan (ekspresi persetujuan, penghargaan terhadap ketepatan, kebenaran dari beberapa tindak pernyataan, pandangan) dan bantuan (transaksi-transaksi di mana bantuan dan pertolongan dapat langsung diberikan seperti barang, uang, informasi dan waktu).

## 2.5 Kerangka Konseptual

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya maka kerangka konseptual dalam penelitian dapat terlihat pada gambar 2.1 dibawah ini.



**Gambar 2.1 Kerangka Konseptual**

Siswa pada masa remaja awal sebagai individu banyak mengalami masalah dalam kehidupannya. Hal ini dikarenakan mereka lebih mengutamakan emosional sehingga kurang mampu menerima pendapat siswa lain yang bertentangan dengan pendapatnya. Emosi siswa seringkali meluap-luap, hal ini disebabkan oleh pemenuhan kebutuhan mereka dan lingkungan yang menghalangi terpenuhkannya kebutuhan tersebut. Emosi yang tinggi tidak berlangsung secara terus menerus selama masa remaja. Dengan bertambahnya umur maka emosi yang tinggi akan mulai mereda atau menuju kondisi yang stabil. Siswa yang pemarah dan agresif seringkali mengalami bias dalam atribusi, terutama dalam mempersepsi situasi sosial. Hal ini mendorong mereka untuk berperilaku agresif ketika menghadapi konflik atau kondisi yang tidak menyenangkan. Remaja berhadapan dengan masa-masa yang menyulitkan karena keadaan emosi yang masih labil. Pada masa remaja awal, perkembangan emosinya menunjukkan sifat sensitif dan reaktif yang sangat kuat terhadap berbagai peristiwa atau situasi sosial, emosinya bersifat negatif dan temperamental (mudah tersinggung, marah, atau mudah sedih/murung). Dengan demikian perlu usaha yang optimal untuk menampilkan emosi yang sesuai dengan tuntutan lingkungan, dan emosi yang positif. Iklim lingkungan yang tidak sehat pada remaja cenderung memberikan dampak yang kurang baik bagi perkembangannya dan sangat mungkin mereka akan mengalami kehidupan yang tidak nyaman, stres atau frustrasi. Artinya apabila lingkungan tersebut bersifat kondusif maka remaja akan cenderung mencapai kematangannya. Apabila remaja tidak mampu

menyiapkan perannya atau kurang mendapat perhatian kasih sayang siswa tua maka remaja akan mengalami kecemasan dan tertekan perasaan, serta akan mengalami ketidaknyamanan emosional

## **2.6 Hipotesis**

Berdasarkan berbagai penjelasan teori dan kerangka konseptual di atas maka hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan antara kepribadian *hardiness* dengan kecemasan siswa menghadapi gaya komunikasi interpersonal guru kesiswaan SMK Semen Gresik.