

ABSTRAK

Rio Dwi Saputra. 190541100087. Hubungan Penyesuaian Diri Dengan Kecemasan Memilih Pasangan Hidup Pada Laki-Laki Dewasa Awal. Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya, Universitas Trunojoyo Madura. 2023.

Dalam memenuhi tugas perkembangan pada masa dewasa awal individu membutuhkan penyesuaian agar tidak timbul kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penyesuaian diri dengan kecemasan memilih pasangan hidup pada laki-laki dewasa awal. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif inferensial. Subjek penelitian ini adalah 100 laki-laki dewasa awal berumur 20-40 tahun yang belum pernah menikah sama sekali serta belum mendapat pekerjaan dan menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen dalam penelitian ini terdiri dari skala penyesuaian diri (reliabilitas sebesar 0,852) dan skala kecemasan memilih pasangan hidup (reliabilitas sebesar 0,725). Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji korelasi *product moment* dengan bantuan SPSS 25.0 for windows. Hasil korelasi diperoleh nilai sebesar -0,290 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang rendah antara penyesuaian diri dengan kecemasan memilih pasangan hidup pada laki-laki dewasa awal dengan pengaruh negatif. Kesimpulannya, semakin baik penyesuaian diri maka semakin rendah timbulnya kecemasan memilih pasangan hidup pada laki-laki dewasa awal.

Kata Kunci: penyesuaian diri, kecemasan, memilih pasangan hidup, laki-laki, dewasa awal

ABSTRACT

Rio Dwi Saputra. 190541100087. *Relationship between self-adjustment and anxiety in choosing a life partner in early adult males. Psychology Study Program, Faculty of Social Sciences and Cultural Sciences, Trunojoyo University Madura. 2023.*

In fulfilling developmental tasks in early adulthood, individuals need adjustments so that anxiety does not arise. This study aims to determine the relationship between adjustment and anxiety in choosing a life partner in early adult males. This study uses an inferential quantitative approach. The subjects of this study were 100 early adult males aged 20-40 years who had never been married and had never gotten a job and used a purposive sampling technique. The instruments in this study consisted of a self-adjustment scale (reliability of 0.852) and an anxiety scale in choosing a spouse (reliability of 0.725). Data analysis in this study used the product moment correlation test with the help of SPSS 25.0 for windows. Correlation results obtained a value of -0.290 which indicates that there is a low relationship between self-adjustment and anxiety in choosing a life partner in early adult males with a negative influence. In conclusion, the better the adjustment, the lower the anxiety in choosing a life partner in early adult men.

Keywords: self-adjustment, anxiety, choosing a life partner, male, early adulthood

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL.....	
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH.....	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
BAB II	9
2.1 Kecemasan.....	9
2.1.1 Definisi Kecemasan	9
2.1.2 Aspek-Aspek Kecemasan	10
2.1.3 Faktor-Faktor Kecemasan.....	12
2.1.4 Macam-Macam Kecemasan	16
2.1.5 Gejala Kecemasan.....	18
2.1.6 Ciri-Ciri Kecemasan	20
2.1.7 Penanggulangan Kecemasan	21
2.2 Penyesuaian Diri	21
2.2.1 Definisi Penyesuaian Diri	21
2.2.2 Aspek-Aspek Penyesuaian Diri.....	23
2.2.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri.....	28
2.2.4 Bentuk-bentuk Penyesuaian Diri.....	32
2.3 Hubungan Penyesuaian Diri Dengan Kecemasan Memilih Pasangan Hidup Pada Laki-Laki Dewasa Awal	34
2.4 Hipotesis Penelitian.....	38
BAB III.....	39
3.1 Metode Penelitian.....	39
3.2 Variabel Penelitian	39
3.2.1 Definisi Konseptual	39
3.2.2 Definisi Operasional	40
3.3 Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling	40
3.3.1 Populasi.....	40
3.3.2 Sampel	41
3.3.3 Teknik Sampling	41

3.4 Metode Pengumpulan Data	42
3.4.1 Skala Kecemasan Memilih Pasangan Hidup	43
3.4.2 Skala Penyesuaian Diri	43
3.5 Teknik Analisis Data	44
3.5.1 Uji Validitas.....	45
3.5.2 Uji Reliabilitas.....	45
3.5.3 Uji Asumsi	45
3.5.4 Uji Statistik	46
BAB IV	48
4.1 Gambaran Pelaksanaan Penelitian	48
4.2 Hasil Uji Alat Ukur	48
4.2.1 Hasil Analisis Deskriptif Skala	48
4.2.2 Hasil Analisis Deskriptif Aspek Skala Kecemasan Memilih Pasangan Hidup	54
4.2.3 Hasil Analisis Deskriptif Aspek Skala Penyesuaian Diri	58
4.2.4 Hasil Uji Validitas.....	64
4.2.5 Hasil Uji Reliabilitas.....	66
4.2.6 Hasil Uji Normalitas	67
4.2.7 Hasil Uji Linieritas	68
4.2.8 Hasil Uji Hipotesis	69
4.3 Pembahasan	70
4.4 Keterbatasan Penelitian.....	78
BAB V.....	79
5.1 Kesimpulan	79
5.2 Saran.....	79
DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN	87

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3. 1 Skor Skala Kecemasan Memilih Pasangan Hidup dan Penyesuaian Diri	43
Tabel 3. 2 Blue Print Skala Kecemasan Memilih Pasangan Hidup	43
Tabel 3. 3 Blue Print Skala Penyesuaian Diri	44
Tabel 3. 4 Interpretasi Koefisien Korelasi	47
Tabel 4. 1 Gambaran Subjek Berdasarkan Usia	48
Tabel 4. 2 Rumus Batas Kategori Statistik Deskriptif	48
Tabel 4. 3 Hasil Analisis Deskriptif Skala.....	49
Tabel 4. 4 Kategori Skor Skala Kecemasan Memilih Pasangan Hidup.....	50
Tabel 4. 5 Kategori Skor Skala Penyesuaian Diri	52
Tabel 4. 6 Hasil Analisis Deskriptif Aspek Skala Kecemasan Memilih Pasangan Hidup.....	54
Tabel 4. 7 Kategori Skor Aspek Suasana Hati	55
Tabel 4. 8 Kategori Skor Aspek Pikiran	56
Tabel 4. 9 Kategori Skor Aspek Motivasi	56
Tabel 4. 10 Kategori Skor Aspek Perilaku	57
Tabel 4. 11 Kategori Skor Aspek Gejala Biologis	58
Tabel 4. 12 Hasil Analisis Deskriptif Aspek Skala Penyesuaian Diri	58
Tabel 4. 13 Kategori Skor Kontrol Terhadap Emosi Yang Berlebihan	60
Tabel 4. 14 Kategori Skor Mekanisme Pertahanan Diri Yang Minimal.....	61
Tabel 4. 15 Kategori Skor Mekanisme Frustrasi Personal Yang Minimal	61
Tabel 4. 16 Kategori Skor Pertimbangan Rasional dan Kemampuan Mengarahkan Diri	62
Tabel 4. 17 Kategori Skor Kemampuan Untuk Belajar dan Memanfaatkan Pengalaman Masa Lalu	63
Tabel 4. 18 Kategori Skor Sikap Realistik dan Objektif	64
Tabel 4. 19 Uji Validitas Skala Penyesuaian Diri	65
Tabel 4. 20 Skala Penyesuaian Diri Setelah Aitem Gugur Dikeluarkan	66
Tabel 4. 21 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kecemasan Memilih Pasangan Hidup...	67
Tabel 4. 22 Hasil Uji Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri	67
Tabel 4. 23 Hasil Uji Normalitas.....	68
Tabel 4. 24 Hasil Uji Linieritas	68
Tabel 4. 25 Hasil Uji Hipotesis Correlation Pearson Product Moment	69

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual	37
Gambar 3. 1 Rumus Pengambilan Sampel	41

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 : Rancangan Skala Penyesuaian Diri	88
Lampiran 2 : Rancangan Skala Kecemasan Memilih Pasangan Hidup	88
Lampiran 3 : Informed Consent	88
Lampiran 4 : Skala Siap Saji Penyesuaian Diri	88
Lampiran 5 : Skala Siap Saji Kecemasan Memilih Pasangan Hidup	88
Lampiran 6 : Tabulasi Data Skala Penyesuaian Diri	88
Lampiran 7 : Tabulasi Data Skala Kecemasan Memilih Pasangan Hidup	88
Lampiran 8 : Uji Validitas Skala Penyesuaian Diri	88
Lampiran 9 : Uji Validitas Skala Kecemasan Memilih Pasangan Hidup	88
Lampiran 10 : Uji Reliabilitas	88
Lampiran 11 : Uji Normalitas	88
Lampiran 12 : Uji Linieritas	88
Lampiran 13 : Uji Hipotesis Correlation Product Moment	88
Lampiran 14 : Hasil Analisis Deskriptif Skala	88