

**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN
KECEMASAN DALAM MENJALIN HUBUNGAN
LAWAN JENIS PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

**YENY TRIANAWATI
NBI : 511304901**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945
2017**

SURAT PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu 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.

Surabaya, 7 Agustus 2017



Yeny Irianawati
511304901

TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : YENY TRIANAWATI

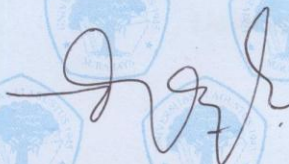
NBI : 511304901

**JUDUL : HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KECEMASAN
DALAM MENJALIN HUBUNGAN LAWAN JENIS PADA
PEREMPUAN DEWASA AWAL**

Surabaya, 7 Agustus 2017

Disetujui Oleh :

Dosen Pembimbing I



Dyan Evita Santi, S.Psi, M.Psi, Psi

Dosen Pembimbing II



Aliffia Ananta, S.Psi, M.Psi, Psi


TANDA PENGESAHAN SKRIPSI

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat – syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal : 7 Agustus 2017

Dewan Penguji :

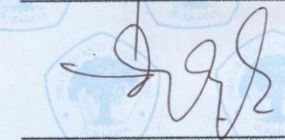
1. Eben Ezer Nainggolan, S.Psi., M.Si., SH., M.Kn



2. Dra. Adnani Budi Utami, MS



3. Dyan Evita Santi, S.Psi., M.Si., Psi.



Mengesahkan
Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Dekan,



Dr. Suroso, MS., Psikolog

Halaman Motto

*Seseorang Akan Dapat Terus Hidup
dan Menikmati Kehidupan
dengan Menerima Realitas dengan Berusaha Bertindak
dan Berperilaku Optimis*

(Dryden Gordon)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah Rabbi' alamin,
puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan segala petunjuk dan ijinnya, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Dengan segala kerendahan hati dan rasa bersyukur tidak terhingga penulis persembahkan skripsi ini untuk,

Keluarga besarku tercinta
ayahku di surga, ibuku yang tidak pernah lelah memberikan nasehat serta doanya,
kakak serta adikku tersayang, Anik, Lusi, Retno, yang telah memberikan semangat, dukungan dan doa-doanya
Seorang terkasih yang selalu hadir untukku Firman Akbar dengan penuh cinta dan sayang tidak lelah memberikanku inspirasi dan motivasi, selalu ada saat suka maupun duka, kamu luar biasa

Kedua Dosen Pembimbing
Ibu Dyan Evita Santi, S.Psi, M.Si, Psi. Ibu Aliffia Ananta, S.Psi.,M.Psi.,Psi. yang telah membimbing saya sehingga dapat menyelesaikan rangkaian proses skripsi ini, yang tidak lelah selalu memberikan semangatnya, agar dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik

Teman-teman seperjuanganku dari awal hingga akhir perkuliahan
Neste (Tria, Fidda, Hikmah, Diniyah, Luluk, Halim, Hanafy, Adik, Rofiq) terimakasih atas segala dukungan kalian, terimakasih atas kebersamaan ini, percayalah karena yang terbaik akan selamanya bersama

Teman-temanku tersayang
In, Dimas, Davi, Mario
Ni Wajan Soebrati, Nuri, Ayu, Amel, Ninis, Debra, Cendy, Muin terimakasih atas dukungan kalian

Seluruh pihak
yang telah membantu penulis dari awal hingga akhir untuk menyelesaikan skripsi ini yang tidak mungkin penulis sebutkan satu persatu terimakasih atas segala partisipasi dan dukungannya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan segala rahmat serta hidayahNya kepada kita semua sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara penerimaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Menjalinkan Hubungan Heteroseksual Pada Wanita Dewasa Awal” sebagai salah satu persyaratan akademis untuk memperoleh gelar kesarjanaan di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Walaupun hasilnya masih jauh dari sempurna, tapi besar harapan saya agar ini bisa menjadi awal pembelajaran dan menambah pengetahuan yang saya miliki.

Skripsi ini tidak terlepas dari berbagai pihak yang telah membantu. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. drg. Hj. Ida Aju Brahmasari, Dipl., DHE., MPE., selaku rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
2. Bapak Dr. Suroso, MS, Psikolog. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
3. Ibu Dyan Evita Santi, S.Psi, M.Si, Psi. selaku dosen pembimbing skripsi
4. Ibu Aliffia Ananta, S.Psi.,M.Psi.,Psi. selaku dosen pembimbing skripsi
5. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah memberikan ilmu dan membimbing penulis dari awal hingga akhir perkuliahan
6. Seluruh keluarga besarku yang telah memberikan dukungan, motivasi dan doanya.
7. Seluruh teman, sahabat seperjuangan dari awal hingga akhir perkuliahan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
8. Seluruh pihak yang telah membantu penulis dari awal hingga akhir untuk menyelesaikan skripsi ini, yang telah memberikan partisipasi serta dukungannya.

Dalam penulisan skripsi ini tentunya saya menyadari sepenuhnya bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan laporan ini baik dalam segi bahasa

maupun segi lainnya. Oleh karena itu saya dengan lapang dada dan tangan terbuka selebar-lebarnya menerima segala bentuk kritik dan saran dari berbagai pihak untuk memperbaiki laporan ini.

Demikian, harapan saya semoga hasil penelitian ini bermanfaat bagi kita semua.

Surabaya, 7 Agustus 2017

Penulis

Yeny Trianawati. (511304901). Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Menjalin Hubungan Lawan Jenis Pada Perempuan Dewasa Awal. Skripsi. Sarjana Strata 1. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 (2017).

ABSTRAK

Tugas perkembangan masa dewasa awal dalam membina hubungan dengan lawan jenis, seringkali menimbulkan masalah bagi sebagian individu. Penyesuaian diri dalam proses menjalin hubungan sosial terlebih hubungan dengan lawan jenis merupakan hal yang sulit, dan menjadikan periode ini suatu periode khusus dan sulit dari rentang kehidupan seseorang, dimana tugas perkembangan yang harus dijalani individu pada rentang usia ini adalah memantapkan hubungannya dengan lawan jenis untuk mempersiapkan diri memasuki usia pernikahan. Penerimaan diri merupakan sikap untuk menilai diri dan keadaannya secara objektif, menerima segala yang ada pada dirinya termasuk kelebihan-kelebihan dan kelemahan-kelemahannya, merupakan aspek yang penting dalam membina hubungan dengan lawan jenis. Individu yang cenderung memandang dan menilai dirinya kurang objektif, akan membuat individu cenderung mengalami kecemasan dalam usahanya menjalin hubungan heteroseksual

Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan dalam menjalin hubungan lawan jenis pada perempuan dewasa awal. Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Mojoroto Kecamatan Mojoroto Kota Kediri Propinsi Jawa Timur dengan melibatkan 102 perempuan dewasa awal. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan metode kuesioner. Data yang didapat dianalisis dengan menggunakan statistik *product moment*.

Berdasarkan hasil analisis data yang dibantu dengan program SPSS versi 20 IBM *for Windows* menunjukkan bahwa hasil (r_{xy}): -0,634. Signifikan: 0,000 ($p \leq 0,01$). Hasil korelasi tersebut menunjukkan ada hubungan yang negatif yang signifikan antara penerimaan diri dengan kecemasan menjalin hubungan lawan jenis pada perempuan dewasa awal. Hal tersebut menunjukkan ada hubungan yang negatif dan sangat signifikan antara penerimaan diri dengan kecemasan menjalin hubungan lawan jenis pada perempuan dewasa awal. Artinya individu yang memiliki penerimaan diri yang kurang baik, maka akan cenderung mengalami kecemasan dalam menjalin hubungan lawan jenis. Aspek penerimaan diri dengan kecemasan dalam menjalin hubungan lawan jenis ditunjukkan dengan nilai *R square* sebesar 0,402 (40,2 %), hal ini menunjukkan bahwa penerimaan diri mempunyai peranan yang cukup signifikan terhadap kecemasan dalam menjalin hubungan lawan jenis pada perempuan dewasa awal.

Kata Kunci : Penerimaan Diri, Perempuan Dewasa Awal, Kecemasan Dalam Menjalin Hubungan Lawan Jenis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	vi
HALAMAN MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
ABSTRAK.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
1. Manfaat Teoritis.....	9
2. Manfaat Praktis	9
BAB II.....	11
TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Dewasa Awal	11
1. Pengertian Dewasa Awal	11
2. Tugas Perkembangan Dewasa Awal	12
3. Minat Pada Masa Dewasa Awal.	13
B. Kecemasan	14
1. Pengertian Kecemasan	14
2. Faktor-Faktor Yang Menyebabkan/Mempengaruhi Kecemasan	16
3. Ciri-Ciri Kecemasan	18
4. Jenis-Jenis Kecemasan	20
5. Kecemasan Dalam Menjalinkan Hubungan Lawan Jenis	21

C. Penerimaan Diri	22
1. Pengertian Penerimaan Diri	22
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri	24
3. Ciri-Ciri Penerimaan Diri	26
D. Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Menjalinkan Hubungan Lawan Jenis	28
E. Kerangka Berpikir	31
F. Hipotesis	32
BAB III	33
METODE PENELITIAN.	33
A. Variabel Penelitian.....	33
B. Definisi Operasional Penelitian.....	33
C. Subyek Penelitian.....	34
D. Metode Pengumpulan Data.....	34
E. Uji Validitas dan Reliabilitas	37
1. Uji Validitas	37
2. Uji Reliabilitas	39
F. Uji Prasarat dan Analisis Data.....	40
1. Uji Prasyarat.....	40
2. Analisis Data	42
BAB IV	43
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.	43
A. Hasil Penelitian.....	43
B. Pembahasan.....	44
BAB V	47
KESIMPULAN DAN SARAN	47
A. Kesimpulan.	47
B. Saran.....	48
1. Bagi Perempuan Dewasa Awal Yang Mengalami Kecemasan.....	48
2. Bagi Peneliti selanjutnya.....	48
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN.....	53

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blue Print Skala Penerimaan Diri.....	36
Tabel 2. Blue Print Skala Kecemasan Dalam Menjalin Hubungan Lawan Jenis	36
Tabel 3. Skoring Jawaban.....	37
Tabel 4. Komposisi Sebaran Aitem Skala Penerimaan Diri.....	38
Tabel 5. Komposisi Sebaran Aitem Skala Kecemasan Menjalin Hubungan Lawan Jenis.....	39
Tabel 6. Tingkat Keandalan <i>Cronbach's Alpha</i>	40

DAFTAR LAMPIRAN

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian	
Tabulasi Data dan Hasil Analisa Data	