

**HUBUNGAN HARGA DIRI DAN KECEMASAN MEMILIH
PASANGAN PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL DI KOTA
MALANG**

SKRIPSI



Oleh:

Safira Reduk Penalun

NIM 18410219

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2022

**HUBUNGAN HARGA DIRI DAN KECEMASAN MEMILIH
PASANGAN PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL DI KOTA
MALANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh
gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh :

Safira Reduk Penalun
NIM 18410219

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2022

HALAMAN PERSETUJUAN
HUBUNGAN HARGA DIRI DAN KECEMASAN MEMILIH
PASANGAN PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL DI KOTA
MALANG

SKRIPSI

Oleh:

Safira Reduk Penalun

NIM 18410219

Telah disetujui oleh :

Dosen Pembimbing

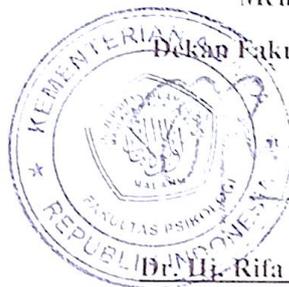


Fuji Astutik, M. Psi.

NIP. 199004072019032013

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Dr. Hj. Rifa Hidayah, M. Si.

NIP. 197611282002122001

HALAMAN PENGESAHAN
HUBUNGAN HARGA DIRI DAN KECEMASAN MEMILIH PASANGAN
PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL DI KOTA MALANG

SKRIPSI

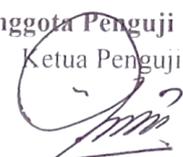
Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal, 26 Juli 2022

Susunan Dewan Penguji

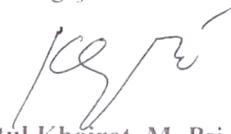
Dosen Pembimbing


Fuji Astutik, M. Psi.
NIP. 199004072019032013

Anggota Penguji Lain
Ketua Penguji


Drs. Zamul Arifin, M. Ag.
NIP. 196506061994031003

Penguji Utama


Umdatul Khoirot, M. Psi.
NIP. 19900501201802012198

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Tanggal, 17 Agustus 2022

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Hj. Rifa Hidayah, M. Si.
NIP. 197611282002122001

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Safira Reduk Penalun

NIM : 18410219

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang peneliti buat dengan judul **“Hubungan Harga Diri dan Kecemasan Memilih Pasangan pada Perempuan Dewasa Awal di Kota Malang”**, adalah benar-benar hasil penelitian sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika kemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini peneliti buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar peneliti bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 12 Agustus 2022



METERAI
TEMPEL
10000
Rp 10.000

Safira Reduk Penalun

NIM 18410219

MOTTO

فَاصْبِرْ صَبْرًا جَمِيلًا (المعارج : ٥)

“Maka bersabarlah kamu dengan sabar yang baik”

(Departemen Agama, *Al-Qur'an Terjemah*, 1992, hlm. 217)

PERSEMBAHAN

Penelitian ini peneliti persembahkan untuk :

Ibu peneliti Humaini yang sudah bersusah payah membesarkan peneliti seorang diri sehingga peneliti mampu bertahan sejauh ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang memberikan peneliti kesehatan dan kelapangan rahmat, taufiq dan hidayahnya sehingga peneliti dapat menyelesaikan hasil penelitian ini. Sholawat beserta salam semoga tetap peneliti curahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW yang senantiasa memberikan kita syafaatnya.

Peneliti menyadari bahwa tanpa *support* dan *guidance* dari banyak pihak sangatlah sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan penelitian ini dengan judul “Hubungan Harga Diri dan Kecemasan pada Perempuan Dewasa Awal di Kota Malang”. Oleh karena itu peneliti pada kesempatan ini ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. H. M. Zainuddin, MA., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M. Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Aprilia Mega Rosidana, M. Si., selaku Dosen Wali selama menempuh pendidikan sarjana.
4. Fuji Astutik, M. Psi., selaku Dosen Pembimbing yang sudah membimbing dan memberikan banyak *advice*, serta meluangkan waktu untuk membantu peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini.
5. Segenap Civitas Akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberikan banyak *insight* dan bimbingan selama ini.

6. Semua pihak yang telah berkontribusi dalam proses studi peneliti di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Semoga Allah SWT memberikan *reward* yang setimpal atas bantuan dan bimbingan yang telah diberikan sehingga penelitian ini dapat selesai. Peneliti menyadari bahwa penelitian ini sangat jauh dari kata *perfect* untuk itu peneliti sangat terbuka dengan kritik dan saran yang membangun demi sempurnanya penelitian ini. Akhir kata, dengan kerendahan hati peneliti berharap penelitian ini dapat berguna dan bermanfaat bagi publik.

Malang, 08 Agustus 2022

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan.....	11
D. Manfaat.....	11
BAB II KAJIAN TEORI.....	13
A. Harga Diri	13
1. Pengertian Harga Diri.....	13
2. Aspek-aspek Harga Diri	15
3. Faktor-faktor yang Dapat Mempengaruhi Harga Diri Seseorang.....	15
4. Kategori Harga Diri.....	17
B. Kecemasan.....	18
1. Pengertian Kecemasan	18
2. Aspek-Aspek Kecemasan.....	20
3. Faktor-Faktor Kecemasan	21
4. Tingkat Kecemasan	23
5. Pengertian Kecemasan Memilih Pasangan Hidup.....	25
6. Hubungan antara Harga Diri dan Kecemasan Memilih Pasangan Hidup.....	26
7. Telaah Teks Psikologi Kecemasan.....	28
8. Telaah Teks Islam tentang Kecemasan	33
9. Hipotesis.....	40

BAB III METODE PENELITIAN	42
A. Jenis Penelitian	42
B. Identifikasi Variabel Penelitian	42
C. Definisi Operasional	43
1. Harga Diri	43
2. Kecemasan	44
D. Strategi Penelitian	45
1. Populasi	45
2. Sampel	46
3. Teknik Sampling	47
E. Metode Pengumpulan Data	48
1. Instrumen Penelitian	48
2. Validitas dan Reliabilitas	49
F. Analisis Data	53
1. Menentukan Kategorisasi	53
2. Uji Normalitas	55
3. Uji Linieritas	55
4. Uji Hubungan Korelasi	55
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 57
A. Gambaran Objek Penelitian	57
1. Sejarah Singkat Kota Malang	57
2. Waktu dan Tempat	58
3. Jumlah Subjek Penelitian	58
4. Hambatan Penelitian	58
B. Hasil Penelitian	59
1. Uji Asumsi	59
2. Uji Linieritas	60
3. Analisis Deskriptif	61
4. Uji Hipotesis	65
C. Pembahasan	66
1. Tingkat Harga Diri Dewasa Awal Kota Malang	66
2. Tingkat Kecemasan Memilih Pasangan Wanita Dewasa Awal	68
3. Hubungan antara Harga Diri dengan Kecemasan Memilih Pasangan pada Wanita Dewasa Awal	71
 BAB V PENUTUP	 73
A. Kesimpulan	73
B. Saran	74
 DAFTAR PUSTAKA	 76

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Analisis Komponen Teks Kecemasan dalam Psikologi.....	31
Tabel 2. 2 Analisis Ma'ani Mufaradat Teks Islam tentang Kecewa (QS. An-Nisa:9)	34
Tabel 2. 3 Analisis Ma'ani Mufaradat Teks Islam tentang Kecewa (QS. Al-Fusilat:30).....	35
Tabel 2. 4 Analisis Ma'ani Mufaradat Teks Islam tentang Kecewa (QS. Ar-Rum:21)	36
Tabel 2. 5 Analisis Ma'ani Mufaradat Teks Islam tentang Kecewa (QS. Ali-Imran:139)	36
Tabel 2. 6 Tabel Analisis Komponen Al-Qur'an Kecemasan.....	38
Tabel 3. 1 Sebaran Penduduk Kota Malang.....	45
Tabel 3. 2 Sebaran Perempuan Dewasa Kota Malang	45
Tabel 3. 3 Tabel Krejcie dan Morgan	46
Tabel 3. 4 Sebaran Sampel.....	48
Tabel 3. 5 Distribusi Skala Likert	49
Tabel 3. 6 Blueprint Item Skala Harga Diri Sebelum Diuji Coba	50
Tabel 3. 7 Blueprint Item Skala Harga Diri Setelah Diuji Coba.....	50
Tabel 3. 8 Blueprint Skala Kecemasan dalam Memilih Pasangan Sebelum Diuji Coba.....	51
Tabel 3. 9 Blueprint Skala Kecemasan dalam Memilih Pasangan Setelah Diuji Coba.....	52
Tabel 3. 10 Uji Reliabilitas Skala	53
Tabel 4. 1 Hasil Uji Normalitas	60
Tabel 4. 2 Hasil Uji Linieritas.....	61
Tabel 4. 3 Skor Hipotesis Harga Diri.....	62
Tabel 4. 4 Kategorisasi Tingkat Harga Diri	62
Tabel 4. 5 Kategorisasi Skor Harga Diri.....	63
Tabel 4. 6 Kategorisasi Tingkat Kecemasan Memilih Pasangan.....	64
Tabel 4. 7 Kategori Tingkat Kecemasan.....	64
Tabel 4. 8 Kategori Skor Kecemasan.....	64
Tabel 4. 9 Hasil Uji Korelasi.....	66

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Skor Harga Diri	8
Gambar 1. 2 Skor Kecemasan	9
Gambar 2. 1 Pola Teks Kecemasan	30
Gambar 2. 2 Mapping Konsep Teks Psikologi	32
Gambar 2. 3 Pola Teks Islam Kecemasan.....	37
Gambar 2. 4 Mapping Konsep Psikologi	39
Gambar 4. 1 Diagram Kategorisasi Harga Diri.....	63
Gambar 4. 2 Diagram Kategorisasi Kecemasan	65

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Bukti Konsultasi Skripsi.....	80
Lampiran 2: Kuisisioner Survey Harga Diri Menyebabkan Kecemasan.....	81
Lampiran 3: Skala Penelitian	82
Lampiran 4: <i>Inform Consent</i>	84
Lampiran 5: Keseluruhan Skor Item Variabel Harga Diri	85
Lampiran 6: Keseluruhan Skor Item Variabel Kecemasan Memilih	95
Lampiran 7: Kategorisasi Harga Diri dan Kecemasan.....	104
Lampiran 8: Hasil Uji Normalitas.....	113
Lampiran 9: Hasil Uji Linieritas	114
Lampiran 10: Hasil Uji Hipotesis	115
Lampiran 11: CVR Kecemasan	116
Lampiran 12: Hasil Uji Validitas Harga Diri.....	122
Lampiran 13: Hasil Uji Validitas Kecemasan.....	125

ABSTRAK

Penalun, Safira Reduk. 18410219. Psikologi. 2022. Hubungan Harga Diri dan Kecemasan Memilih Pasangan pada Dewasa Awal di Kota Malang. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing: Fuji Astutik, M. Psi.

Kata Kunci: Harga Diri, Kecemasan

Kecemasan memilih pasangan hidup merupakan rasa khawatir yang dihadapi individu dalam memilih pasangan yang tepat dan sesuai dengan kehendak individu tersebut. Kecemasan memilih pasangan hidup dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor tertentu seperti tingkat harga diri yang dimiliki seseorang. Berdasarkan pra penelitian yang dilakukan, peneliti menemukan bahwa 40 dari 70 wanita dewasa awal merasakan kecemasan dalam memilih pasangan. Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana tingkat kecemasan memilih pasangan pada perempuan dewasa awal? Bagaimana tingkat harga diri perempuan dewasa awal? Serta adakah hubungan antara harga diri dan kecemasan pada perempuan dewasa awal?

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat harga diri dan tingkat kecemasan memilih pasangan pada dewasa awal Kota Malang. Serta membuktikan hubungan antara harga diri dengan kecemasan memilih pasangan dewasa awal Kota Malang.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah 53.026 orang, adapun sampel yang diperoleh adalah 381 orang. Data yang dikumpulkan menggunakan metode *random sampling*. Analisis data yang digunakan adalah teknik analisis korelasi *product moment* dengan alat analisis berupa aplikasi program IBM SPSS versi 23.0 *for windows*.

Hasil analisis menunjukkan bahwa taraf harga diri yang dimiliki dewasa awal kota malang berada pada kategori sedang dengan presentase 97%. Kemudian taraf kecemasan memilih pasangan juga berada pada kategori sedang dengan presentase 67% dari total keseluruhan responden. Hasil analisis korelasi menunjukkan adanya hubungan positif antara harga diri dan kecemasan memilih pasangan hidup dengan nilai r_{xy} sebesar 0,391 dan (p) 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa hasil penelitian tersebut menolak hipotesis H_0 dan menerima H_1 yakni adanya hubungan antara harga diri dan kecemasan memilih pasangan. Hubungan ini menunjukkan bahwa wanita dewasa awal merasakan kecemasan dalam memilih pasangan karena khawatir standar pasangan yang mereka tetapkan tidak terpenuhi. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi harga diri semakin tinggi pula kecemasan seorang perempuan dalam memilih pasangan. Begitu pula sebaliknya, semakin tinggi kecemasan seseorang semakin tinggi pula harga diri yang dimilikinya.

ABSTRACT

Penalun, Safira Reduk. 18410219. *Psychology*. 2022. *The Correlation between Self-Esteem and Anxiety in Choosing a Partner in Early Adulthood in Malang City*. Faculty of Psychology. Islamic State University of Maulana Malik Ibrahim Malang.

Advisor: Fuji Astutik, M. Psi

Keywords: Self-Esteem, Anxiety

Anxiety about choosing a life partner is a sense of worry faced by individuals in choosing the right partner and in accordance with the wishes of the individual. Anxiety about choosing a life partner can be influenced by certain factors such as the level of self-esteem that a person has. Based on a pre-research conducted, researchers found that 40 out of 70 early adult women felt anxious about choosing a partner. The formulation of the problem in this study is how the level of anxiety in choosing a partner in early adult women is? What is the level of self-esteem of early adult women? And is there a relationship between self-esteem and anxiety in early adult women?

This study aims to determine the level of self-esteem and the level of anxiety in choosing a partner in early adulthood Malang City. As well as proving the relationship between self-esteem and anxiety choosing an early adult partner in Malang City.

This research is a quantitative research. The population used in this study was 53,026 people, while the sample obtained was 381 people. Data collected using random sampling method. Analysis of the data used is a product moment correlation analysis technique with an analytical tool in the form of an application program IBM SPSS version 23.0 for windows.

The results of the analysis show that the level of self-esteem possessed by early adults in the city of Malang is in the medium category with a percentage of 97%. Then the level of anxiety in choosing a partner is also in the moderate category with a percentage of 67% of the total respondents. The results of the correlation analysis showed that there was a positive relationship between self-esteem and anxiety about choosing a life partner with an r_{xy} value of 0.391 and (p) 0.000. This shows that the results of this study reject the hypothesis H_0 and accept H_1 which is the relationship between self-esteem and anxiety about choosing a partner. This relationship shows that early adult women feel anxiety in choosing a partner because they are worried that their partner standards will not be met. Based on these results indicate that the higher the self-esteem the higher the anxiety of a woman in choosing a partner. Vice versa, the higher the anxiety of a person, the higher the self-esteem he has.

مستخلص البحث

فنالون, سفيرا ردوك. 2021 العلاقة بين احترام الذات والقلق في اختيار الشريك في مرحلة البلوغ المبكر في مدينة مالانج. قسم علم النفس، كلية علم النفس، جامعة الإسماعيلية احلكومية موالنا مالك إبراهيم مالنج.

مشرفة : فوجي أستوتيك

الكلمات المفتاحية: تقدير الذات ، القلق

القلق من اختيار شريك الحياة هو إحساس بالقلق يواجهه الأفراد في اختيار الشريك المناسب ووفقاً لرغبات الفرد. يمكن أن يتأثر القلق بشأن اختيار شريك الحياة بعوامل معينة مثل مستوى احترام الذات لدى الشخص. بناءً على بحث تم إجراؤه مسبقاً ، وجد الباحثون أن 40 من بين 70 امرأة بالغة في وقت مبكر شعرن بالقلق بشأن اختيار شريك. تكمن صياغة المشكلة في هذه الدراسة في مدى مستوى القلق في اختيار الشريك لدى النساء البالغات في سن مبكرة؟ ما هو مستوى احترام الذات لدى النساء البالغات في سن مبكرة؟ وهل هناك علاقة بين احترام الذات والقلق لدى النساء البالغات في سن مبكرة؟ تهدف هذه الدراسة إلى تحديد مستوى احترام الذات ومستوى القلق في اختيار الشريك في مرحلة البلوغ المبكر مدينة مالانج. بالإضافة إلى إثبات العلاقة بين احترام الذات والقلق عند اختيار شريك بالغ مبكر في مدينة مالانج.

هذا البحث هو بحث كمي. كان عدد السكان المستخدم في هذه الدراسة 53.026 شخصاً ، بينما كانت العينة التي تم الحصول عليها 381 شخصاً. تم جمع البيانات باستخدام طريقة أخذ العينات العشوائية. تحليل البيانات المستخدمة هو تقنية تحليل الارتباط اللحظي للمنتج مع أداة تحليلية في شكل برنامج تطبيق IBM SPSS الإصدار 23.0 للنوافذ.

تظهر نتائج التحليل أن مستوى احترام الذات لدى البالغين الأوائل في مدينة مالانج يقع في الفئة المتوسطة بنسبة 97%. ثم يكون مستوى القلق في اختيار الشريك أيضاً في الفئة المتوسطة بنسبة 67% من إجمالي المستجيبين. أظهرت نتائج تحليل الارتباط وجود علاقة إيجابية بين تقدير الذات والقلق بشأن اختيار شريك الحياة بقيمة $r_{xy} 0.391$ و $p) 0.000$. وهذا يدل على أن نتائج هذه الدراسة ترفض فرضية H_0 وتقبل H_1 وهي العلاقة بين احترام الذات والقلق بشأن اختيار الشريك. تُظهر هذه العلاقة أن النساء البالغات في سن مبكرة يشعرن بالقلق عند اختيار شريك لأنهن يخشين من عدم تلبية معايير شركائهن. بناءً على هذه النتائج تشير إلى أنه كلما ارتفع تقدير الذات كلما زاد قلق المرأة في اختيار الشريك. بالعكس ، كلما زاد القلق ، زاد تقدير المرء لذاته.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia akan terus bertumbuh, melalui berbagai tahap kehidupan, tahap kehidupan manusia dimulai dari mereka lahir, tumbuh menjadi dewasa dan menjadi tua. Ketika melewati tahap demi tahap kehidupan manusia akan memiliki banyak tugas dan tuntutan yang harus dipenuhi yaitu tugas perkembangan. Pertukaran umur dari masa remaja ke masa dewasa merupakan hal yang penting dan pasti akan dilewati semua individu. Masa pergantian dari remaja ke dewasa adalah masa dimana seorang individu akan mulai mengeksplorasi dirinya, hidup terpisah atau mandiri dari orang tua, mengembangkan kemampuan-kemampuan yang ada pada dirinya dan mulai membentuk hubungan dengan lawan jenis (Rosalinda & Michael, 2019). Erikson berpendapat bahwa *intimacy vs isolation* adalah tahap dewasa awal, pada tahapan ini salah satu tugas yang dimiliki dewasa awal adalah membangun *emotional bonding* bersama orang lain, tujuan membangun relasi, berbagi perasaan, saling *support* secara emosional, dan hidup berdampiang. Sehingga jika hal itu tidak terpenuhi seorang individu tidak dapat membangun intimasi dengan orang lain dan tidak dapat membangun hubungan dekat dengan orang lain, individu akan merasa terisolasi dan kesepian sehingga terpaku pada dirinya sendiri (Udayana et al., 2017:99-109).

Memiliki keinginan dan keputusan untuk menikah atau memilih pasangan biasanya dimulai dari masa dewasa awal. Menurut Santrock (2002:345) seseorang dikatakan telah memasuki fase dewasa awal adalah individu yang berusia antara 20 sampai dengan 40 tahun, dimana fase ini merupakan masa pergantian antara masa remaja menuju dewasa. Setiap manusia akan melewati banyak pengalaman yang sudah pasti berbeda dengan individu lainnya. Pada masa ini akan ada individu yang masih melanjutkan pendidikan ke jenjang universitas dan ada juga yang memilih untuk bekerja, ada yang memutuskan menikah, membangun rumah tangga dan ada juga yang belum menikah. (Jannah et al., 2021:123).

Dewasa awal tentunya memiliki banyak tugas dan pilihan yang dihadapi, salah satunya adalah memilih pasangan hidup yang sesuai dengan dirinya atau yang disukainya. Apabila tugas perkembangan ini belum terpenuhi maka akan mempengaruhi tugas perkembangan yang harus dihadapi. Selanjutnya selain menghambat perkembangan yang lain hal ini akan menimbulkan kecemasan pada diri individu. Hurlock (1990) berpendapat bahwa saat wanita berusia sekitar 20 tahun, makna atau tujuan dari hidup wanita tersebut adalah untuk menikah. Namun ketika umur wanita sudah mencapai usia 30 tahun, mereka akan memiliki tujuan yang baru yang berorientasi pada pekerjaannya. Akhirnya wanita ini akan merasakan bingung atau cemas untuk menemukan dan mendalami sebuah hubungan serius yang mengarah ke pernikahan karena sulit menemukan kriteria laki-laki yang tepat secara prestasi dan dapat dijadikan pasangan hidupnya (Whitehead,

2005:143-155). Masa dewasa awal adalah tahapan yang mana seseorang dihadapkan pada situasi yang mengharuskan mereka memilih, merasa bimbang, dihadapkan dengan banyak konflik, emosi yang kurang stabil, dan mengalami ketegangan (Hurlock, 1990:610).

Data menunjukkan sejak tahun 2005 jumlah wanita yang tidak menikah atau melajang terus meningkat signifikan, yaitu sekitar 19,7% (Word Data Marriage, 2015). Dikutip dari laman berita liputan6 (2016) memaparkan bahwa banyak generasi milineal atau generasi Y yang membuat pilihan untuk menunda pernikahannya. Para ahli menjelaskan bahwa di masa generasi Y saat ini pernikahan bukan lagi menjadi prioritas utama kaum milenial yang berusia 20-an. Pew Research melakukan studi dan menemukan bahwa sedikitnya 26% generasi milenial menunda pernikahan, hampir 70% dari pemuda milenial memilih untuk melajang dan tidak mau mengambil pusing tentang percintaan dan hubungan serius dalam hidupnya. Sebenarnya ada banyak hal yang mendasari keputusan para milenial ini contohnya seperti karir, faktor ekonomi, menghindari perceraian dan ingin hidup dalam kebebasan sebelum memutuskan untuk benar-benar membangun rumah tangga dan terikat. Generasi milenial akan merasa siap untuk menikah saat mereka sudah siap secara finansial, fisik, dan mental yang stabil. (Hens Henry, Liputan6, 2019).

Menurut *Developmental Process Theories*, memilih pasangan adalah sebuah proses menyaring orang yang tidak memenuhi kriteria atau syarat untuk seseorang tersebut dijadikan pasangan hidupnya. Proses pemilihan

pasangan hidup ini akan dilakukan oleh setiap individu yang pada dasarnya mereka mencari sosok pasangan hidup yang dapat melengkapi kebutuhan dari diri individu itu sendiri (DeGenova, 2008:10).

Menurut Machdan et al. (2012:35) mengatakan bahwa kecemasan adalah seseorang yang sedang dalam suatu keadaan emosional yang memiliki ciri-ciri seperti fisiologis yang menyebabkan perasaan menjadi tidak menyenangkan dan perasaan *apherensif* atau mengalami suatu keadaan yang menyebabkan kekhawatiran sehingga mengkhawatirkan sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Kecemasan adalah suatu keadaan, suasana atau perasaan yang sering di sebut *mood* yang ditandai dengan gejala-gejala fisik seperti ketegangan fisik serta ketakutan tentang masa depan.

Menurut Hawari (2013:120) kecemasan adalah gangguan yang berasal dari dalam perasaan seseorang yang biasanya ditandai dengan perasaan takut dan khawatir secara mendalam dan berkelanjutan, namun seseorang tersebut tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas, individu tersebut masih memiliki kepribadian yang utuh, mengalami perilaku yang terganggu atau tidak biasa akan tetapi masih dalam batas normal.

Calhoun dan Acocella (1995) menjelaskan bahwa kecemasan merupakan perasaan takut (takut yang realistis atau takut yang tidak realistis) yang akan disertai dengan meningkatnya reaksi jiwa. Sedangkan menurut Barlow & Durand (2007:36), kecemasan merupakan perasaan atau suasana hati yang akan ditandai dengan munculnya gejala-gejala jasmaniah contohnya seperti merasakan ketegangan fisik dan merasa khawatir akan masa depan.

Yusuf (2009:21) mengungkapkan bahwa *anxiety* (cemas) merupakan rasa tidak aman, tidak matang, ketidakberdayaan neurotik, dan merasa kurangnya kemampuan menghadapi realita atau lingkungan. Kecemasan merupakan rasa takut namun tidak jelas objek dan alasannya, sedangkan ciri-ciri dari kecemasan itu sendiri adalah perasaan yang tidak menyenangkan dan memiliki firasat bahwa hal buruk akan terjadi pada dirinya dengan alasan yang tidak jelas. Setiap individu akan memiliki tingkat respon dan kecemasan yang berbeda-beda antara satu dan lainnya. Salah satu yang akan mempengaruhinya adalah harga diri. Hal ini berbanding lurus dengan pendapat Coopersmith (1968:15) yang berpendapat bahwa harga diri memiliki arti sebagai suatu respon atau suatu evaluasi seseorang terhadap dirinya sendiri terhadap pandangan orang lain mengenai dirinya dalam menghadapi interaksi sosialnya (Utami et al., 2019:15-20).

Branden (1994) berpendapat bahwa harga diri adalah evaluasi positif dan negatif tentang diri sendiri yang dimiliki seseorang dari evaluasi ini melibatkan bagaimana individu menilai dirinya sendiri dan diakui atau tidaknya keberhasilan yang diperolehnya dari lingkungan sosial seorang individu tersebut. Penilaian ini dapat dilihat dari bagaimana seorang individu menghargai keberadaan dirinya dan keberartian dirinya.

Harga diri adalah hasil dari penilaian individu mengenai seperti apa diri mereka, penilaian ini bisa berupa penilaian positif dan penilaian negatif (Rosalinda & Michael, 2019). Perbedaan harga diri yang dimiliki setiap individu inilah yang membuat banyaknya perempuan dewasa awal

mengalami keragu-raguan dan kebingungan dalam memilih pasangan hidupnya karena pada masa dewasa awal seorang individu memilih pasangan hidup berdasarkan bagaimana mereka menilai dirinya sendiri. Sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan Utami et al. (2019:15-20) menjelaskan bahwa perempuan yang memiliki harga diri tinggi memiliki kaitan atau hubungan dengan tingkat kecemasan yang dimilikinya. Dalam penelitian ini juga menjelaskan bahwa wanita dewasa awal akan memiliki dan merasakan kecemasan yang tinggi karena khawatir pasangan hidupnya nanti tidak memenuhi standar yang telah mereka tetapkan. Hal ini dikuatkan lagi oleh data yang penulis ambil melalui *google formulir* pada perempuan dewasa awal di Kota Malang, penulis mendapatkan bahwa 40 dari 71 orang merasa cemas karena harga diri atau kriteria mereka dalam memilih pasangan. Alasan yang mereka berikan kebanyakan karena mereka takut bahwa laki-laki atau pasangan hidup yang mereka dapatkan tidak sesuai dengan yang mereka harapkan dan membuat mereka kecewa di masa yang akan datang.

Banyak hal yang dapat mempengaruhi harga diri seseorang dalam hidupnya. Mulai dari pola pikir, cara memilih teman dan pergaulan, menentukan apa yang harus diambil termasuk memilih pasangan hidup (Rosalinda & Michael, 2019). Biasanya wanita akan memilih pasangan yang sesuai dengan pengalaman masa lalu yang dilewati setiap individu tersebut. Wanita akan memilih pria yang mempunyai status yang lebih tinggi dari pada dirinya, setidaknya pria yang dipilih memiliki status yang sama dengan dirinya. Perspektif evolusi juga sependapat dengan hal tersebut yang

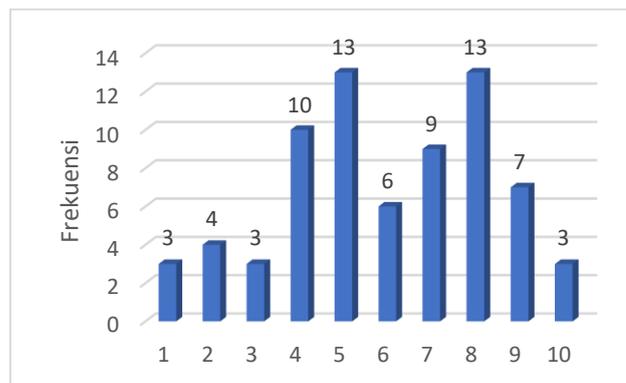
menyatakan bahwa wanita akan mencari pria atau pasangan hidup yang dapat memberikan uang atau materi dengan mempertimbangkan pendidikan dan memiliki pekerjaan yang baik (Taylor, 2009).

Pada dasarnya memilih pasangan bukanlah perkara yang mudah dilakukan apalagi hal ini akan berjalan dalam waktu yang lama, banyak hal yang harus diperhatikan dan dipertimbangkan apalagi harga diri perempuan menjadi salah satu faktor dalam menentukan pasangan hidupnya. Harga diri yang mereka miliki biasanya cenderung menjadi penyebab para individu dewasa awal khususnya perempuan mengalami kecemasan dalam memilih pasangan yang akan dijadikan teman hidup mereka kelak, sehingga hal ini berdampak pada kecemasan pada diri individu tersebut. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Utami et al. (2019:15-20) yang mengungkapkan bahwa harga diri perempuan dewasa awal memiliki hubungan yang tinggi dengan tingkat kecemasannya dalam memilih pasangan hidup untuk menikah. Dewasa awal merasakan kecemasan yang tinggi karena khawatir pria yang menjadi pasangan hidupnya tidak memenuhi standar yang dimiliki oleh mereka dalam menemukan dan memilih pasangan hidupnya.

Berdasarkan data awal yang penulis ambil melalui *google formulir* dengan menyebarkan pertanyaan terbuka pada perempuan dewasa awal di Kota Malang yang berusia 19 sampai dengan 24 tahun, dalam rentang waktu 11 November 2021 – 15 November 2021 dengan jumlah responden sebanyak 71 orang memperlihatkan bahwa 60 orang merasa cemas dan 8 orang lainnya merasa tidak cemas dan ada yang menjawab belum memiliki pasangan

sehingga tidak bisa memutuskan. Pertanyaan lainnya mengenai harga diri yang menyebabkan seseorang merasa cemas 49 orang menyatakan bahwa dirinya cemas karena takut tidak sesuai dengan kriteria yang dimilikinya dan 20 orang lainnya menjawab tidak cemas. Mereka yang mengungkapkan memiliki kriteria tertentu dalam memilih pasangan merasakan perasaan cemas jika kelak mereka tidak dapat menemukan pasangan dengan kualifikasi yang telah mereka tetapkan. Contohnya, salah satu responden mengungkapkan untuk menjaga keharmonisan dan keawetan rumah tangga dia perlu menetapkan kriteria-kriteria tertentu. Sehingga kriteria-kriteria tersebut membuat dia cemas jika tidak dapat terpenuhi. Data lebih detail dapat dilihat pada diagram di bawah ini :

Gambar 1. 1
Skor Harga Diri



Gambar 1. 2
Skor Kecemasan



Sejalan dengan pendapat dari Atmaja (2020:23) pada masa dewasa awal perempuan yang kurang memiliki pandangan yang objektif terhadap dirinya mengenai keadaan akan mengalami kekhawatiran, kecemasan dan keadaan yang tidak meyenangkan lainnya, sehingga berdampak pada terjadinya hambatan dalam menjalin hubungan dengan orang lain, terutama hubungan dengan pria atau lawan jenisnya. Seperti yang dijelaskan sebelumnya, membangun hubungan dengan lawan jenis pada masa dewasa awal sangatlah diperlukan sebagai pemenuhan tugas pada masa dewasa awal umumnya. Hal ini karena membentuk sebuah keluarga dengan menikah adalah tugas perkembangan dewasa awal yang harus dipenuhi. Berdasarkan pemaparan yang sudah dijelaskan di atas, maka peneliti ingin mengkaji ulang mengenai harga diri dan hubungan dengan kecemasan seseorang dalam memilih pasangan hidup yang khususnya pada wanita dewasa awal.

Kota Malang sebagai salah satu daerah perkotaan memiliki taraf ekonomi yang lebih baik dari daerah pedesaan. Dimana sampai saat ini rendahnya kesejahteraan masyarakat pedesaan masih menjadi masalah utama

pembangunan ekonomi Indonesia (Sihombing, 2021:396-945). Rendahnya tingkat perekonomian seseorang dapat menghadirkan kecemasan yang menyebabkan sulitnya membangun komunikasi serta sulit menjalin hubungan dengan orang lain (Pratiwi et al., 2020:21-34). Hal ini juga sejalan dengan Coopersmith (1968:15) yang menyatakan bahwa tingkat ekonomi dapat mempengaruhi harga diri seseorang.

Berdasarkan fenomena dan data yang telah peneliti paparkan di atas, menjadikan penelitian ini menarik untuk dibahas atau dikaji ulang. Lebih spesifik lagi kepada perempuan dewasa awal di kota Malang yang memiliki latar belakang keluarga dan lingkungan yang berbeda-beda. selain itu sudah jelas dari fenomena dan data yang telah dipaparkan oleh peneliti bahwa peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Hubungan Harga Diri dan Kecemasan Memilih Pasangan pada Perempuan Dewasa Awal di Kota Malang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan oleh peneliti, maka rumusan masalah yang dapat disimpulkan diantaranya adalah :

1. Bagaimana tingkat kecemasan memilih pasangan pada perempuan dewasa awal ?
2. Bagaimana tingkat harga diri perempuan dewasa awal ?
3. Adakah hubungan antara harga diri dan kecemasan pada perempuan dewasa awal ?

C. Tujuan

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mengetahui tingkat kecemasan memilih pasangan pada perempuan dewasa awal.
2. Mengetahui tingkat harga diri perempuan dewasa awal.
3. Membuktikan hubungan antara harga diri dan kecemasan memilih pasangan pada perempuan dewasa awal.

D. Manfaat

Hasil penelitian yang di lakukan oleh peneliti di harapkan memberikan manfaat berupa:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk memberi dan menyumbangkan tambahan ilmu khususnya dalam bidang Psikologi klinis di masa yang akan datang, terutama dalam hal kecemasan yang terjadi pada Mahasiswi UIN Malang.
 - b. Hasil penelitian ini juga dapat memberi dan bermanfaat untuk tambahan teori mengenai hubungan harga diri dan kecemasan pada dewasa awal.
2. Secara Praktis
 - a. Manfaat bagi instansi pendidikan, hasil penelitian ini dapat dipergunakan untuk bahan ajar atau evaluasi dalam melihat hubungan

harga diri dengan kecemasan dalam memilih pasangan yang terjadi pada perempuan dewasa awal.

- b. Manfaat bagi mahasiswa, hasil penelitian ini bisa dipakai untuk sarana menambah wawasan dalam memilih pasangan hidup dan berfikir secara rasional untuk memutuskan karakteristik pasangan agar tidak menyebabkan kecemasan.
- c. Manfaat bagi peneliti, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan atau referensi untuk penelitian yang akan datang. Penelitian ini juga diharapkan dapat menggunakan teori yang sudah didapat

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Harga Diri

1. Pengertian Harga Diri

Harga diri adalah pandangan keseluruhan dari individu tentang dirinya sendiri. Individu melakukan penilaian terhadap hal-hal yang berkaitan dengan dirinya. Harga diri juga mencakup bagaimana individu memandang dirinya sebagai pribadi yang cakap, berharga, serta berhasil. Penghargaan diri juga kadang dinamakan martabat diri atau gambaran diri. Misalnya, anak dengan penghargaan diri yang tinggi mungkin tidak hanya memandang dirinya sebagai seseorang, tetapi juga sebagai seseorang yang baik.

Rosenberg et al. (1995:141-156), berpendapat bahwa harga diri adalah suatu bentuk evaluasi positif maupun negatif individu terhadap dirinya sendiri. Sederhananya harga diri merupakan gambaran seseorang menilai dirinya sendiri. Menurut Gunawan (2003:173) harga diri merupakan komponen emosional yang dianggap sangat penting dalam menentukan sikap dan kepribadian dari seorang individu. Harga diri diartikan sebagai kecenderungan dalam memandang diri sendiri sebagai seseorang yang mampu dan memiliki andil dalam menghadapi suatu tantangan hidup dan memiliki hak untuk bahagia. Sedangkan menurut Maslow (1979:41) harga diri merupakan suatu faktor yang mempengaruhi. Setiap individu memiliki kebutuhan dan penghargaan, yaitu kebutuhan

harga diri dan penghargaan yang di berikan individu lain terhadap dirinya. Menurut Maslow Harga diri yang dimaksud di sini meliputi kebutuhan akan rasa percaya diri, penguasaan, kemampuan, kecukupan, prestasi, kemandirian, dan kebebasan memilih sesuatu. Harga diri dari orang lain meliputi pengakuan, perhatian, penerimaan, perhatian, status dan reputasi baik, serta penghargaan (Alwisol, 2016: 358).

Clark (2002:33) berpendapat bahwa perasaan dihargai, berharga, dan dicintai merupakan kebutuhan dasar manusia yang tersusun dalam suatu hierarki, meskipun cara pemenuhannya tidak selalu sama. Individu yang menerima lingkungan sosialnya karena dia juga diterima oleh lingkungan sosialnya. Sedangkan menurut Coopersmith (1968:15) menyatakan bahwa harga diri adalah bentuk dari penilaian diri yang dilakukan individu dan biasanya berhubungan dengan dirinya sendiri, penilaian ini nantinya akan mencerminkan sikap dari penerimaan atau penolakan terhadap dirinya, hal ini juga akan menunjukkan seberapa jauh seorang individu mempercayai bahwa dirinya mampu, penting, berhasil dan berharga.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa harga diri adalah penilaian yang diberikan kepada dirinya sendiri dan penilaian individu kepada dirinya yang akhirnya akan menjadi sikap dalam memberi makna mengenai harga dirinya yang menunjukkan seberapa jauh individu tersebut merasa berharga dalam hidupnya.

2. Aspek-aspek Harga Diri

Rosenberg et al. (1995:141-156) berpendapat bahwa harga diri terdiri dari dua aspek, yaitu penghormatan diri dan penerimaan diri. Dua aspek ini memiliki lima sudut pandang yaitu :

- a. Sudut pandang akademik yang mengacu pada cara berfikir seseorang terhadap kualitas pendidikan.
- b. Sudut pandang sosial yang mengacu pada persepsi seseorang kepada hubungan sosialnya.
- c. Sudut pandang emosional yang merupakan hubungan emosional individu.
- d. Sudut pandang keluarga yang mengacu kepada bagaimana suatu individu melibatkan dirinya dalam keluarga.
- e. Sudut pandang fisik, mengacu pada bagaimana seorang individu memaknai keadaan fisiknya.

3. Faktor-faktor yang Dapat Mempengaruhi Harga Diri Seseorang

Coopersmith (1968:15) menjelaskan bahwa harga diri dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor tertentu, yaitu :

- a. Penghargaan yang diterima

Harga diri dapat dipengaruhi oleh penghargaan orang lain terhadap dirinya serta perlakuan orang lain terhadap dirinya.

b. Tingkat kesuksesan

Harga diri dari setiap individu juga dipengaruhi oleh kesuksesan yang diraihinya, kesuksesan seseorang akan menaikkan status sosial yang dimilikinya, begitu juga dengan posisi sosial.

c. Pengalaman hidup

Pengalaman hidup seorang individu adalah faktor dari seorang individu dalam menentukan bagaimana harga dirinya. Menurut Sarwono (2011:344) harga diri seorang individu akan selalu mengalami perkembangan seiring berjalannya waktu atau pengalaman hidupnya.

d. Dukungan dari lingkungan keluarga

Keluarga tentu merupakan faktor yang membentuk harga diri dari seorang individu, keluarga merupakan tempat pertama seorang individu diasuh dan dididik, dalam keluarga juga seorang individu pertama kali mendapatkan pendidikan sehingga memiliki harga diri yang tinggi

e. Lingkungan sosial

Lingkungan sosial juga mempengaruhi seorang individu dalam membentuk harga dirinya. Seorang individu akan mulai menyadari bahwa dirinya berharga atau tidak ketika melihat respon positif ataupun negatif lingkungannya. Individu yang lingkungannya kekurangan kasih sayang, mendapatkan penghinaan dan dijauhi oleh temannya akan menurunkan harga dirinya.

f. Faktor kejiwaan atau psikologis

Psikologis tentu akan berpengaruh pada harga diri seorang individu, karena psikologis adalah penentu pola pikir seseorang, jika psikologisnya bermasalah tentu akan mempengaruhi pola pikir seorang individu.

g. Jenis kelamin

Perbedaan jenis kelamin akan mempengaruhi terjadinya perbedaan pola pikir dari seorang individu juga, begitu pula dengan cara berfikir, bertindak dan mengambil keputusan. Tentu saja laki-laki dan perempuan memiliki pola pikir dan cara mengambil keputusan yang berbeda.

4. Kategori Harga Diri

Coopersmith (1968:15) mengungkapkan bahwa taraf harga diri terbagi menjadi tiga kategori, yaitu taraf harga diri tinggi, taraf harga diri sedang dan taraf harga diri rendah.

a. Harga Diri Tinggi

Individu yang memiliki taraf harga diri tinggi dianggap memiliki sifat aktif, agresif, sukses dalam bidang akademis dan interaksi sosial. Selain itu, mereka juga memiliki kemampuan memimpin, bebas berpendapat, tidak menghindari perbedaan pendapat, tahan terhadap semua kritikan dan tidak mudah cemas. Mampu bergaul dengan baik karena sifat optimis karena memiliki kecakapan, kemampuan bergaul

dan mempunyai kepribadian yang kuat. Individu yang seperti ini akan jarang terkena gangguan psikosomatik.

b. Harga Diri Sedang

Individu dengan tingkat harga diri sedang mempunyai ciri-ciri sifat dan cara bertindak yang sama dengan individu yang memiliki tingkat harga diri tinggi. Namun perbedaannya terletak pada intensitas keyakinan diri, kurang yakin dalam menilai diri pribadinya dan tergantung pada penerimaan sosial lingkungan.

c. Harga Diri Rendah

Individu dengan harga diri rendah menunjukkan sifat-sifat putus asa, membayangkan kegagalan, dihinggapi depresi dan merasa tidak menarik serta merasa terisolir dalam pergaulannya. Selain itu, memiliki kemauan rendah untuk menghadapi kekurangan dan kelemahan, tidak mengatur orang yang berbuat kesalahan, serta sangat peka terhadap kritik serta tidak merasa bergaul dengan orang lain.

B. Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan

Calhoun dan Acocella (1995:120) menjelaskan bahwa kecemasan adalah suatu perasaan ketakutan (realistis maupun tidak realistis) yang diikuti dengan reaksi kejiwaan. Kecemasan merupakan istilah yang sering digunakan dalam kehidupan sehari-hari yang menggambarkan bahwa seseorang dalam keadaan gelisah, khawatir, tidak tenang, takut sehingga mempengaruhi berbagai keluhan fisik.

Husdarta (2010:24) juga berpendapat bahwa kecemasan merupakan perasaan khawatir yang dirasakan seseorang. Kecemasan adalah salah satu fungsi dari ego dalam memberikan alarm bagi seorang individu untuk memperingatkan dirinya akan kemungkinan datangnya bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi yang harus dilakukan.

Kecemasan merupakan suatu gangguan yang terdapat di dalam perasaan seseorang yang akan ditandai dengan perasaan takut dan khawatir yang mendalam oleh seorang individu, hal ini juga akan berlanjut lama jika tidak ditangani dengan baik. Namun jika seseorang tidak mengalami gangguan dalam menghadapi atau menilai realitas serta kepribadiannya masih normal dinilai kecemasan tersebut masih dalam batas normal Hawari (2013:120).

Daradjat (1990:610) berpendapat bahwa kecemasan adalah suatu kecemasan yang berasal dari luar kesadaran diri manusia dan tidak jelas, contohnya seperti rasa ketakutan tanpa alasan yang jelas dan tidak mampu menahan perasaan yang tidak menyenangkan. Kecemasan akan muncul akibat beberapa keadaan yang mengancam diri seorang individu atau manusia sebagai makhluk sosial.

Alwisol (2016:358) menyatakan bahwa kecemasan merupakan perasaan emosi yang tidak menyenangkan disertai sensasi yang dirasakan oleh tubuh atau fisik yang memberi peringatan kepada seseorang akan adanya suatu bahaya yang akan datang.

Nevid, dkk (2005) kecemasan merupakan suatu perasaan emosional yang memiliki ciri terangsangnya fisiologi seseorang, memiliki perasaan buruk akan sesuatu yang akan terjadi, memiliki rasa tegang yang menyebabkan rasa tidak menyenangkan.

Dari beberapa pengertian *anxiety* atau kecemasan menurut para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah perasaan yang dirasakan seseorang tanpa penyebab atau alasan yang jelas, hal ini menyebabkan terjadinya perasaan tidak enak, khawatir, perasaan tidak nyaman, dan kecemasan.

2. Aspek-Aspek Kecemasan

Menurut Calhoun dan Acocella (1995), aspek-aspek dari kecemasan dijelaskan dalam tiga reaksi, yaitu :

- a. Reaksi emosional, merupakan suatu komponen dari kecemasan yang berhubungan dengan cara berfikir seseorang individu terhadap pengaruh psikologi yang disebabkan oleh kecemasan, contohnya seperti sedih, merasa tegang, emosi, mencela dirinya sendiri maupun orang lain.
- b. Reaksi kognitif merupakan rasa takut dan khawatir yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berfikir jernih sehingga hal ini akan menyebabkan individu tidak dapat berfikir secara jernih untuk menyelesaikan atau mengatasi masalah yang sedang dihadapinya dan tidak dapat menyelesaikan tuntutan sekitarnya.
- c. Reaksi fisiologis merupakan reaksi yang diperlihatkan oleh tubuh terhadap suatu ketakutan atau kekhawatiran. Reaksi ini memiliki kaitan dengan

system pada syaraf yang bertugas untuk mengendalikan otot-otot dan kelenjar pada tubuh. Hal inilah yang menyebabkan jantung berdetak lebih kencang, nafas bergerak cepat, tekanan darah meningkat, suhu tubuh meningkat.

3. Faktor-Faktor Kecemasan

Stuart (2013:220) berpendapat bahwa faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan seseorang dibedakan menjadi dua yaitu:

a. Faktor prediposisi adalah faktor yang menyangkut teori kecemasan, diantaranya adalah:

1) Teori Psikoanalitik

Teori ini menjelaskan tentang permasalahan atau konflik yang terjadi antara Id dan Ego. Id adalah dorongan naluri atau dorongan dari diri seseorang, sedangkan Ego adalah realita yang menjebatani nurani seseorang yang dikendalikan oleh norma-norma budaya individu. Manfaat ego di dalam kecemasan adalah sebagai penguat suatu bahaya yang akan datang (Stuart, 2013:220).

2) Teori Interpersonal

Kecemasan merupakan bentuk dari penolakan dari seseorang sehingga dirinya merasa takut. Kecemasan juga merupakan sesuatu yang berhubungan dengan muncul atau berkembangnya suatu trauma, seperti kehilangan atau berpisah dengan orang tersayang yang menimbulkan kecemasan. Seseorang

yang memiliki harga diri yang rendah akan mudah mengalami kecemasan (Stuart, 2013:220).

3) Teori perilaku

Stimulus dari lingkungan dapat menyebabkan kecemasan, pola berfikir yang salah atau melakukan hal-hal yang tidak produktif dapat menyebabkan seseorang mengalami perilaku maladaptive. Stuart (2013:220) berpendapat bahwa menganggap suatu masalah secara berlebihan di dalam suatu keadaan dan menganggap bahwa dirinya tidak mampu menyelesaikan masalah tersebut akan menyebabkan kecemasan pada diri seorang individu.

4) Teori biologis

Di dalam teori biologis otak mengandung senyawa reseptor khusus yang bekerja untuk meningkatkan *neuroregulatory inhibisi* (GABA) yang memiliki peran penting dalam struktur biologis yang berhubungan dengan kecemasan. Gangguan yang terjadi pada fisik serta diikuti dengan penurunan kemampuan dari seorang individu untuk mengatasi stressor yang menyebabkan kecemasan.

b. Faktor presipitasi merupakan faktor yang menjadi penyumbang terjadinya kecemasan, diantaranya :

- 1) Integritas fisik yang merupakan ketidakmampuan fisiologis terhadap kegiatan sehari-hari yang disebabkan karena cacat fisik, sakit, trauma fisik serta kecelakaan.

- 2) Ancaman sistem diri adalah ancaman terhadap identitas atau siapa dirinya, harga diri, perubahan status atau peran, kehilangan, tekanan dari suatu kelompok, sosial budaya.
- 3) Lingkungan, seseorang yang memasuki atau berada di lingkungan yang asing akan lebih mudah merasa cemas dibandingkan dengan lingkungan yang biasa dia hadapi setiap harinya (Stuart, 2013:220).
- 4) Jenis kelamin, wanita akan lebih sering menghadapi kecemasan dibandingkan laki-laki karena wanita memiliki kepekaan emosi yang lebih dibandingkan pria, hal ini pada akhirnya akan mempengaruhi kecemasannya.
- 5) Pendidikan, cara berfikir seseorang dipengaruhi dari tingkat pendidikan yang dijalannya. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin mudah bagi individu tersebut berfikir secara rasional dan menangkap suatu informasi yang baru. Kemampuan individu dalam menganalisis masalah akan mempermudah individu menyelesaikan masalahnya.

4. Tingkat Kecemasan

Stuart (2007:19) mengungkapkan bahwa tingkat kecemasan seseorang terbagi menjadi empat kategori, yaitu ringan, sedang, berat dan panik.

a. Kecemasan Ringan

Kecemasan ringan termasuk rasa yang normal dirasakan sehari-hari. Rasa ini bisa memicu kewaspadaan dan meningkatkan perhatian, namun individu masih mampu menyelesaikan masalah. Kategori cemas ringan dapat memotivasi belajar serta meningkatkan pertumbuhan dan kreatifitas yang ditandai dengan terlihat tenang, percaya diri, waspada, memperhatikan banyak hal, sedikit tidak sabar, ketegangan otot ringan, sadar akan lingkungan, rileks atau sedikit gelisah.

b. Kecemasan Sedang

Kecemasan sedang menjadikan individu lebih fokus terhadap hal-hal penting dan mengenyampingkan hal-hal yang tidak menjadi prioritas. Kecemasan ini dapat ditandai dengan perhatian menurun, penurunan penyelesaian masalah, tidak sabar, mudah tersinggung, ketegangan otot, tanda-tanda vital meningkat, mulai berkeringat, sering mondar-mandir, sering berkemah dan sakit kepala.

c. Kecemasan Berat

Tingkat kecemasan tinggi sangat mengurangi persepsi individu hingga sering memusatkan perhatian pada hal yang terperinci dan spesifik serta tidak mampu berpikir tentang hal lain. Rasa ini ditandai dengan sulitnya berpikir, buruknya penyelesaian masalah, takut, bingung, menarik diri, sangat cemas, kontak mata buruk, berkeringat banyak, bicara cepat, rahang menegang, menggertakkan gigi, mondar-mandir serta gemetar.

d. Panik

Tingkat panik erat kaitannya dengan ketakutan dan teror, karena individu bisa kehilangan kendali. Orang yang mengalami kepanikan tidak mampu melakukan sesuatu meskipun dengan arahan. Selain itu, panik akan melibatkan disorganisasi kepribadian, terjadi peningkatan aktivitas motorik, kurangnya interaksi dengan orang lain, persepsi yang menyimpang dan kehilangan pemikiran rasional.

5. Pengertian Kecemasan Memilih Pasangan Hidup

Menurut Yusuf (2015:30-41) kecemasan merupakan perasaan tidak aman, ketidakberdayaan neurotik, tidak matang dalam berfikir serta kurangnya kemampuan dalam menghadapi kenyataan tuntutan lingkungan. Selain itu kecemasan juga diartikan sebagai perasaan ketakutan yang tidak jelas alasannya, memiliki prasangka bahwa akan terjadi hal buruk pada dirinya Lyken (Rangkuti, 2015:125).

Proses perkembangan yang dikemukakan oleh DeGenova (2008:10), menjelaskan bahwa memilih pasangan adalah suatu proses penyeleksian seorang individu untuk memilih calon pasangan dalam hidupnya. Sedangkan menurut Khairuddin (2002:95) pasangan hidup adalah suatu pasangan yang terdiri dari satu laki-laki dan satu perempuan yang memiliki suatu hubungan yang sah, hidup dalam satu rumah ataupun terpisah, memiliki ikatan yang sah yang disebut dengan pernikahan dan menjalani rumah tangga, dimana laki-laki berperan sebagai suami dan perempuan berperan sebagai istri.

Memilih pasangan hidup merupakan suatu proses yang disebut mencari seseorang yang akan dijadikan teman hidup atau pasangan hidup sebagai komitmen jangka panjang yang disebut dengan pernikahan Wisnuwardhani et al. (2011:14). Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan memilih pasangan adalah dimana seseorang individu merasa khawatir untuk memilih pasangan yang tepat dan sesuai yang dikehendaki individu tersebut.

6. Hubungan antara Harga Diri dan Kecemasan Memilih Pasangan Hidup

Masa dewasa awal adalah masa pertimbangan seseorang untuk memilih dan menentukan pasangan hidupnya. Sejalan dengan pendapat Erikson (1963:29) menjelaskan bahwa dewasa awal adalah seseorang yang berumur berkisar antara 20 sampai 40 tahun, masa ini merupakan masa peralihan dari masa remaja menuju dewasa. Setiap individu dengan individu lainnya akan memiliki pengalaman yang berbeda-beda. Salah satu tugas yang dimiliki dewasa awal adalah memiliki pasangan hidup, jika tugas perkembangan ini tidak terpenuhi masa akan menghambat tugas perkembangan selanjutnya, seseorang yang tidak memiliki pasangan hidup atau teman untuk bercerita akan merasa kesepian dan merasakan kecemasan dalam dirinya.

Hurlock (1990:29) berpendapat bahwa wanita yang berumur sekitar 20 tahun memiliki tujuan hidup untuk menikah, saat wanita ini mencapai usia 30 tahun maka tujuan hidupnya akan cenderung memiliki

tujuan hidup kearah hidup yang berorientasi pada pekerjaan atau karir. Hal ini pada akhirnya akan menimbulkan rasa cemas di dalam diri karena pada saat ini mereka akan sulit membangun hubungan dekat dengan lawan jenisnya yang sesuai dengan kriteria yang dimilikinya. Pada akhirnya, akan timbul kecemasan untuk mengembangkan sebuah hubungan yang mengarah pada pernikahan dan hidup berkeluarga karena akan lebih sedikit pria yang dianggap tepat secara ekonomi dan pendidikan Whitehead (2005:1-2).

Di dalam penelitian yang dilakukan oleh Cole (2004:4-6) memperlihatkan bahwa beberapa wanita mengalami kecemasan, keraguan, dan keputusasaan dalam menghadapi masa lajangnya. Perempuan dewasa awal yang kurang memiliki penilaian yang baik terhadap dirinya akan merasa cemas karena tidak percaya diri, merasa tidak mampu, menganggap dirinya tidak berharga, merasa malu, serta adanya perasaan bersalah. Hal-hal tersebut akan membuat seorang individu cenderung mengalami kecemasan di dalam usahanya menjalin hubungan dengan lawan jenis. Hal ini sejalan dengan penelitian yang di dapatkan Utami et al. (2019:15-20) dengan judul “Hubungan Harga Diri dengan Kecemasan memilih Pasangan Hidup pada Perempuan Dewasa Awal” mengungkapkan bahwa harga diri yang berbeda-beda yang dimiliki setiap individu membuat banyak perempuan dewasa awal memiliki kebingungan dan keraguan dalam menentukan pasangan hidupnya karena kebanyakan dewasa awal ini memilih pasangan hidupnya berdasarkan penilaian

mereka terhadap dirinya sendiri. Harga diri yang mereka miliki cenderung menjadi penyebab individu mengalami kekhawatiran dalam memilih pasangan hidupnya sehingga hal ini menyebabkan kecemasan pada dirinya.

7. Telaah Teks Psikologi Kecemasan

a. Sampel Teks

Menurut Machdan et al, (2012:80) kecemasan merupakan keadaan emosional seseorang yang memiliki ciri-ciri seperti fisiologis yang menyebabkan perasaan menjadi tidak menyenangkan dan *aprehensif* atau mengalami kekhawatiran.

Menurut Hawari (2013:21) kecemasan merupakan gangguan perasaan seseorang yang ditandai dengan perasaan takut dan khawatir secara mendalam dan berkelanjutan. Namun seseorang yang mengalami kecemasan tersebut tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas dan individu tersebut masih memiliki kepribadian yang utuh.

Calhoun dan Acocella (1995) menjelaskan bahwa kecemasan merupakan perasaan takut (takut yang realistis atau takut yang tidak realistis) yang akan disertai dengan meningkatnya reaksi jiwa.

Menurut Barlow & Durand (2007), kecemasan merupakan perasaan atau suasana hati yang akan ditandai dengan munculnya gejala-gejala jasmaniah contohnya seperti merasakan ketegangan fisik dan merasa khawatir akan masa depan.

Menurut Direja (2011: 41) kecemasan merupakan keadaan emosi seseorang tanpa memiliki objek spesifik dan dialami secara subjektif ditandai dengan rasa khawatir tidak jelas serta perasaan tidak pasti.

Yusuf (2009:21) mengungkapkan bahwa *anxiety* (cemas) merupakan rasa tidak aman, tidak matang, ketidakberdayaan neurotik, dan merasa kurangnya kemampuan menghadapi realita atau lingkungan.

Husdarta (2010:24) juga berpendapat bahwa kecemasan merupakan perasaan khawatir yang dirasakan seseorang. Kecemasan adalah salah satu fungsi dari ego dalam memberikan alarm bagi seorang individu untuk memperingatkan dirinya akan kemungkinan datangnya bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi yang harus dilakukan.

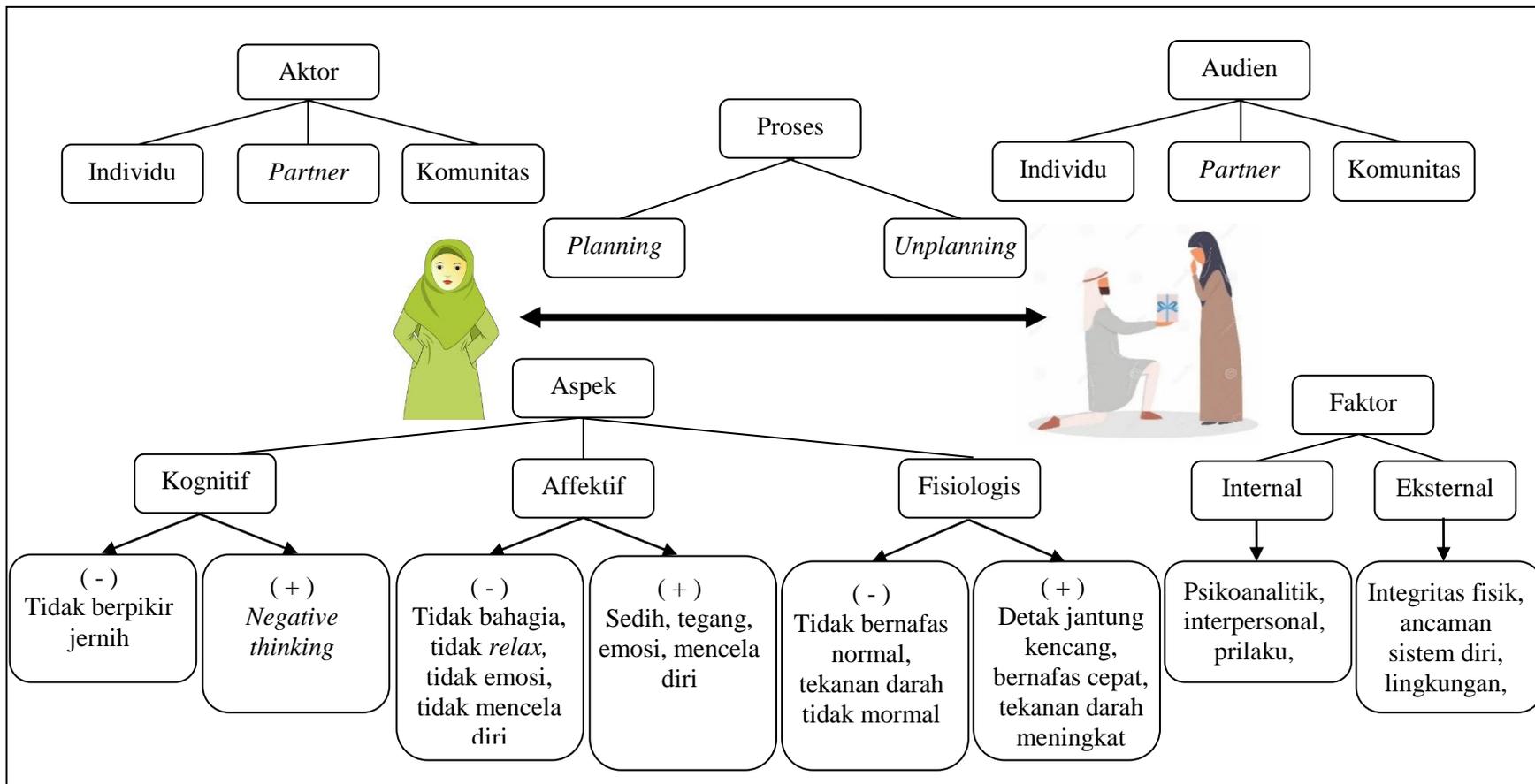
Daradjat (1990:610) berpendapat bahwa kecemasan adalah suatu kecemasan yang berasal dari luar kesadaran diri manusia dan tidak jelas. Kecemasan akan muncul akibat beberapa keadaan yang mengancam diri seorang individu atau manusia sebagai makhluk sosial.

Alwisol (2016:358) menyatakan bahwa kecemasan merupakan perasaan emosi yang tidak menyenangkan disertai sensasi yang dirasakan oleh tubuh atau fisik yang memberi peringatan kepada seseorang akan adanya suatu bahaya yang akan datang.

Nevid, dkk (2005) kecemasan merupakan suatu perasaan emosional yang memiliki ciri terangsangnya fisiologi seseorang, memiliki perasaan buruk akan sesuatu yang akan terjadi, memiliki rasa tegang yang menyebabkan rasa tidak menyenangkan.

b. Pola Teks Psikologi Mengenai Kecemasan

Gambar 2. 1
Pola Teks Kecemasan



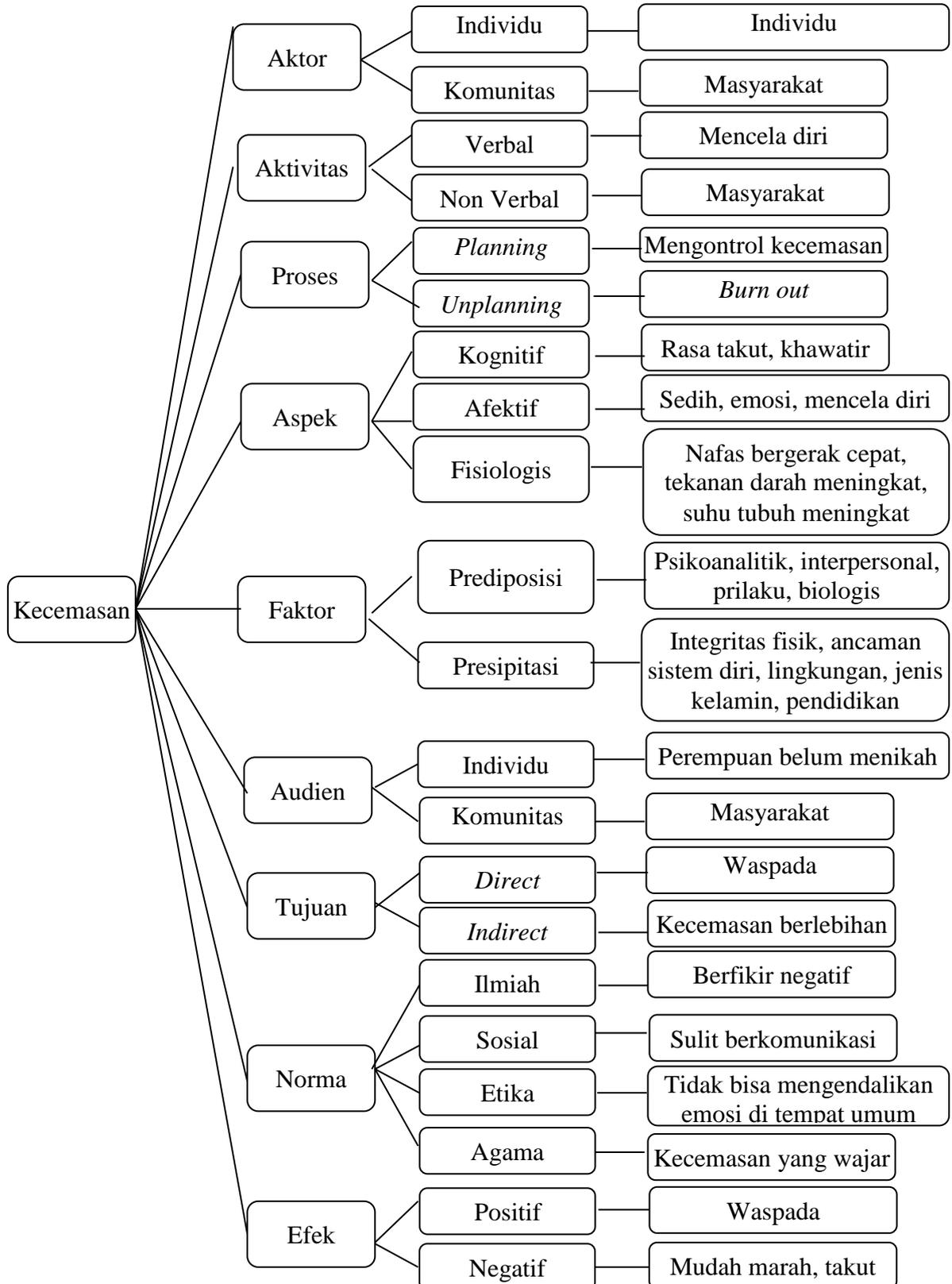
c. Analisis Komponen Teks Kecemasan dalam Psikologi

Tabel 2. 1
Analisis Komponen Teks Kecemasan dalam Psikologi

No	Komponen	Kategori	Deskriptif
1	Aktor	Individu, <i>personal</i>	Individu
		Komunitas	Masyarakat
2	Aktivitas	Verbal	Mencela diri
		Non Verbal	Menyakiti diri, takut
3	Proses	<i>Planning</i>	Mengontrol kecemasan
		<i>Unplanning</i>	<i>Burn out</i>
4	Aspek	Kognitif	(+) <i>Negative thinking</i>
			(-) Tidak dapat berpikir jernih untuk menyelesaikan masalah
		Afektif	(+) Sedih, merasa tegang, emosi, mencela diri sendiri maupun orang lain
			(-) Tidak bahagia, tidak relax, tidak emosi, tidak mencela diri
		Fisiologis	(+) Jantung berdetak kencang, nafas bergerak cepat, tekanan darah meningkat, suhu tubuh meningkat
			(-) Tidak bernafas normal, tekanan darah tidak normal
5	Faktor	Internal	Psikoanalitik, interpersonal, perilaku, biologis
		Eksternal	Integritas fisik, ancaman sistem diri, lingkungan, jenis kelamin, pendidikan
6	Audien	Individu	Perempuan belum menikah
		Komunitas	Masyarakat
7	Tujuan	<i>Direct</i>	Waspada
		<i>Indirect</i>	Kecemasan berlebihan
8	Norma	Ilmiah	Berfikir negatif
		Sosial	Sulit berkomunikasi
		Etika	Tidak bisa mengendalikan emosi di tempat umum
		Agama	Kecemasan dalam batas wajar
9	Efek	Positif (+)	Waspada
		Negatif (-)	Mudah marah, takut

d. Kecemasan Teks Psikologi

Gambar 2. 2 Mapping Konsep Teks Psikologi



e. Rumusan Konseptual Tentang Kecemasan

1) General

Kecemasan merupakan keadaan emosional yang dirasakan individu melalui proses *planning* ataupun *unplanning* sehingga berdampak pada beberapa aspek seperti kognitif, afektif, maupun fisiologis individu serta dipengaruhi oleh faktor prediposisi dan presipitasi.

2) Partikular

Kecemasan merupakan keadaan emosional yang dapat dirasakan oleh individu dan membuatnya merasa takut bahkan mencela diri sehingga memicu terciptanya rasa khawatir, takut, sedih, emosi, bahkan tekanan darah dan suhu menjadi meningkat. Kecemasan dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti psikoanalitik, interpersonal, perilaku, biologis, integritas fisik, ancaman sistem diri, lingkungan, jenis kelamin, ataupun pendidikan.

8. Telaah Teks Islam tentang Kecemasan

a. Sample Teks Islam (Al-Qur'an)

1) QS. An-Nisa : 9

وَلْيَخْشَ الَّذِينَ لَوْ تَرَكَوْا مِنْ خَلْفِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ ضَعْفًا خَافُوا عَلَيْهِمْ، فَلْيَتَّقُوا اللَّهَ وَلْيَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا

Artinya: “Dan hendaklah takut (kepada Allah) orang-orang yang sekiranya mereka meninggalkan keturunan yang lemah di belakang mereka yang mereka khawatir terhadap (kesejahteraan)nya. Oleh sebab itu, hendaklah mereka bertakwa kepada Allah, dan hendaklah mereka berbicara dengan tutur kata yang benar.”

Tabel 2. 2

Analisis Ma'ani Mufaradat Teks Islam tentang Kecewa (QS. An-Nisa:9)

No.	Teks Islam	Terjemahan	Sinonim	Antonim	Komponen	Perspektif Psikologi
1.	وَ لِيُخْشَ	Dan hendaklah takut (kepada Allah)	وتخافوا	وكن شجاعا	Aspek	Anxiety
2.	الَّذِينَ	Orang-orang	اشخاص	حيوان	Aktor	Komunitas
3.	لَوْ تَرَكُوا	Sekiranya mereka meninggalkan	إذا غادروا	إذا أحضرت	Aktor	Ghosting
4.	مِنْ خَلْفِهِمْ	Di belakang mereka	من ورائهم	من امامهم	Aktor	Motivasi
5.	ذُرِّيَّةً	Keturunan	أحفاد	أصلي	Audien	Generasi
6.	ضِعْفًا	Yang lemah	خَدْرًا	قوة	Efek	Ketidakberdayaan
7.	خَافُوا	Takut	إِحْشَوْ	كن شجاعا	Kognitif	Anxiety
8.	عَلَيْهِمْ	Terhadap (kesejahteraan) nya	لهم	أدنى	Norma	Mindfull
9.	فَلْيَتَّقُوا	Maka hendaklah mereka bertakwa	فليقرعوا	فليكفروا	Aktivitas	Relijius
10.	الله	Allah	الرَّحْمَن	لَمَسِيح	Norma	Maha Kuasa
11.	وَ لِيُقُولُوا	Dan hendaklah mereka berbicara	وليتحدثوا	و ليلبثون	Aktivitas	Deep talk
12.	قَوْلًا	Tutur kata	كلامًا	خَرَسًا	Aspek	Manner
13.	سَدِيدًا	Yang benar	صَادِقًا	تضليلا	Aspek	Normal

2) QS. Al-Fusilat : 30

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَمُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَ أَبْشِرُوا

بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ

Artinya: “*Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: “Tuhan kami adalah Allah kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat akan turun kepada mereka dengan mengatakan: “Janganlah kamu takut dan janganlah kamu merasa sedih; dan bergembiralah mereka dengan surga yang telah dijanjikan Allah kepadamu.”*”

Tabel 2. 3

Analisis Ma’ani Mufaradat Teks Islam tentang Kecewa (QS. Al-Fusilat : 30)

No.	Teks Islam	Terjemahan	Sinonim	Antonim	Komponen	Perspektif psikologi
1.	اسْتَقَمُوا	Meneguhkan	مَكَّنَ	أَضْعَفَ	Proses	Strength
2.	تَنْزَلَ	Turun	انْحَدَرَ	ارْتَفَعَ	Aspek	Down
3.	تَحَافُوا	Takut	يَرْتَعِبُ	يَجْتَرَأُ	Efek	Anxiety
4.	تَحْزَنُوا	Sedih	تَعَيْسُ	يَفْرَحُ	Aspek	Burn out
5.	أَبْشِرُوا	Bergembiralah	يَفْرَحُ	تَحْزَنُوا	Proses	Peacefull
6.	جَنَّةً	Surga	فِرْدَوْسٍ	النَّارِ	Norma	Peacefull

3) QS. Ar-Rum: 21 :

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

Artinya: “*Dan di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari jenismu sendiri, agar kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan Dia menjadikan di antaramu rasa kasih dan sayang. Sungguh, pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir”*.

Tabel 2. 4

Analisis Ma’ani Mufaradat Teks Islam tentang Kecewa (QS. Ar-Rum: 21)

No.	Teks Islam	Terjemahan	Sinonim	Antonim	Komponen	Perspektif Psikologi
1.	خَلَقَ	Menciptakan	أَحَدَتْ	إِسْتَبَعَدَ	Aktivitas	Generation
2.	أَزْوَاجًا	Pasangan	عَقِيلَةٌ	عَدُوٌّ	Audien	Couple
3.	لِتَسْكُنُوا	Tenteram	مَطْمَئِنٌّ	جَلْبَةٌ	Efek	Peacefull
4.	جَعَلَ	Menjadikan	أَفْضَى	أَثَلَفَ	Proses	Process
5.	مَوَدَّةً	Kasih	مَحَبَّةً	كَرِهَهُ	Norma	Support
6.	رَحْمَةً	Sayang	شُعُورٌ	كَرِهَهُ	Norma	Peacefull
7.	يَتَفَكَّرُونَ	Berpikir	يَعْتَقِدُ	يُحْرِقُ	Aspek	Mind

4) Ali-‘Imran: 139

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: “Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman ”.

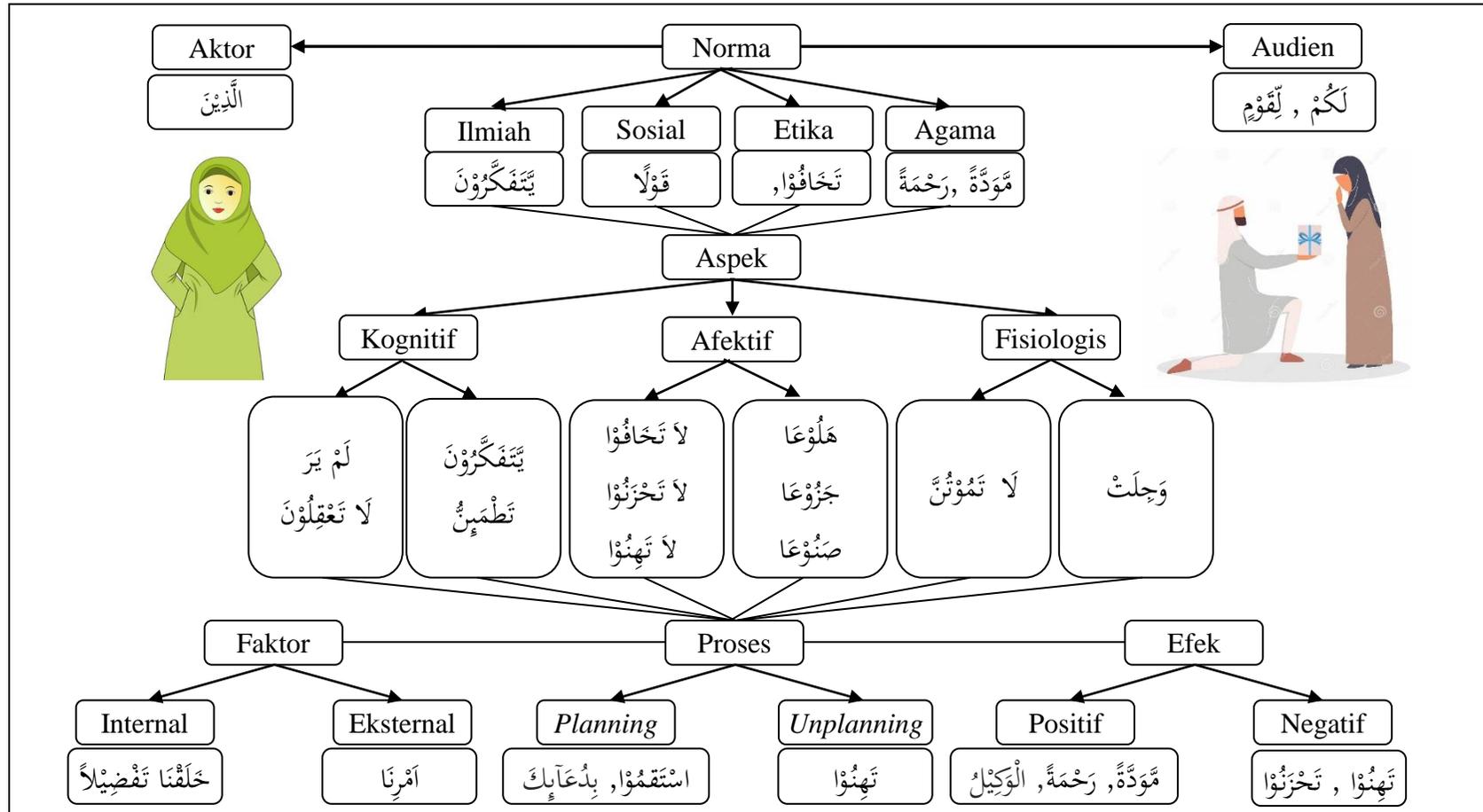
Tabel 2. 5

Analisis Ma’ani Mufaradat Teks Islam tentang Kecewa (QS. Ali-‘Imran:139)

No.	Teks Islam	Terjemahan	Sinonim	Antonim	Komponen	Perspektif Psikologi
1.	تَهِنُوا	Lemah	ضَعِيفٌ	شَدِيدٌ	Aspek	Anxiety
2.	تَحْزِنُوا	Bersedih	يَحْزَنُ	يَسْعُدُ	Aspek	Anxiety
3.	الْأَعْلَوْنَ	Paling tinggi	حَدَّ أَفْصَى	أَسْفَلَ	Proses	Success
4.	مُؤْمِنِينَ	Orang beriman	مُؤَحِّدٌ	كَافِرٌ	Norma	Relijius

b. Pola Teks Islam tentang Kecemasan

Gambar 2. 3
Pola Teks Islam Kecemasan



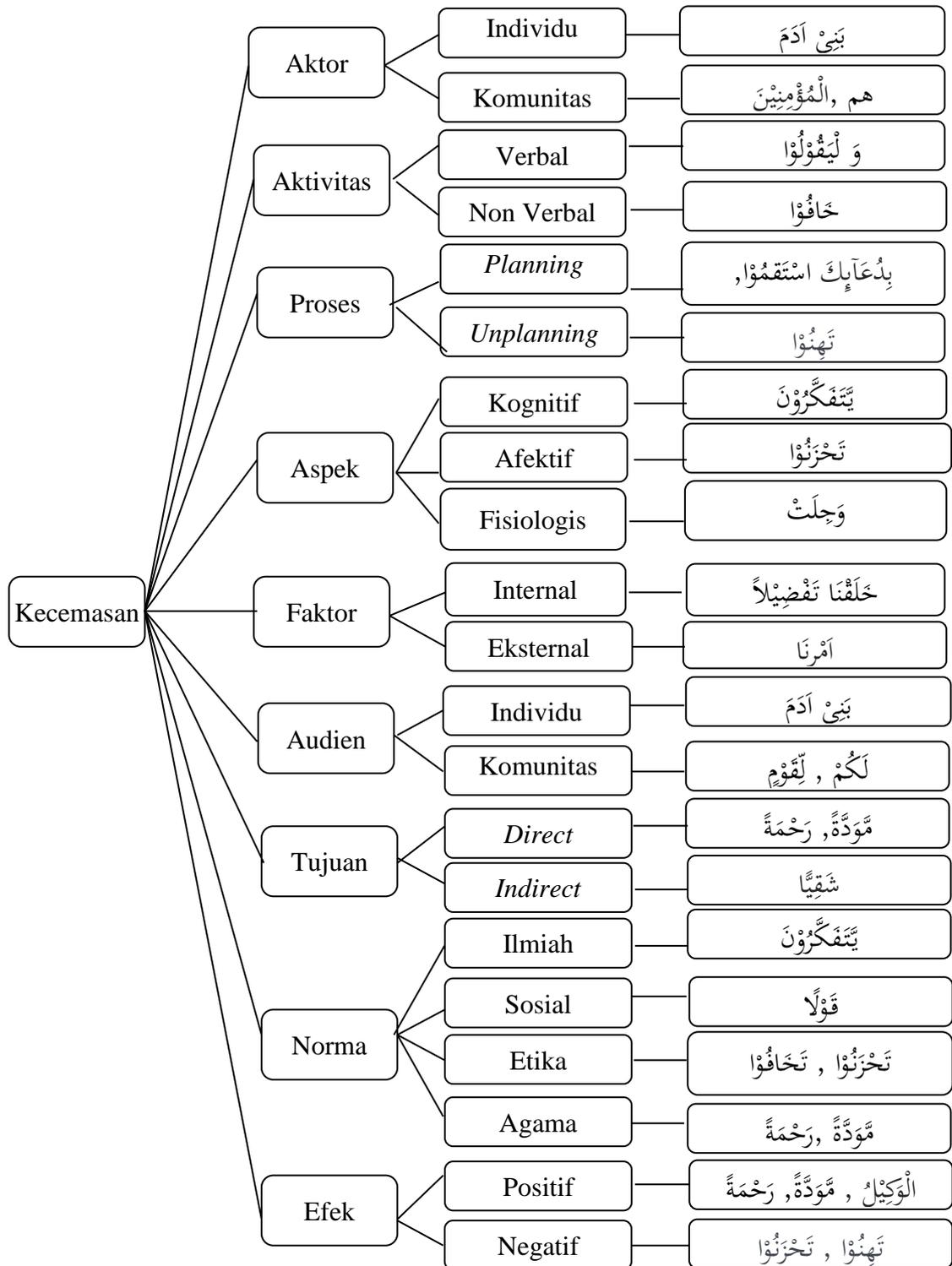
c. Analisis Komponen Teks Islam

Tabel 2. 6 Tabel Analisis Komponen Al-Qur'an Kecemasan

	Komponen	Kategori	Deskripsi
1	Aktor	Individu, <i>personal</i>	بَنِي آدَمَ, الرجل, المرأة
		Komunitas	هم, الْمُؤْمِنِينَ
2	Aktivitas	Verbal	و لِيَقُولُوا
		Non Verbal	خَافُوا
3	Proses	<i>Planning</i>	اسْتَقْتَمُوا, بِدُعَائِكَ
		<i>Unplanning</i>	تَهِنُوا
4	Aspek	Kognitif	(+) يَتَفَكَّرُونَ, تَطْمِئِنُّ
			(-) لَمْ يَرَ, لَا تَعْقِلُونَ
		Afektif	(+) هَلُوعًا, جَزُوعًا, صُنُوعًا
			(-) لَا تَخَافُوا, لَا تَحْزَنُوا, لَا تَهِنُوا
		Fisiologis	(+) وَجِلْتِ
			(-) لَا تَمُوتَنَّ
5	Faktor	Internal	خَلَقْنَا تَفْضِيلًا
		Eksternal	أَمْرِنَا
6	Audien	Individu	بَنِي آدَمَ
		Komunitas	لَكُمْ, لِقَوْمٍ
7	Tujuan	<i>Direct</i>	مَوَدَّةً, رَحْمَةً
		<i>Indirect</i>	شَقِيًّا
8	Norma	Ilmiah	يَتَفَكَّرُونَ
		Sosial	قَوْلًا
		Etika	تَخَافُوا, تَحْزَنُوا
		Agama	مَوَدَّةً, رَحْمَةً
9	Efek	Positif (+)	نِعْمَ, حَسْبُنَا, الْوَكِيلُ
		Negatif (-)	تَهِنُوا, تَحْزَنُوا

d. Peta Konsep Teks Islam

Gambar 2. 4 Mapping Konsep Psikologi



e. Rumusan Konseptual Kecemasan

1) General

Kecemasan merupakan keadaan emosional yang dirasakan individu melalui proses *planning* (اسْتَقْمُوا) ataupun *unplanning* (تَهِنُوا) sehingga berdampak pada beberapa aspek seperti kognitif (يَتَفَكَّرُونَ), afektif (تَحْزَنُوا), maupun fisiologis (قُلُوبِ , السَّكِينَةَ) individu serta dipengaruhi oleh faktor internal (خَلَقْنَا تَفْضِيلًا) dan eksternal (خَلَقْنَا تَفْضِيلًا).

2) Partikular

Kecemasan merupakan keadaan emosional yang dapat dirasakan oleh individu (بَنِي آدَمَ) dan membuatnya merasa takut (خَافُوا) bahkan mencela diri (وَأَلْفُوا نَفْسَهُمْ) sehingga memicu terciptanya takut (تَخَافُوا) dan sedih (تَحْزَنُوا). Kecemasan dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti, biologis (خَلَقْنَا تَفْضِيلًا) dan lingkungan (أَمْرًا).

9. Hipotesis

Berdasarkan kajian teori yang dipaparkan serta fakta-fakta lapangan kecemasan memilih pasangan pada wanita dewasa awal Kota Malang, maka hipotesis dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

H_0 : Tidak ada hubungan antara harga diri dan kecemasan memilih pasangan pada perempuan dewasa awal Kota Malang

H_1 : Ada hubungan antara harga diri dan kecemasan memilih pasangan pada perempuan dewasa awal Kota Malang

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Pada penelitian ini analisis data yang digunakan akan diperoleh lebih lanjut menggunakan metode statistika. Sejalan dengan pendapat Azwar (2007:21) dimana penelitian yang menggunakan metode kuantitatif akan memunculkan angka-angka atau *numerical*, yang nantinya akan diolah menggunakan metode statistika, dengan begitu hasil yang diperoleh adalah signifikansi atau nilai kebenaran dari hubungan antar variabel yang diteliti.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian lapangan korelasi atau hubungan. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui apakah antara variabel satu dengan yang lainnya memiliki hubungan keeratan atau tidak (Saifuddin Azwar, 2007:21). Permasalahan yang akan diuji oleh peneliti adalah untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan kecemasan memilih pasangan pada dewasa awal.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

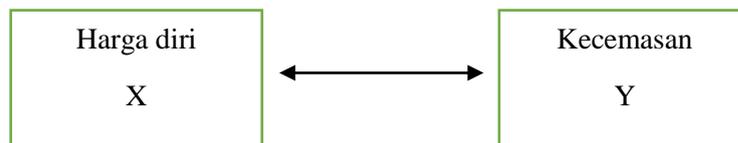
Peneliti menggunakan dua variabel dalam penelitian ini, yaitu variabel bebas dan variabel tergantung atau terikat, dengan penjelasan sebagai berikut:

1. Variabel terikat atau tergantung (*dependen variable*) merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain (Saifuddin Azwar,

2007:21). Variabel terikat atau tergantung dalam penelitian ini adalah kecemasan dalam memilih pasangan hidup.

2. Variabel tidak terikat atau bebas (*independent variable*) adalah variabel yang mempengaruhi variabel lain (Saifuddin Azwar, 2007:21). Variabel tidak terikat atau bebas dalam penelitian ini adalah harga diri.

Korelasi antar variabel yang dijelaskan diatas dapat digambarkan sebagai berikut:



C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah pengertian dari suatu variabel yang didapatkan melalui karakter yang ada dalam variabel tersebut dan harus dapat dilihat dan diamati (Saifuddin Azwar, 2007:21).

Pengertian dari definisi operasional atas variabel bebas dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Harga Diri

Harga diri adalah akibat dari evaluasi suatu individu pada dirinya sendiri yang akhirnya mencerminkan perilaku dalam memberikan makna dirinya dengan menunjukkan seberapa jauh seorang individu merasa dirinya berharga.

Penelitian ini diukur menggunakan kuesioner dengan skala harga diri yang dikemukakan oleh Rosenberg et al. (1995:141-156) yang terdiri dari dua aspek harga diri yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri. Berdasarkan kedua aspek tersebut ada lima dimensi yaitu, akademik, emosional, sosial, fisik dan keluarga. Penelitian ini telah di uji validitas konstruknya oleh Nelan Maroqi (2018) lalu di modifikasi oleh penulis.

2. Kecemasan

Kecemasan merupakan perasaan tidak menyenangkan dirasakan oleh tubuh yang berasal dari luar kesadaran diri seorang individu hal ini akan menyebabkan seorang individu merasa takut, khawatir, tidak enak serta memiliki perasaan buruk akan suatu hal yang belum terjadi pada dirinya.

Penelitian ini menggunakan skala kecemasan memilih pasangan hidup yang diukur menggunakan teori Calhoun dan Acocella (1995), yang menjelaskan bahwa kecemasan memiliki tiga reaksi, yaitu reaksi emosional, kognitif, dan fisiologis. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini dibuat oleh penulis dengan merujuk pada aspek yang dikembangkan oleh Calhoun dan Acocella (1995).

D. Strategi Penelitian

1. Populasi

Populasi menurut Azwar (2007:21), ialah suatu kelompok subjek yang akan mendeskripsikan secara umum dari hasil sebuah penelitian sehingga subjek harus memiliki ciri untuk membedakan satu subjek dengan subjek lainnya. Populasi artinya keseluruhan satuan subjek yang akan diteliti, untuk mendapatkan batasan berasal populasi. Terdapat beberapa kriteria yang wajib dipenuhi yaitu cakupan, isi, dan saat (Prasetyo, 2012:132). Penduduk Kota Malang pada tahun 2021 berjumlah 844.933 yang tersebar di beberapa kecamatan sebagai berikut:

Tabel 3. 1 Sebaran Penduduk Kota Malang

No.	Kecamatan	Jumlah Penduduk
1.	Kedungkandang	208.075
2.	Sukun	196.487
3.	Klojen	94.072
4.	Blimbing	182.504
5.	Lowokwaru	163.795
Total Penduduk		844.933

Dari total penduduk tersebut Badan Pusat Statistik Kota Malang (2022) mengungkapkan jumlah perempuan dewasa awal di Kota Malang berjumlah 53.026. Jumlah tersebut merupakan populasi dalam penelitian ini dengan sebaran sebagai berikut:

Tabel 3. 2 Sebaran Perempuan Dewasa Kota Malang

No.	Kecamatan	Jumlah Penduduk
1.	Kedungkandang	15.908
2.	Sukun	9.545
3.	Klojen	5.303
4.	Blimbing	11.665
5.	Lowokwaru	10.605
Total Penduduk		53.026

2. Sampel

Sampel adalah beberapa subjek yang didapatkan dari keseluruhan populasi (Azwar, 2007:21). Sampel menurut Arikunto (2006:16-22) adalah sebagian atau wakil dari keseluruhan populasi yang digunakan sebagai sumber data. Perhitungan sampel dalam penelitian ini menggunakan panduan tabel Krejcie dan Morgan yang didasarkan atas kesalahan 5% sehingga sampel yang diperoleh memiliki tingkat kepercayaan sebesar 95% terhadap populasi (Sumanto, 2014:110). Adapun rumus pengukuran jumlah sampel tersebut adalah sebagai berikut:

$$S = \{\lambda^2 \cdot N \cdot P \cdot Q\} / \{d^2 (N-1) + \lambda^2 \cdot P \cdot Q\}$$

Keterangan:

S = Jumlah sampel

λ^2 = Lamda (faktor pengali) dengan dk=1, taraf kesalahan bisa 1%, 5%, 10%

N = Populasi

P (populasi menyebar normal) = Q = 0,5

d = 0,05

Ataupun, sampel bisa ditentukan berdasarkan jumlah populasi dengan merujuk pada tabel Krejcie dan Morgan sebagai berikut:

Tabel 3. 3
Tabel Krejcie dan Morgan

Populasi (N)	Sampel (n)
40000	380
50000	381
75000	382

Berdasarkan rumus tersebut didapatkan hasil jumlah sample minimal pada penelitian ini adalah 381 orang yaitu 0,71% dari jumlah seluruh populasi atau 53.026.

3. Teknik Sampling

Metode *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *probability sampling* dengan kategori *cluster random sampling*. *Probability sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dimana setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk menjadi sampel. Adapun *cluster random sampling* merupakan teknik pengambilan anggota sampel berdasarkan kelompok wilayah dari anggota populasi penelitian (Sugiyono, 2015, p. 82). Metode ini dipakai karena syarat-syarat dan tujuan tertentu yang harus terpenuhi (Arikunto, 2006). Dari total populasi yang berjumlah 53.026 orang dengan sebaran sebagaimana yang tertera di tabel 3.2, peneliti memilih 381 sampel secara *random* tanpa mempedulikan strata dalam populasi tersebut.

Adapun sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah:

- a. Responden merupakan wanita berumur 19 sampai 25 tahun
- b. Belum menikah
- c. Berdomisili di Kota Malang

Berdasarkan sebaran *cluster* (wilayah) populasi penelitian di lima kecamatan di tabel 3.2, peneliti melakukan pengambilan sampel kembali secara *random* sebagai sampel individu yang akan digunakan untuk diteliti

dalam penelitian ini. Adapun jumlah sampel minimal berdasarkan tabel Krejcie dan Morgan adalah 381 orang. Berikut ini merupakan sebaran sampel individu yang telah terpilih:

Tabel 3. 4 Sebaran Sampel

No.	Kecamatan	Jumlah Penduduk
1.	Kedungkandang	49
2.	Sukun	68
3.	Klojen	76
4.	Blimbing	83
5.	Lowokwaru	105
Total Penduduk		381

E. Motode Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data melalui angket kuisioner. Kuisioner adalah serangkaian pertanyaan yang ditulis dan digunakan untuk mendapatkan info dari subjek atau responden (Arikunto, 2006b). Kuisioner yang diterapkan dalam penelitian ini adalah pertanyaan bersifat tertutup yang dalam hal ini subjek atau responden hanya bisa menjawab pertanyaan yang sudah dipaparkan oleh peneliti didalam jawaban yang tercantum. Adapun instrument dalam penelitian ini terdiri dari dua bagian, yaitu menggunakan skala harga diri dan kecemasan.

Model kuisioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah model skala *likert*. Skala *likert* adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi dari diri invididu atau kelompok mengenai suatu keadaan sosial yang sedang dihadapinya (Riduwan, 2009). Pada masing-masing instrument terdapat empat pilihan jawaban, yaitu (SS) “Sangat

Setuju” (S), “Setuju” (TS) “Netral (N) “Tidak Setuju” (STS) “Sangat Tidak Setuju”. Berdasarkan lima pilihan jawaban yang diberikan di atas bertujuan untuk menghindari jawaban dari skala *likert* sebagai berikut :

Tabel 3. 5
Distribusi Skala *Likert*

Bentuk Jawaban	Nilai	
	Favourable	Unfavourable
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Nertal	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

2. Validitas dan Reliabilitas

a. Validitas Alat Ukur

Validitas atau *validity* memiliki arti sejauh apa suatu alat ukur mampu mengukur apa yang seharusnya diukur. Validitas merujuk pada suatu alat ukur untuk mengukur hal yang perlu diukur (Tanzeh, 2011). Suatu instrumen yang memiliki validitas tinggi menunjukkan bahwa kemampuan instrumen tersebut untuk mengukur suatu atribut juga semakin baik.

3) Validitas Variabel Harga Diri

Variabel harga diri pada penelitian ini diukur menggunakan skala harga diri yang merujuk pada aspek-aspek harga diri yang dikemukakan oleh Rosenberg et al. (1995:141-156) yang telah diuji validitas konstruknya oleh Nelan Maroqi. Adapun aspek-aspeknya yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri. Berdasarkan dua aspek

yang telah di jelaskan di atas terbagi lagi menjadi lima dimensi yaitu: dimensi akademik, sosial, emosional, keluarga, dan fisik. Setelah dilakukan validitas konstruk kemudian dilakukan uji coba instrumen terhadap responden dengan hasil sebagaimana terlampir. Berdasarkan hasil uji coba tersebut, ditemui satu item yang gugur yaitu item nomor 8. Berikut adalah *blueprint* item skala variabel harga diri baik sebelum diuji coba maupun setelahnya:

Tabel 3. 6
***Blueprint* Item Skala Harga Diri Sebelum Diuji Coba**

Aspek	Indikator	Favo- rabel	Unfavo- rabel	Item Gugur	Jumlah Item Valid
Penerimaan diri	1. Emosional 2. Sosial 3. Akademik 4. Keluarga 5. Fisik	1,7,8,10	6	-	5
Penghormatan diri	1. Emosional 2. Sosial 3. Akademik 4. Keluarga 5. Fisik	3,4	2,5,9	-	5
Jumlah Item Valid Penelitian					10

Tabel 3. 7
***Blueprint* Item Skala Harga Diri setelah Diuji Coba**

Aspek	Indikator	Favo- rabel	Unfavo- rabel	Item Gugur	Jumlah Item Valid
Penerimaan diri	1. Emosional 2. Sosial 3. Akademik 4. Keluarga 5. Fisik	1,7,10	6	8	4
Penghormatan diri	1. Emosional 2. Sosial 3. Akademik 4. Keluarga 5. Fisik	3,4	2,5,9	-	5
Jumlah Item Valid Penelitian					9

4) Validitas Variabel Kecemasan Memilih Pasangan

Item skala yang digunakan dalam penelitian ini disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Calhoun dan Acocella (1995). Oleh karena itu akan dilakukan CVR (*Content Validity Ratio*) yang merupakan sebuah uji kelayakan melalui *Subject Matter Expert* (SME) (Azwar, 2015:21). Pelaksanaan proses validasi tersebut melibatkan tiga dosen ahli di bidang ilmu psikologi guna menelaah setiap item alat ukur. Hal ini bertujuan agar dapat memutuskan item-item yang lolos dan dapat digunakan saat penelitian. Berdasarkan hasil CVR, item-item yang dikemukakan mendapatkan saran dari para panelis sehingga item-item tersebut dapat digunakan serta dikembangkan berdasarkan saran-saran yang telah diberikan. Setelah dilakukan CVR item-item tersebut juga dilakukan uji coba pada responden, dan berdasarkan hasil sebagaimana terlampir terdapat beberapa item yang gugur. Berikut ini merupakan *blueprint* skala kecemasan memilih pasangan :

Tabel 3. 8
Blueprint Skala Kecemasan dalam Memilih Pasangan sebelum Diuji Coba

Aspek	Indikator	Favor-abel	Unfavo-rabel	Item Gugur	Jumlah Item Valid
Reaksi Emosional	1. Sedih 2. Menyalahkan diri sendiri 3. Marah	1, 2, 3		-	3
Reaksi Kognitif	4. Takut 5. Khawatir 6. Bingung	4, 5, 8,	6, 7	-	5

Reaksi fisiologis	7. Gugup 8. Berkeringat 9. Pusing	9, 10, 11, 12, 15, 16, 17, 18, 19.	13, 14, 20, 21	-	13
Jumlah Item Valid Penelitian					21

Tabel 3. 9
Blueprint Skala Kecemasan dalam Memilih Pasangan
setelah Diuji Coba

Aspek	Indikator	F	U	Item Gugur	Jumlah Item Valid
Reaksi Emosional	1. Sedih 2. Menyalahkan diri sendiri 3. Marah	2		1, 3	1
Reaksi Kognitif	4. Takut 5. Khawatir 6. Bingung	4, 5, 8		6, 7	3
Reaksi fisiologis	7. Gugup 8. Berkeringat 9. Pusing	9, 10, 11, 16, 17, 18	14, 21	12, 13, 15, 19, 20	8
Jumlah Item Valid Penelitian					12

b. Reliabilitas Alat Ukur

Reabilitas menunjukkan seberapa reliabel instrumen yang digunakan seorang peneliti untuk mengetahui sejauh mana suatu hasil proses dapat dipercaya Reliabilitas merupakan ukuran konsistensi suatu instrumen dalam menghasilkan hasil yang sama walaupun digunakan dalam waktu yang berbeda (Azwar, 2015:21). Koefisien reliabilitas dimulai dari 0 sampai dengan 1,00. Dimana nilai koefisien yang semakin mendekati 1,00 menunjukkan bahwa reliabilitas instrumen tersebut semakin tinggi. Begitupun sebaliknya, nilai koefisien yang semakin mendekati 0 menunjukkan reabilitas instrumen tersebut semakin rendah (Azwar, 2015:21). Arikunto (2006) membagi kategori reliabilitas data menjadi beberapa kategori. Jika bernilai <

0,200 maka tidak reliabel, nilai 0,210 – 0,400 kurang reliabel, > 0,420 – 0,600 cukup reliabel dan > 0,600 sangat reliabel. Berikut ini adalah hasil uji reliabilitas sebagai berikut:

Tabel 3. 10
Uji Reliabilitas Skala

Variabel	Koefisien Alpha	Keterangan
Harga Diri	0,817	Reliabel
Kecemasan	0,864	Reliabel

F. Analisis Data

Tujuan dari analisis data adalah untuk menjawab rumusan masalah yang telah dibuat oleh peneliti, sehingga nantinya peneliti dapat mengambil sebuah kesimpulan dari penelitian ini.

1. Menentukan Kategorisasi

Menentukan kategori dilakukan setelah mengetahui nilai dari mean dan juga standar deviasi. Tahap selanjutnya adalah pengkategorian. Kategori adalah kegiatan pengelompokan dari masing-masing subjek dengan tingkatan tertentu sesuai dengan norma yang ada dan berlaku.

Rumus untuk mengklasifikasikannya adalah :

- a. Mean merupakan rata-rata nilai dari data yang diperoleh dengan menghitung keseluruhan angka dan membaginya sesuai dengan banyaknya data yang dijumlahkan. Rumus dalam mencari mean adalah :

$$M = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan :

M = Mean

ΣX = Jumlah nilai dalam distribusi

N = Jumlah total responden

b. Mencari Mean Hipotetik

Rumusan untuk mencari mean hipotetik adalah :

$$M = \frac{1}{2} (i \text{ Max} + i \text{ Min}) \times \sum \text{item}$$

Keterangan:

M = Mean Hipotetik

Max = Skor tertinggi item

i Min = Skor terendah item

\sum item = Jumlah item dalam skala

c. Mencari Standar Deviasi

Setelah mencari dan mendapatkan rata-rata dari mean, maka langkah selanjutnya adalah mencari standar deviasi menggunakan rumus sebagai berikut :

$$SD = \frac{1}{6} (i \text{ Max} - i \text{ Min})$$

Keterangan:

SD = Standar deviasi

i Max = Skor tertinggi item

Min = Skor terendah item

d. Menentukan Kategorisasi

Untuk menemukan kategorisasi pada penelitian ini menggunakan tiga norma yaitu sebagai berikut :

- a. Tinggi = $X > M + 1SD$
- b. Sedang = $M - 1SD < X < M + 1SD$
- c. Rendah = $X < M - 1SD$

2. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan salah satu uji pendapat yang memiliki tujuan untuk membuktikan bahwa data yang nantinya akan diuji tersloksi normal (Pratama, 2016). Pada penelitian ini uji yang akan digunakan adalah uji kolmogorov smirnow.

3. Uji Linieritas

Uji linier ini berfungsi untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan yang signifikan antara variabel terikat dan variabel bebas (Pratama, 2016).

4. Uji Hubungan Korelasi

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode analisis data yang menggunakan teknik analisis korelasi *product moment* yang dikemukakan oleh Pearson yang dipakai untuk menggali atau mencari hubungan korelasi antara satu variabel dengan variabel lainnya

(Hadi, 1996) yaitu variabel harga diri dengan kecemasan memilih pasangan.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Objek Penelitian.

1. Sejarah Singkat Kota Malang

Kota Malang merupakan salah satu kota yang letaknya berada di Jawa Timur negara Indonesia, luas dari Kota Malang sekitar 110,1 km dengan ketinggian 506 dari permukaan laut. Penduduk Kota Malang pada tahun 2021 berjumlah 844.933. Jumlah tersebut tersebar di lima kecamatan Kota Malang, yaitu Kecamatan Kedungkandang 208.075 jiwa, Sukun 196.487 jiwa, Klojen 94.072 jiwa, Blimbing 182.504 jiwa, dan Lowokwaru 163.795 jiwa. Adapun jumlah penduduk dengan jenis kelamin laki-laki berjumlah 420.351, sedangkan penduduk dengan jenis kelamin perempuan berjumlah 424.578. Berdasarkan total penduduk laki-laki tersebut, 53,10% di antaranya sudah menikah. Adapun persentase perempuan yang telah menikah adalah 51,94% dari total penduduk perempuan (Badan Pusat Statistik Kota Malang, 2022).

Kota Malang sendiri adalah kota terbesar di Jawa Timur setelah Surabaya, Kota Malang sering dijuluki sebagai kota pelajar dan kota bunga hal ini tentu memiliki alasan yang logis, kota malang memiliki banyak Perguruan Tinggi yakni sekitar 80 perguruan tinggi yang tersebar di wilayah Malang Raya. Kota Malang banyak di juluki juga sebagai kota bunga karena Malang memiliki potensi alam yang baik dengan ketinggian tanah berada pada 440-667 mdpl. Hal inilah ini menjadi alasan

malang merupakan kota yang cocok ditumbuhi oleh tanaman seperti Bunga, apel, sayuran dan lain-lain.

Jumlah perguruan tinggi yang banyak ini juga akhirnya mendatangkan banyak mahasiswa dari luar Kota Malang untuk menuntut ilmu di kota ini. Malang sudah memiliki puluhan sekolah sejak masa Hindu Belanda. Jumlah ini termasuk jumlah yang relatif banyak jika dilihat dari luas dan jumlah penduduk Malang saat itu. Pada tahun 1914-1939-an pertumbuhan pendidikan di Malang terjadi sangat pesat. Setelah masa kemerdekaan tiba akhirnya mulai ada yang mendirikan universitas di Malang, jumlah mahasiswa dan siswa yang masuk di Kota Malang semakin banyak. Hal ini terus berjalan hingga saat ini dan akhirnya pendidikanlah yang menjadi salah satu pendorong berkembangnya Kota Malang ini.

2. Waktu dan Tempat

Penelitian ini dilaksanakan sejak tanggal 04 September 2021 sampai 25 Juni 2022 dan berlokasi di Kota Malang.

3. Jumlah Subjek Penelitian

Jumlah subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah 381 orang. Subjek merupakan wanita dewasa awal yang berusia 19 sampai 25 tahun, belum menikah dan berdomisili di Kota Malang.

4. Hambatan Penelitian

Peneliti mendapatkan beberapa hambatan dalam proses penelitian ini, di antaranya adalah:

- a. Dampak pandemi COVID 19 yang membuat ruang gerak peneliti menjadi sangat terbatas mengingat peraturan kesehatan saat pandemi mengharuskan semua kegiatan berada di dalam rumah atau membatasi interaksi sesama manusia. Sehingga kegiatan masyarakat di kota Malang juga banyak dilakukan secara online, dengan demikian penelitian ini akhirnya dilakukan melalui online seluruhnya.
- b. Penelitian ini menggunakan subjek yang lumayan banyak dan peneliti hanya dapat membagikan link penelitian secara online. Banyak subjek yang tidak mengisi secara langsung bahkan banyak subjek yang tidak mengisi.

B. Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan suatu uji asumsi yang memiliki tujuan untuk membuktikam bahwa data yang akan diuji terdistribusi normal atau tidak (Pratama, 2016). Model korelasi bisa dikatakan layak atau baik adalah data distiribusi normal pada skor signifikansi $(p) > 0,05$, namun jika skor $(p) < 0,05$ maka data yang digunakan tidak normal. Penelitian ini menguji normalitas data menggunakan bantuan aplikasi program IBM SPSS (*statistical package or social science*) versi 23.0 for windows. Adapaun hasil uji normalitas dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel 4. 1
Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		381
Normal Parameters ^{a, b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	7.78148022
Most Extreme Differences	Absolute	.026
	Positive	.025
	Negative	-.026
Test Statistic		.026
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c, d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan hasil One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test di atas, dapat diketahui bahwa data yang digunakan memiliki nilai signifikansi sebesar 0,200 yakni lebih besar dari 0,05. Jadi dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk melihat apakah variabel bebas dan variabel terikat memiliki identifikasi linier atau tidak, dua variabel dapat dikatakan memiliki hubungan yang linier apabila nilai signifikansinya pada linieritas < 0,05. Uji linieritas pada penelitian ini menggunakan bantuan program IBM SPSS versi 23.0 *for windows*, dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4. 2
Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KECEMASAN * HARGA DIRI	Between Groups	(Combined)	6009.027	22	273.138	4.624	.000
		Linearity	4147.610	1	4147.610	70.212	.000
		Deviation from Linearity	1861.417	21	88.639	1.500	.074
	Within Groups		21148.128	358	59.073		
	Total		27157.155	380			

Berdasarkan hasil dari uji linieritas yang sudah dilakukan tersebut maka dapat diperoleh nilai signifikansi. Linierity sebesar $0,000 < 0,05$ maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan linier yang signifikan antara variabel harga diri dengan variabel kecemasan memilih pasangan.

2. Analisis Deskriptif

Terdapat beberapa analisis deskriptif yang peneliti paparkan dalam penelitian ini, hal ini bertujuan untuk memaparkan data dari hasil yang didapatkan dari masing-masing variabel. Berikut ini adalah hasil deskripsi penelitian mengenai dua variabel harga diri dan kecemasan memilih pasangan.

a. Deskripsi tingkat Harga Diri

Tingkat harga diri seseorang dapat diketahui dengan membaginya dalam beberapa kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Kategori-kategori ini dapat diketahui dengan cara mengetahui nilai mean (M) dan standar deviasi (SD). Penjelasan selengkapnya akan dijelaskan sebagai berikut :

Tabel 4. 3
Skor Hipotetik Harga Diri

Variabel	Mean	SD	Min	Max
Harga Diri	30	8	13	41

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa pengukuran mengenai skala harga diri menggunakan skala yang terdiri dari 9 item dan di sebarakan ke 381 responden dengan 5 pilihan respon yang memiliki skor rendah 1 dan skor tertinggi 5. Setelah dilakukan perhitungan hipotetik maka skor tertinggi dari skala harga diri adalah 41, skor terendah 13 dengan mean 30 dan standar deviasi 8.

Berdasarkan nilai mean (M) dan standard deviasi (SD), maka dapat diketahui tingkat kategorisasi variabel harga diri sebagai berikut.

Tabel 4. 4
Kategorisasi Tingkat Harga Diri

Kategori	Rumus	Hasil
Tinggi	$X \geq \text{Mean} + 1 \times \text{SD}$	$X \geq 38$
Sedang	$\text{Mean} - 1 \times \text{SD} \leq X < \text{Mean} + 1 \times \text{SD}$	$22 \leq X < 38$
Rendah	$X < \text{Mean} - 1 \times \text{SD}$	$X < 22$

Berdasarkan kategorisasi skala harga diri di atas, maka dapat diperoleh frekuensi dan presentase harga diri wanita dewasa awal terhadap kecemasan memilih pasangan pada tabel 4.5.

Tabel 4. 5
Kategorisasi Skor Harga Diri

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase
Tinggi	> 38	6	2%
Sedang	22 – 38	371	97%
Rendah	< 22	4	1%

Berdasarkan tabel 4.5 diketahui bahwa terdapat 6 responden pada kategori tinggi dengan presentase 2% dari jumlah 381 responden secara keseluruhan. Terdapat 371 responden pada kategori sedang dengan presentase 97% dari jumlah 381 responden secara keseluruhan. Serta terdapat 4 responden pada kategori rendah dengan presentase 1% dari 381 total responden. Berdasarkan frekuensi tersebut, dapat disimpulkan bahwa dari 381 responden memiliki taraf harga diri yang berbeda-beda.

Gambar 4. 1
Diagram Kategorisasi Harga Diri

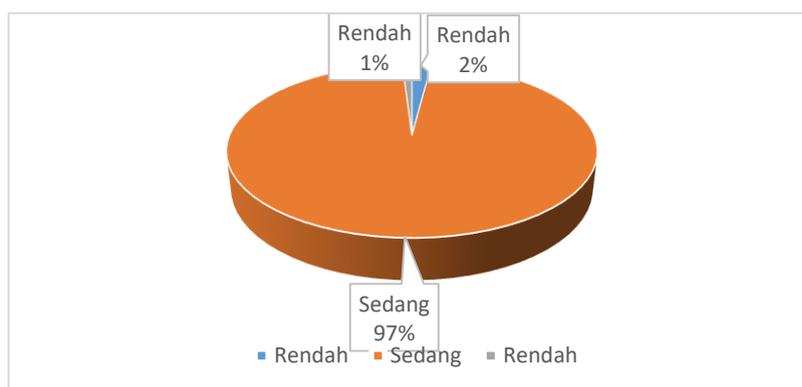


Diagram di atas menunjukkan bahwa responden paling banyak berada pada kategori sedang. Hal ini menandakan bahwa tingkat harga diri responden termasuk sedang.

Tabel 4. 6
Kategorisasi Tingkat Kecemasan Memilih Pasangan

Variabel	Mean	SD	Min	Max
Kecemasan memilih pasangan	43	8	16	65

Setelah dilakukan perhitungan hipotetik pada skala kecemasan memilih pasangan maka skor tertinggi dari variabel ini adalah 65, skor rendah 16, serta mean 43 dan standar deviasi 8.

Berdasarkan nilai mean (M) dan standard deviasi (SD), maka dapat diketahui tingkat kategorisasi variabel kecemasan sebagai berikut.

Tabel 4. 7
Kategorisasi Tingkat Kecemasan

Kategori	Rumus	Hasil
Tinggi	$X \geq \text{Mean} + 1 \times \text{SD}$	$X \geq 51$
Sedang	$\text{Mean} - 1 \times \text{SD} \leq X < \text{Mean} + 1 \times \text{SD}$	$35 \leq X < 51$
Rendah	$X < \text{Mean} - 1 \times \text{SD}$	$X < 35$

Berdasarkan kategorisasi skala kecemasan di atas, maka dapat diperoleh frekuensi dan presentase kecemasan wanita dewasa awal dalam memilih pasangan pada tabel 4.8.

Tabel 4. 8
Kategorisasi Skor Kecemasan

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase
Tinggi	> 51	62	16%
Sedang	$35 - 51$	255	67%
Rendah	< 35	64	17%

Berdasarkan tabel 4.8 diketahui bahwa terdapat 62 responden pada kategori tinggi dengan presentase 16% dari jumlah 381 responden secara keseluruhan. Terdapat 255 responden pada kategori sedang dengan presentase 67% dari jumlah 381 responden secara keseluruhan. Serta terdapat 64 responden pada kategori rendah dengan presentase 17% dari 381 total responden. Berdasarkan frekuensi tersebut, dapat disimpulkan bahwa dari 381 responden memiliki taraf kecemasan yang berbeda-beda.

Gambar 4. 2
Diagram Kategorisasi Kecemasan

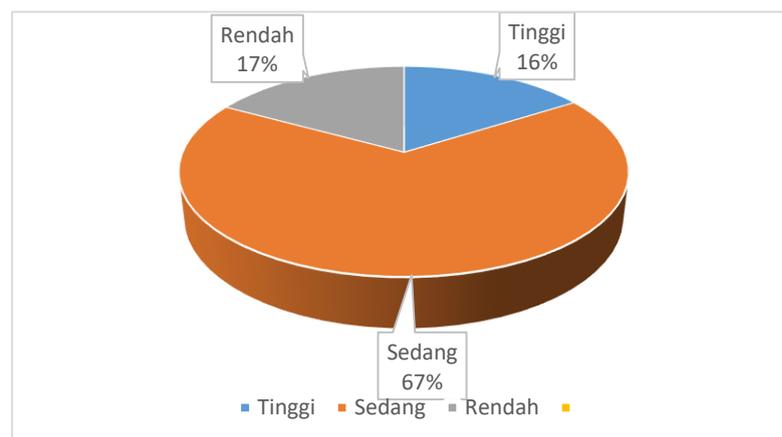


Diagram di atas menunjukkan bahwa responden paling banyak berada pada kategori sedang. Hal ini menandakan bahwa tingkat kecemasan responden termasuk sedang.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari masing-masing pola harga diri terhadap kecemasan memilih pasangan. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi *product moment*, dengan

menggunakan bantuan IBM SPSS versi 23.0 for windows. Hasil analisis data penelitian dijelaskan sebagai berikut :

Tabel 4. 9
Hasil Uji Korelasi

<i>Correlation</i>		Harga diri	Kecemasan
Harga diri	<i>Pearson Correlation</i>	1	.391**
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		.000
	N	381	381
kecemasan	<i>Pearson Correlation</i>	.391**	1
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	.000	
	N	381	381

** . *Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)*

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara harga diri dengan kecemasan memilih pasangan. Hal ini dapat dilihat dari nilai $p < \alpha$, yaitu $0.000 < 0.05$ dan pada tabel di atas juga menunjukkan bahwa nilai korelasi hasil r_{xy} mendapatkan hasil sebesar 0.391 hasil ini menurut pedoman derajat hubungan memiliki korelasi yang lemah.

C. Pembahasan

1. Tingkat Harga Diri Dewasa Awal Kota Malang

Menurut Rosenberg et al. (1995:141-156) harga diri merupakan bentuk evaluasi positif maupun negatif individu terhadap dirinya sendiri atau dapat dikatakan sebagai gambaran seseorang dalam menilai dirinya sendiri. Diungkapkan pula bahwa tingkat harga diri seseorang dapat dilihat melalui lima sudut pandang. Pertama, sudut pandang akademik yakni cara berpikir seseorang terhadap kualitas pendidikan. Kedua, sudut pandang sosial yang mengacu pada persepsi seseorang kepada hubungan sosialnya.

Ketiga, sudut pandang emosional yang merupakan hubungan sosial individu. Keempat, sudut pandang keluarga yang mengacu pada bagaimana suatu individu melibatkan dirinya dalam keluarga. Kelima, sudut pandang fisik yang mengacu pada cara seseorang memaknai keadaan fisiknya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat harga diri wanita dewasa awal Kota Malang pada kategori tinggi memiliki presentase 2% dengan frekuensi 6 wanita. Kemudian, wanita yang memiliki tingkat harga diri kategori sedang berada pada presentase 97% dengan frekuensi 371 wanita. Adapun wanita yang memiliki tingkat harga diri rendah berada pada presentase 1% dengan frekuensi 4 wanita.

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kebanyakan wanita dewasa awal Kota Malang memiliki taraf harga diri yang sedang, yakni dengan presentase 97% atau 371 wanita dari 381 wanita. Taraf harga diri yang sedang menunjukkan bahwa responden pada kategori ini hampir memenuhi setengah atau lebih indikator harga diri. Menurut Coopersmith (1968:15), tingkat harga diri sedang memiliki ciri-ciri sifat dan cara bertindak yang sama dengan individu yang memiliki tingkat harga diri tinggi. Perbedaannya hanya terletak pada intensitas keyakinan diri, kurang yakin dalam menilai pribadinya dan tergantung pada penerimaan sosial lingkungan dimana ia berada. Hal ini lumrah terjadi di daerah perkotaan seperti Kota Malang yang cenderung memiliki hubungan sosial yang kurang baik. Jarak sosial ini merupakan akibat dari anonimitas,

impersonalitas, dan heterogenitas. Perbedaan etnis merupakan wujud heterogenitas yang memisahkan masyarakat dalam beberapa kelompok. Kelompok-kelompok tersebut juga tak jarang saling membenci dan meremehkan satu sama lain. Bahkan ahli sosiologi memandang bahwa hubungan kemasyarakatan di daerah perkotaan hanya sebatas hubungan sekunder yaitu terbatas pada bidang hidup tertentu. Hal ini berbeda dengan masyarakat perdesaan yang cenderung hidup rukun dan gotong royong. Sehingga jarak sosial ini menjadikan sebagian orang merasa tidak diterima oleh lingkungannya dan membuatnya kurang yakin dalam menilai diri (Jamaludin, 2015:69).

Hasil ini tidak sesuai dengan hasil penelitian Utami et al. (2019:15-20) yang mengungkapkan bahwa wanita dewasa awal memiliki taraf harga diri tinggi yang ditunjukkan melalui aspek kompetensi. Perbedaan ini dikarenakan Kota Malang sebagai daerah perkotaan memiliki penduduk dengan hubungan sosial yang kurang baik sehingga menimbulkan jarak sosial antar satu sama lain. Sehingga jarak sosial tersebut menjadikan sebagian orang merasa tidak diterima oleh lingkungannya dan membuatnya kurang yakin dalam menilai diri. Hal ini berbeda dengan masyarakat perdesaan yang hidup rukun dan gotong royong sehingga cenderung lebih bisa menerima satu sama lain.

2. Tingkat Kecemasan Memilih Pasangan Wanita Dewasa Awal

Kecemasan merupakan perasaan takut (baik realistis maupun tidak realistis) yang disertai dengan peningkatan reaksi kejiwaan. Kecemasan

(ansietas) merupakan rasa yang cukup akrab dengan kehidupan sehari-hari yang digambarkan dengan keadaan khawatir, gelisah, takut, tidak tenang disertai berbagai keluhan fisik. Calhoun and Acocella (1995), mengungkapkan aspek-aspek yang ditimbulkan oleh reaksi kecemasan, yaitu: a. Reaksi emosional yang berkaitan dengan persepsi individu terhadap pengaruh psikologis dari kecemasan, seperti perasaan keprihatinan, sedih, mencela diri sendiri atau orang lain, b. Reaksi kognitif yaitu rasa takut dan khawatir yang berpengaruh terhadap kemampuan berpikir jernih sehingga mengganggu pemecahan masalah dan mengatasi tuntutan lingkungan sekitarnya, c. Reaksi fisiologis, yaitu reaksi tubuh terhadap ketakutan dan kekhawatiran.

Berdasarkan kategorisasi tingkat kecemasan diketahui bahwa kecemasan pada kategori tinggi memiliki presentase 16% dengan frekuensi 62 wanita. Untuk kecemasan pada kategori sedang memiliki presentase 67% dengan presentase 255 wanita. Adapun kecemasan pada kategori rendah memiliki presentase 17% dengan frekuensi 64 wanita. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan wanita dewasa awal dalam memilih pasangan berada pada taraf sedang yaitu dengan presentase 67% atau 255 wanita dari total keseluruhan wanita dewasa awal Kota Malang. Tingkat kecemasan yang sedang ini mengindikasikan bahwa wanita dewasa awal Kota Malang tidak memiliki kekhawatiran berlebih jika tidak bisa memenuhi standar diri untuk menemukan dan memilih pasangan hidupnya. Stuart (2007:19) juga menjelaskan bahwa kecemasan pada

kategori sedang menjadikan seseorang fokus terhadap hal-hal yang penting dan mengenyampingkan yang bukan prioritasnya. Hal ini lumrah terjadi di daerah perkotaan seperti Kota Malang dimana tingkat pendidikan masyarakat cenderung tinggi. Seseorang yang memiliki pendidikan tinggi cenderung berfikir rasional dan berwawasan terbuka sehingga ia mampu terbuka terhadap perbedaan pendapat dan kritis terhadap gejala-gejala di lingkungan sekitarnya. Selain itu, dengan wawasan yang ia miliki memungkinkannya untuk mengontrol diri dan mengatasi masalah yang dihadapi secara tidak berlebihan. Oleh karena itu, kecemasan seseorang yang memiliki tingkat pendidikan tinggi dalam memilih pasangan cenderung lebih rendah.

Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan penelitian Utami et al. (2019:15-20) di Desa Kerato, Kecamatan Unter Iwes, kabupaten Sumbawa Besar, NTB yang menyatakan bahwa wanita dewasa awal memiliki taraf kecemasan cenderung tinggi dalam memilih pasangan karena khawatir tidak memenuhi standar yang telah ditetapkan. Perbedaan ini dikarenakan Kota Malang sebagai daerah perkotaan cenderung memiliki penduduk dengan tingkat pendidikan dan wawasan yang tinggi. Hal ini memungkinkan seseorang untuk mengontrol diri dan mengatasi masalah yang dihadapi secara tidak berlebihan. Berbeda dengan penduduk daerah perdesaan yang cenderung memiliki taraf pendidikan yang kurang baik sehingga memicu kecemasan yang tinggi dalam memilih pasangan.

3. Hubungan antara Harga Diri dengan Kecemasan Memilih Pasangan pada Wanita Dewasa Awal

Berdasarkan hasil analisis korelasi *product moment* menggunakan IBM SPSS versi 23.0 *for windows*, diperoleh nilai signifikansi kurang dari α yaitu $0.000 < 0.05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan antara variabel harga diri dengan variabel kecemasan. Hubungan ini menunjukkan bahwa tingkat harga diri wanita dewasa awal dapat memicu mereka merasakan kecemasan dalam memilih pasangan. Hal ini karena harga diri menjadikan wanita lebih selektif dalam memilih pasangan, mereka cenderung menetapkan kriteri-kriteria tertentu sehingga memicu kecemasan jika kriteria tersebut tidak terpenuhi. Sebagaimana harga diri yang diartikan sebagai kemampuan dan kepemilikan andil dalam menghadapi tantangan hidup dan hak untuk bahagia, maka seseorang dengan harga diri yang tinggi juga akan berusaha mencari pasangan yang bisa menjaga harga dirinya guna memperoleh rasa bahagia tersebut. Namun, dalam proses memilih pasangan ini mereka dapat merasakan kecemasan andaikan pasangan yang mereka dapatkan tidak memenuhi kriteria yang diinginkan. Hal ini juga dibuktikan dengan pra penelitian yang dilakukan peneliti, dimana 60 dari 70 responden mengungkapkan kecemasan mereka dalam memilih pasangan karena takut kriteria yang mereka tetapkan tidak terpenuhi. Dari analisis tersebut juga dapat diketahui bahwa variabel harga diri memiliki presentase korelasi terhadap kecemasan sebesar 39,1%. Presentase korelasi tergolong rendah karena

terdapat beberapa variabel lain yang mempengaruhi kecemasan memilih pasangan namun tidak diungkapkan dalam penelitian ini. Sehingga hipotesis (H_1) yang diajukan dalam penelitian ini diterima dan hipotesis (H_0) ditolak.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian Utami et al. (2019:15-20) di Desa Kerato, Kecamatan Unter Iwes, kabupaten Sumbawa Besar, NTB. Penelitian ini mengungkapkan adanya korelasi positif antara harga diri dan kecemasan memilih pasangan. Korelasi positif yang dihasilkan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa wanita dewasa awal merasakan kecemasan karena khawatir tidak bisa memenuhi standar diri mereka dalam menemukan pasangan hidup. Pada dasarnya seseorang akan memiliki banyak pertimbangan dalam memilih pasangan hidup, salah satunya adalah harga diri. Harga diri seseorang sering kali menyebabkan perempuan mengalami kecemasan. Dimana kecemasan dapat ditandai dengan rasa takut terhadap objek dan alasan yang tidak jelas.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dalam penelitian serta pembahasan yang telah dipaparkan pada bab-bab sebelumnya, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat harga diri pada perempuan dewasa awal Kota Malang berada pada kategori sedang dengan persentase 97% atau 371 perempuan dari total 381 responden. Seseorang dengan tingkat harga diri sedang merasa kurang yakin dalam menilai dirinya dan tergantung pada penerimaan sosial lingkungan tempat ia berada. Hal ini lumrah terjadi di daerah perkotaan seperti Kota Malang yang cenderung memiliki hubungan sosial kurang baik. Sehingga terciptanya jarak sosial antar sesama yang membuat ia merasa tidak diterima oleh lingkungannya dan merasa tidak yakin dalam menilai dirinya.
2. Tingkat kecemasan memilih pasangan pada perempuan dewasa awal Kota Malang berada pada kategori sedang dengan presentase 67% atau 255 perempuan dari total 381 responden. Di daerah perkotaan seperti Kota Malang hal ini lumrah terjadi karena tingkat pendidikan dan wawasan masyarakat cenderung tinggi yang memungkinkan seseorang untuk mengontrol diri serta mengatasi masalah yang dihadapi secara tidak berlebihan.

3. Berdasarkan uji hipotesis melalui uji korelasi *product moment* menggunakan IBM SPSS versi 23.0 for windows ditemukan bahwa terdapat korelasi antara variabel harga diri dengan kecemasan memilih pasangan. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis H_0 ditolak dan H_1 diterima yaitu adanya hubungan antara harga diri dan kecemasan memilih pasangan. Hubungan ini menunjukkan bahwa wanita dewasa awal merasakan kecemasan dalam memilih pasangan karena khawatir standar pasangan yang mereka tetapkan tidak terpenuhi. Adapun besar korelasi yang terdapat antara dua variabel ini adalah 39,1%, sedangkan 60,9% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa harga diri seseorang dapat berdampak pada kecemasannya dalam memilih pasangan. Oleh karena itu ada baiknya bagi setiap orang untuk tidak memiliki tingkat harga diri yang terlalu berlebihan guna mengurangi kecemasannya dalam memilih pasangan.
2. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti variabel-variabel lain yang mungkin berhubungan dengan kecemasan seseorang dalam memilih pasangan, contohnya seperti latar belakang pendidikan, geografi, lingkungan sosial dan sebagainya yang mempengaruhi kecemasan dalam memilih pasangan hidup.

3. Peneliti selanjutnya juga disarankan agar meningkatkan jumlah sampel penelitian guna memperoleh hasil yang semakin representatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2006. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara
- Adi W Gunawan. 2003. *Genius Learning Strategy*. Jakarta : Gramedia Pustaka Umum.
- Alwisol. (2016). *Psikologi Kepribadian*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Alwisol. (2016). *Psikologi Kepribadian*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Arikunto. (2006a). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bumi Aksara.
- Arikunto, S. (2006b). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bumi Aksara.
- Atmaja, R. S. (2020). *Kebermaknaan hidup wanita dewasa awal yang belum menikah*. 23.
- Azwar, S. (2015a). *Penyusunan Skala Psikologi* (Edisi 2). Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2015b). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Pustaka Belajar.
- Azwar, Saifuddin. (2007). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik Kota Malang. (2022). *Jumlah Penduduk Menurut Kecamatan dan Jenis Kelamin di Kota Malang*.
<https://malangkota.bps.go.id/indicator/12/48/1/jumlah-penduduk-menurut-kecamatan-dan-jenis-kelamin-di-kota-malang.html>
- Barlow, H. D., & Durand, M. V. (2007). *Psikologi Abnormal*. Penerbit Pustaka Belajar.
- Branden, N. (1994). *The Six Pillars Of Self Esteem*. Bantam Book.
- Calhoun, F., & Acocella, J. (1995). *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan* (edisi keti). IKIP Semarang.
- Calhoun, J. F., & Acocella, J. R. (1995). *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan Alih Bahasa: R.S. Satmoko IKIP*. Press Semarang.
- Clark, M. A. (2002). *Bagaimana Meningkatkan Harga Diri Remaja* ((Terjemahan: Tjandrasa) (ed.)). Bina Rupa Aksara.
- Cole, K. (2004). *Mendampingi Anak Menghadapi Perceraian Orang Tua* (Alih bahas). Prestasi pustaka.
- Coopersmith, S. (1968). *The Antecedents of Self-Esteem*. Freeman and Company.
- D., & Hawari. (2013). *Manajemen stress cemas dan depresi*. Badan Penerbit FKIK.
- Daradjat, Z. (1990). *Kesehatan Mental*. PT. Gunung Agung.
- DeGenova, M. K. (2008). *Intimate Relationship, Marriages, and Families* (7th ed). McGraw-Hill.
- Direja, A. H. S. (2011). *Asuhan Keperawatan Jiwa*. Nuha Medika.

- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and Society*. Norton.
- Gunawan, A. W. (2003). *Genius Learning Strategy*. Gramedia Pustaka Umum.
- Hurlock, E. (1990). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.
- Husdarta, H. J. S. (2010). *Psikologi Olahraga*. Alfabeta.
- Jamaludin, A. N. (2015). *Sosiologi Perkotaan Memahami Masyarakat Kota dan Problematikanya*. CV Pustaka Setia.
- Jannah, M., Kamsani, S. R., & Ariffin, N. M. (2021). Perkembangan Usia Dewasa : Tugas Dan Hambatan Pada Korban Konflik Pasca Damai. *Jurnal Pendidikan Anak*, 8(2), 114–143.
- Khairuddin. (2002). *Sosiologi keluarga*. Liberty.
- Machdan, Martini, D., & Hartini, N. (2012). *Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Tuna Daksa di UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Tubuh. Skripsi Pasuruan*. Universitas Airlangga Surabaya.
- Maslow. (1979). *Dominance Self Esteem*. Brook Cole Publishing.
- Prasetyo, E. (2012). *Data Mining Konsep dan Aplikasi Menggunakan Matlab, Andi Offset*.
- Pratiwi, D., Mirza, R., & El Akmal, M. (2020). Kecemasan Sosial Ditinjau Dari Harga Diri Pada Remaja Status Sosial Ekonomi Rendah. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 9(1), 21–34. www.news.okezone.com
- Rangkuti, F. (2015). *Analisis SWOT*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Rosalinda, I., & Michael, T. (2019). *PASANGAN HIDUP PADA WANITA DEWASA AWAL YANG MENGALAMI QUARTER-LIFE CRISIS*. 8(April), 20–26.
- Rosenberg, M., C., S., Schoenbach, C., & Rosenberg, F. (1995). Global Self-Esteem and Specific Self-Esteem : Different Concepts, Different Outcomes. *American Sociological Review*, 141–156.
- Santrock, J. W. (2002). *Adolescence: Perkembangan Remaja Awal* (edisi keen).
- Sarwono, S. W. (2011). *Psikologi Remaja*. PT Raja Grafindo Persada.
- Sihombing, Y. (2021). Peran Sektor Pertanian Terhadap Perekonomian Wilayah Perdesaan dalam Mengentaskan Kemiskinan. *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Pertanian UNS*, 5(1), 396–945.
- Stuart. (2007). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. EGC.
- Stuart, G. W. (2013). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. EGC.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. ALFABETA.

- Sumanto. (2014). *Teori dan Aplikasi Metode Penelitian Psikologi, Pendidikan, Ekonomi Bisnis*. CAPS.
- Tanzeh, A. (2011). *Metodologi Penelitian Praktis*. Teras.
- Udayana, J. P., Psikologi, P. S., Psikologi, F., Udayana, U., Psikologi, P. S., Kedokteran, F., & Udayana, U. (2017). WANITA TRIWANGSA DEWASA AWAL DI BALI YANG DITINJAU BERDASARKAN POLA ASUH OTORITARIAN Ida Ayu Ratih Purnama Adi dan David Hizkia Tobing. 5(1), 99–109.
- Utami, V., Hakim, L., & Junaidin. (2019). Hubungan Harga Diri dengan Kecemasan Memilih Pasangan Hidup pada Perempuan Dewasa Awal. *Jurnal Psimawa*, 2(1), 15–20.
- Whitehead, B. D. (2005). Patterns and Predictors of Success and Failure in Marriage. *National Marriage Project at Rutgers University*, hlm. 1-2.
- Whitehead, J. C. (2005). Combining Willingness to Pay and Behavior Data with Limited Information. *Resource and Energy Economics*, 27(2), 143–155.
- Wisnuwardhani, Dian, Mashoedi, & Fatma, S. (2011). *Hubungan Interpersonal*. Salemba Humanika.
- Yusuf, S. (2015). *Psikologi Perkembangan Anak; Remaja*. PT. Remaja Yodakarya.
- Yusuf, Syamsu. (2009). *Mental Hygiene: Terapi Psikopiritual untuk Hidup Sehat Berkualitas*. Maestro.

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1: Bukti Konsultasi Skripsi

BUKTI KONSULTASI SKRIPSI

Nama : Safira Reduk Penalun
Nim : 18410219
Dosen Pembimbing : Fuji Astutik , M.Psi
Judul Skripsi : Hubungan Harga Diri dan Kecemasan Memilih Pasangan
Pada Dewasa Awal di Kota Malang

No	Tanggal	Pokok Bahasan	TTD
1.	24 September 2021	Konsul judul	
2.	06 November 2021	Konsul BAB, BAB 2 dan BAB 3	
3.	17 November 2021	Revisi	
4.	03 Desember 2021	Revisi	
5.	10 Desember 2022	ACC proposal	
6.	26 Januari 2022	Seminar proposal	
7.	21 Februari 2022	Revisi proposal	
8.	3 Maret 2022	Konsul alat ukur	
9.	14 Maret 2022	Konsul alat ukur	
10.	06 April 2022	Konsul CVR	
11.	24 April	Konsul uji responden lain	
12.	30 Mei 2022	Revisi BAB 4 dan 5	

Malang, 28 Juni 2022

Dosen Pembimbing

Fuji Astutik , M. Psi.
NIP. 199004072019031009

**LAMPIRAN 2: Kuisisioner Survey Harga Diri Menyebabkan Kecemasan
dalam Memilih Pasangan**

**KUISISIONER SURVEY HARGA DIRI MENYEBABKAN KECEMASAN
DALAM MEMILIH PASANGAN**

Hallo teman-teman semua semoga kalian dalam keadaan sehat ya, nah kali ini aku mau minta tolong ke kalian semua buat mengisi jawaban dari pertanyaan di bawah sesuai dengan diri kalian dan apa yang kalian rasakan, aku mau berterimakasih banyak untuk kalian yang udah mau meluangkan waktu kalian untuk mengisi kuisisioner ini.

OIYA survey ini aku tujukan untuk Mahasiswi ya. :)

Nama :

Umur :

Universitas :

Sekali lagi aku mau ngingetin kalian untuk menjawab sesuai dengan apa yang kalian rasakan dan alami karena tidak ada jawaban yang salah di sini.

1. Rentang 1 sampai 10 berapakah skor anda cemas dalam memilih pasangan ?
2. Apakah anda memiliki kriteria dalam memilih pasangan ? jika ada jelaskan
3. Apakah kriteria anda dalam memilih pasangan menyebabkan kecemasan pada diri anda ? (misalnya cemas karena takut seseorang tersebut tidak memenuhi standar yang telah anda tentukan)
4. Rentang 1 sampai 10 berapakah skor anda cemas karena takut pasangan yang anda dapatkan sesuai kriteria anda ?
5. Mengapa kriteria atau ekspektasi yang telah anda tetapkan membuat anda cemas dalam memilih pasangan?

LAMPIRAN 3: Skala Penelitian

Isilah kuisisioner di bawah ini dengan memberi tanda centang (✓) pada salah satu pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaan Anda. Setiap orang dapat memiliki jawaban yang berbeda, karena tidak ada jawaban yang benar atau salah.

SS : Sangat Setuju S : Setuju TS : tidak Setuju STS : Sangat

Nama :

Usia/tgl lahir :

Universitas :

Status :

SKALA HARGA DIRI

NO.	PERNYATAAN	STS	ST	S	SS
1.	Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya.				
2.	Terkadang saya merasa sebagai orang yang sama sekali tidak baik.				
3.	Saya merasa banyak memiliki kelebihan dalam diri saya.				
4.	Saya mampu berbuat sebaik orang lain pada umumnya.				
5.	Tidak banyak yang bisa saya banggakan pada diri saya.				
6.	Saya sangat merasa tidak berguna sama sekali				
7.	Saya merasa bahwa diri saya cukup berharga, setidaknya sama dengan orang lain				
8.	Secara keseluruhan saya mengakui bahwa saya adalah orang yang gagal				
9.	Saya bersikap positif terhadap diri sendiri				

SKALA KECEMASAN MEMILIH PASANGAN

NO.	PERNYATAAN	STS	ST	S	SS
1.	Saya stress Ketika membahas tentang calon pasangan hidup.				
2.	Saya merasa sedih ketika mendapatkan pasangan				

	yang jauh dari ekspektasi saya.				
3.	Saya merasa tersinggung ketika diberi pertanyaan terus-menerus soal calon pasangan hidup saya.				
4.	Saya merasa takut pasangan hidup saya nanti tidak sesuai harapan saya.				
5.	Saya merasa khawatir saat memikirkan calon pasangan hidup saya.				
6.	Saya merasa bingung ketika calon pasangan hidup tidak sesuai kriteria saya.				
7.	Saya tidak dapat berkonsentrasi dengan baik saat memikirkan calon pasangan hidup.				
8.	Saya merasa dapat menjalankan kegiatan sehari-hari dengan baik walaupun sedang memikirkan calon pasangan dimasa depan.				
9.	Saya merasa pusing Ketika memikirkan soal pasangan hidup.				
10.	Saya merasa gugup Ketika ditanya tentang pasangan hidup.				
11.	Saya merasa tidak nyaman ketika ditanya tentang pasangan.				
12.	Saya merasa gugup saat memikirkan pasangan hidup saya nanti.				
13.	Saya merasa dapat menjawab pertanyaan mengenai pasangan hidup tanpa merasa gugup.				

LAMPIRAN 4: *Inform Consent*

**INFORMED CONSENT
(PERNYATAAN PERSETUJUAN IKUT PENELITIAN)**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Alvi Rahmawati

Umur : 21

Jenis Kelamin : Perempuan

Pekerjaan : Mahasiswa

Alamat : Jl. Bendungan Jati Gede No. 4, Sumbersari, Kec. Lowokwaru

Telah mendapat keterangan secara terinci dan jelas mengenai :

1. Penelitian yang berjudul “Hubungan Harga Diri dan Kecemasan Memilih Pasangan pada Perempuan Dewasa Awal di Kota Malang”
2. Perlakuan yang akan diterapkan pada subyek
3. Manfaat ikut sebagai subyek penelitian
4. Bahaya yang akan timbul
5. Prosedur Penelitian

dan responden penelitian mendapat kesempatan mengajukan pertanyaan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian tersebut. Oleh karena itu saya bersedia secara sukarela untuk menjadi subyek penelitian dengan penuh kesadaran serta tanpa keterpaksaan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa tekanan dari pihak manapun.

Malang, 02 Maret 2022

Responden



(Alvi Rahmawati)

LAMPIRAN 5: Keseluruhan Skor Item Variabel Harga Diri

No.	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y8	TOTAL
1	5	2	2	3	3	2	1	2	3	23
2	4	2	4	4	2	2	4	2	4	28
3	4	4	3	2	4	2	4	2	4	29
4	4	5	3	2	4	3	4	2	5	32
5	4	4	4	4	2	2	4	2	5	31
6	4	4	4	4	2	2	4	2	4	30
7	4	4	3	4	3	2	5	2	5	32
8	3	4	3	3	3	2	4	2	4	28
9	4	3	3	4	4	5	4	3	4	34
10	3	3	2	2	4	1	3	1	2	21
11	3	4	3	4	3	3	4	4	5	33
12	5	1	5	5	2	1	5	1	5	30
13	4	4	3	5	3	1	3	1	4	28
14	4	5	4	5	2	1	5	1	5	32
15	4	5	2	5	5	4	4	5	5	39
16	3	3	3	3	2	2	4	2	5	27
17	4	3	4	4	2	4	4	3	4	32
18	4	4	4	4	2	1	4	2	4	29
19	4	3	4	5	3	1	5	2	5	32
20	4	4	4	4	3	2	4	3	4	32
21	2	2	2	2	2	2	4	1	5	22
22	5	2	5	3	2	2	5	1	4	29
23	4	1	3	4	3	3	4	1	5	28
24	3	2	4	5	1	1	5	1	5	27
25	3	2	3	4	3	2	5	2	3	27
26	4	3	4	3	2	2	4	1	5	28
27	3	3	2	4	4	1	5	1	4	27
28	2	5	3	4	5	5	3	4	3	34
29	5	3	3	3	3	1	3	1	5	27
30	4	4	2	3	3	3	4	4	3	30
31	5	4	5	4	2	1	4	2	5	32
32	3	4	3	2	3	2	3	2	4	26
33	4	3	3	3	3	3	3	2	3	27
34	4	3	3	3	3	1	4	1	5	27
35	5	4	1	2	5	5	5	5	2	34
36	5	3	4	4	1	1	4	1	4	27
37	4	5	5	5	5	3	5	4	5	41

38	5	2	5	5	1	1	5	1	5	30
39	4	3	2	3	2	1	4	1	5	25
40	4	5	3	4	2	1	5	1	5	30
41	3	3	3	4	3	3	4	3	4	30
42	3	3	3	3	3	1	4	1	4	25
43	3	4	3	3	3	2	3	2	3	26
44	3	5	3	3	3	3	3	3	3	29
45	4	2	3	4	2	1	4	1	5	26
46	4	4	4	4	2	3	3	3	5	32
47	3	3	3	4	3	2	3	2	3	26
48	4	4	2	5	2	2	4	1	5	29
49	4	2	3	3	3	2	4	2	4	27
50	5	5	5	5	5	5	5	3	3	41
51	2	4	2	5	4	4	5	4	3	33
52	4	3	4	4	3	3	4	2	4	31
53	4	2	4	4	2	1	4	1	4	26
54	2	4	2	4	4	4	2	3	2	27
55	2	2	2	5	3	3	5	3	5	30
56	4	3	4	4	3	2	4	2	3	29
57	4	5	3	5	4	1	5	1	4	32
58	4	2	4	4	2	1	4	1	4	26
59	3	5	3	3	3	4	3	5	4	33
60	4	3	4	5	2	1	3	1	5	28
61	4	3	2	3	3	2	3	1	3	24
62	2	4	2	3	4	1	5	1	5	27
63	4	2	4	4	2	2	4	2	4	28
64	4	2	3	4	3	2	3	2	3	26
65	4	1	3	4	1	1	5	1	5	25
66	3	4	4	4	2	2	4	2	4	29
67	2	5	3	4	4	4	4	3	2	31
68	5	4	4	4	2	1	5	1	5	31
69	4	2	3	4	3	2	5	2	4	29
70	4	1	4	4	1	1	4	1	4	24
71	4	4	3	3	3	1	5	1	5	29
72	3	3	3	4	3	2	4	2	4	28
73	4	2	4	4	2	2	4	2	4	28
74	4	1	4	4	3	1	5	2	5	29
75	3	2	3	3	3	2	5	2	4	27
76	4	4	2	3	3	3	3	3	3	28

77	3	4	3	4	4	1	4	3	4	30
78	4	5	1	3	4	1	5	1	5	29
79	4	2	3	3	1	1	4	1	5	24
80	5	2	5	5	1	1	5	1	5	30
81	2	2	2	5	4	2	5	1	4	27
82	3	3	3	3	1	1	5	3	3	25
83	3	2	2	4	4	1	2	3	3	24
84	3	3	2	3	3	1	5	1	5	26
85	5	3	3	4	4	2	4	1	5	31
86	3	3	2	3	3	2	4	4	4	28
87	4	4	2	3	3	1	5	1	4	27
88	2	4	3	3	4	4	3	4	3	30
89	4	3	3	3	3	3	3	2	3	27
90	4	2	4	5	4	1	5	1	5	31
91	2	3	4	5	2	1	4	3	5	29
92	5	3	4	5	5	2	4	2	5	35
93	3	3	3	4	4	1	4	1	5	28
94	5	4	5	3	1	1	5	1	4	29
95	3	4	3	3	4	2	3	2	4	28
96	4	2	4	4	4	2	4	2	4	30
97	4	3	4	4	2	1	5	1	4	28
98	4	3	2	4	4	4	3	3	4	31
99	4	5	3	5	3	2	5	1	5	33
100	4	4	4	4	2	2	4	1	5	30
101	3	2	3	3	3	2	4	1	4	25
102	1	2	1	2	3	1	1	1	4	16
103	2	5	3	3	2	1	4	1	3	24
104	4	4	3	4	4	5	5	4	5	38
105	4	4	3	3	3	2	5	1	5	30
106	4	3	2	3	3	3	3	2	4	27
107	5	1	5	5	1	1	5	1	5	29
108	4	4	5	5	1	1	5	1	5	31
109	4	3	4	4	1	1	5	1	5	28
110	5	5	4	2	2	1	4	2	5	30
111	2	4	2	3	4	4	3	3	3	28
112	3	3	4	4	2	2	3	2	4	27
113	4	4	4	4	1	1	5	1	4	28
114	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
115	2	5	1	3	4	3	3	4	4	29

116	4	5	3	4	4	3	5	1	4	33
117	4	4	2	2	4	2	4	2	3	27
118	3	3	4	4	1	2	5	1	4	27
119	3	4	3	3	4	3	5	1	4	30
120	3	4	3	3	5	4	3	3	4	32
121	2	4	2	3	2	2	4	2	3	24
122	5	5	3	4	4	4	2	3	4	34
123	3	3	2	4	3	1	4	2	3	25
124	4	2	3	4	2	2	4	2	3	26
125	4	4	3	3	3	1	4	1	5	28
126	4	3	2	3	3	2	4	1	3	25
127	5	4	3	4	4	3	4	2	4	33
128	3	3	3	3	4	3	4	3	3	29
129	4	4	3	4	3	2	5	2	4	31
130	5	5	5	5	4	1	5	2	5	37
131	3	3	3	3	3	1	3	1	5	25
132	4	2	5	5	4	2	5	2	5	34
133	3	3	2	3	3	1	5	1	5	26
134	5	5	5	5	2	1	5	1	5	34
135	4	3	4	4	2	1	3	1	5	27
136	4	4	3	4	3	2	4	2	4	30
137	3	2	3	5	4	1	4	1	4	27
138	3	1	3	4	2	3	4	1	4	25
139	4	2	3	4	1	1	4	1	5	25
140	3	5	2	3	3	3	3	3	4	29
141	4	3	4	5	2	1	5	1	4	29
142	4	4	3	4	3	2	4	2	4	30
143	3	3	4	4	3	2	4	2	5	30
144	4	4	4	4	1	1	5	1	5	29
145	3	3	4	3	2	5	4	3	3	30
146	5	2	5	5	3	1	5	1	5	32
147	5	2	4	5	2	1	5	1	5	30
148	2	2	4	3	3	2	5	2	3	26
149	5	3	3	4	4	2	2	4	4	31
150	4	4	3	5	4	4	2	1	4	31
151	4	4	4	4	4	1	4	1	4	30
152	4	4	2	3	3	1	4	2	4	27
153	4	4	4	4	2	2	4	2	4	30
154	5	1	5	5	3	1	5	1	5	31

155	4	2	4	4	2	1	5	1	5	28
156	3	3	3	5	3	1	5	1	5	29
157	3	2	3	2	3	2	4	3	4	26
158	4	1	4	4	1	1	5	1	5	26
159	5	1	1	4	2	1	5	1	5	25
160	4	3	3	3	2	1	4	2	4	26
161	4	3	4	4	2	1	4	1	4	27
162	5	2	5	5	5	4	4	1	5	36
163	3	4	3	3	4	4	4	4	2	31
164	3	4	2	4	5	5	2	4	3	32
165	4	3	2	4	2	2	4	2	4	27
166	4	5	4	3	2	1	5	1	4	29
167	3	3	4	4	3	3	4	2	5	31
168	4	5	2	5	4	4	4	3	4	35
169	4	4	2	5	2	1	3	1	5	27
170	4	1	3	3	1	1	5	1	5	24
171	2	2	3	4	3	1	5	1	4	25
172	2	3	2	3	4	4	2	2	2	24
173	3	2	3	4	3	1	5	2	3	26
174	3	4	2	3	4	4	4	3	3	30
175	3	3	4	4	2	2	4	2	4	28
176	3	5	4	4	3	1	5	1	3	29
177	2	2	2	4	4	2	5	1	4	26
178	5	2	5	5	1	1	5	1	5	30
179	2	5	1	3	4	4	3	4	3	29
180	2	5	2	3	5	5	3	5	3	33
181	2	3	4	4	1	3	5	1	5	28
182	3	4	2	4	4	4	4	2	3	30
183	1	5	1	3	5	5	5	3	1	29
184	3	3	3	3	3	1	5	1	5	27
185	4	3	3	3	4	1	4	1	5	28
186	2	5	2	4	2	2	3	3	4	27
187	2	5	5	4	3	2	5	2	4	32
188	4	4	3	3	3	2	3	1	3	26
189	5	2	5	5	3	3	5	2	5	35
190	2	4	2	4	4	2	4	2	2	26
191	2	4	2	4	4	2	3	2	4	27
192	5	3	3	3	3	3	5	3	5	33
193	4	4	3	4	4	4	4	5	3	35

194	5	5	5	4	1	1	5	1	5	32
195	4	2	4	4	3	2	4	2	5	30
196	4	3	4	4	1	1	4	1	5	27
197	4	4	4	4	4	3	4	2	4	33
198	3	4	2	1	4	4	3	3	3	27
199	4	4	3	3	4	3	4	3	3	31
200	3	4	3	3	3	3	3	3	3	28
201	4	4	4	4	4	1	5	1	4	31
202	4	3	3	4	3	2	4	3	4	30
203	4	3	3	4	4	2	5	2	4	31
204	3	3	3	5	3	2	5	3	5	32
205	5	2	3	4	2	2	4	2	3	27
206	4	3	3	4	4	1	5	3	4	31
207	5	3	3	5	3	3	3	5	5	35
208	4	3	4	5	1	3	5	2	5	32
209	2	5	2	3	5	5	3	3	3	31
210	3	4	3	5	4	4	4	2	3	32
211	5	1	4	4	1	1	5	1	5	27
212	2	5	2	4	5	5	3	4	3	33
213	3	4	3	4	4	4	4	2	4	32
214	5	3	3	2	3	1	5	3	5	30
215	1	5	1	2	5	5	1	4	1	25
216	5	4	4	4	3	3	4	4	5	36
217	2	5	2	4	4	5	3	4	1	30
218	4	3	5	5	5	1	5	3	5	36
219	4	3	4	4	3	2	5	2	3	30
220	4	5	3	3	2	1	4	3	3	28
221	5	3	4	5	3	1	3	1	3	28
222	3	2	3	4	3	2	4	3	4	28
223	4	2	3	3	2	2	4	1	4	25
224	4	5	3	4	4	3	4	3	4	34
225	4	2	3	4	4	3	4	3	4	31
226	4	4	3	4	3	1	5	2	5	31
227	4	2	3	4	3	2	4	1	5	28
228	4	4	4	4	4	4	4	3	4	35
229	4	3	3	4	4	4	4	4	3	33
230	4	3	3	3	2	2	4	1	4	26
231	4	3	3	3	3	3	4	2	3	28
232	4	4	4	5	2	2	5	1	4	31

233	5	5	3	4	4	2	3	3	3	32
234	2	4	4	5	4	4	2	2	4	31
235	4	4	4	5	4	3	4	2	3	33
236	4	4	5	5	2	1	5	1	5	32
237	2	3	3	3	4	3	4	4	3	29
238	3	5	1	1	5	2	1	4	2	24
239	4	5	3	4	4	4	4	2	5	35
240	5	5	3	5	5	5	5	2	5	40
241	3	4	2	3	5	5	2	5	2	31
242	3	4	5	5	5	5	3	5	5	40
243	4	3	4	4	2	1	5	1	5	29
244	3	5	3	3	5	5	3	5	3	35
245	3	3	3	3	3	3	3	3	4	28
246	3	4	3	4	4	2	4	2	3	29
247	5	2	4	5	1	1	2	1	5	26
248	3	2	4	4	1	1	5	1	3	24
249	3	5	4	4	5	3	3	4	3	34
250	4	3	3	4	3	3	4	5	3	32
251	2	4	3	4	4	4	5	4	3	33
252	4	3	3	4	4	3	3	1	3	28
253	4	2	4	3	1	1	4	1	5	25
254	4	2	3	4	3	1	4	1	4	26
255	4	4	4	3	1	1	3	1	5	26
256	3	4	3	3	4	3	3	2	4	29
257	5	3	3	5	3	3	5	4	5	36
258	3	2	2	3	4	1	3	1	3	22
259	5	4	4	3	3	1	5	2	5	32
260	5	5	3	4	4	2	4	1	5	33
261	4	4	4	4	3	1	5	1	4	30
262	5	5	2	4	3	3	4	3	3	32
263	4	3	3	3	2	2	4	1	4	26
264	4	4	3	4	4	2	4	3	4	32
265	4	2	4	4	3	2	4	2	4	29
266	4	2	4	4	4	2	5	2	5	32
267	3	3	3	4	2	1	4	1	5	26
268	4	4	5	2	3	4	4	1	3	30
269	1	1	1	2	1	1	2	2	2	13
270	3	4	2	4	2	2	3	2	3	25
271	5	5	5	4	4	1	4	2	5	35

272	2	3	2	3	4	2	5	2	5	28
273	5	3	4	4	2	1	5	1	5	30
274	5	4	5	4	4	2	5	2	5	36
275	2	4	2	3	4	4	3	5	3	30
276	3	5	1	4	5	1	4	2	5	30
277	4	4	4	4	2	2	4	2	4	30
278	4	5	3	4	4	1	4	1	5	31
279	4	2	4	3	2	1	4	1	4	25
280	3	1	4	4	2	1	5	1	5	26
281	3	4	3	4	3	1	5	1	4	28
282	4	3	3	3	3	1	3	2	3	25
283	2	3	3	5	1	1	3	1	5	24
284	4	4	2	4	4	2	4	2	4	30
285	3	4	2	3	4	3	4	2	4	29
286	3	4	2	4	4	2	4	1	3	27
287	3	2	4	4	3	3	4	2	4	29
288	4	2	3	4	2	1	5	1	4	26
289	3	4	3	3	2	1	3	1	5	25
290	5	5	2	4	4	3	4	3	4	34
291	5	1	4	4	3	1	4	1	5	28
292	4	4	4	4	3	1	4	1	4	29
293	3	4	3	3	3	2	3	3	3	27
294	4	2	5	4	2	1	4	1	5	28
295	5	3	4	4	2	1	5	2	5	31
296	4	5	3	5	4	4	4	4	3	36
297	5	3	4	5	4	1	5	2	5	34
298	5	5	5	5	5	1	5	1	5	37
299	3	3	3	2	4	2	3	3	5	28
300	2	1	1	5	5	5	2	5	2	28
301	5	1	5	5	1	1	5	1	5	29
302	4	2	3	4	3	1	5	1	4	27
303	4	4	3	3	3	2	3	1	5	28
304	4	1	3	3	3	1	4	1	3	23
305	2	5	2	4	5	4	3	3	3	31
306	2	4	2	4	3	3	3	3	4	28
307	4	3	3	5	4	1	4	2	5	31
308	4	2	4	4	3	1	4	2	4	28
309	5	4	4	4	1	1	5	1	5	30
310	3	4	2	3	3	3	4	2	3	27

311	4	3	3	4	4	3	3	1	3	28
312	3	4	2	3	3	5	3	4	2	29
313	3	2	4	4	1	1	5	1	5	26
314	3	4	3	4	4	3	4	3	4	32
315	4	4	3	4	2	1	4	1	4	27
316	5	2	4	5	1	1	5	1	4	28
317	2	4	2	4	4	3	2	3	3	27
318	3	3	2	3	2	1	5	1	4	24
319	3	3	3	4	3	2	4	3	4	29
320	4	4	4	4	4	2	4	2	4	32
321	3	3	3	3	2	2	5	2	5	28
322	3	4	2	5	5	1	4	2	5	31
323	3	3	2	3	2	1	3	1	3	21
324	5	3	5	5	2	1	5	1	5	32
325	3	2	3	3	2	2	4	2	4	25
326	2	4	2	4	4	3	3	2	4	28
327	5	3	3	4	1	1	5	1	2	25
328	3	4	1	3	4	2	4	2	3	26
329	5	3	3	3	3	2	4	2	4	29
330	3	4	3	3	4	3	3	3	2	28
331	4	4	4	3	5	2	5	1	3	31
332	4	2	2	3	2	1	5	1	4	24
333	4	4	3	4	3	3	4	3	4	32
334	4	3	3	3	4	2	5	2	5	31
335	4	3	3	4	2	1	5	2	3	27
336	3	2	3	4	3	2	4	2	4	27
337	4	3	3	4	3	1	3	1	4	26
338	4	2	5	5	1	1	5	1	5	29
339	4	5	3	4	3	1	4	1	5	30
340	4	2	3	4	4	2	5	1	5	30
341	5	3	5	5	2	1	5	1	5	32
342	5	1	5	5	1	1	5	1	5	29
343	3	3	3	3	4	4	3	4	5	32
344	5	2	5	5	2	1	5	1	5	31
345	5	1	5	5	2	1	5	2	5	31
346	4	1	3	4	3	1	4	2	5	27
347	5	2	4	4	2	1	4	4	4	30
348	5	2	4	4	2	2	4	2	4	29
349	5	5	5	5	3	3	5	1	5	37

350	5	1	4	5	1	1	5	1	5	28
351	3	3	3	3	3	2	3	1	4	25
352	3	2	2	4	4	2	4	2	4	27
353	1	4	1	4	4	3	2	4	3	26
354	4	3	3	5	2	3	4	2	3	29
355	4	2	4	5	2	2	5	3	5	32
356	4	2	5	5	3	1	5	1	5	31
357	4	2	4	5	5	2	5	2	5	34
358	3	3	4	2	4	3	4	3	5	31
359	4	3	4	3	5	5	5	5	5	39
360	3	3	3	5	5	3	3	3	5	33
361	4	3	4	2	2	5	5	2	2	29
362	4	2	4	3	3	5	3	3	5	32
363	3	2	3	2	5	5	5	5	5	35
364	3	3	4	3	3	5	2	5	2	30
365	5	5	3	3	5	5	2	4	2	34
366	5	4	5	4	5	3	3	3	3	35
367	4	5	4	5	3	3	4	3	3	34
368	4	4	4	5	4	4	4	3	3	35
369	5	4	5	4	5	3	3	3	3	35
370	4	4	4	3	4	4	4	5	5	37
371	3	4	3	4	2	3	2	5	5	31
372	3	3	4	3	3	5	5	5	5	36
373	4	4	3	3	4	4	5	5	5	37
374	3	4	3	5	5	4	4	5	5	38
375	4	5	4	3	5	3	4	4	4	36
376	5	5	4	5	5	3	4	3	4	38
377	4	3	4	5	5	4	3	3	4	35
378	3	4	3	5	5	3	5	5	3	36
379	4	5	4	3	3	5	5	3	5	37
380	4	4	3	4	4	5	4	3	5	36
381	4	5	4	5	3	3	5	3	3	35

LAMPIRAN 6: Keseluruhan Skor Item Variabel Kecemasan Memilih

Pasangan

No	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	TOTAL
1	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	31
2	2	4	2	4	3	4	2	4	2	2	2	2	4	37
3	5	3	4	3	3	3	2	5	2	2	4	3	5	44
4	3	4	3	4	2	4	3	4	2	2	5	2	5	43
5	3	3	3	4	3	4	3	5	3	3	3	3	5	45
6	2	4	2	5	3	3	2	4	2	2	2	2	4	37
7	2	3	3	2	1	2	1	5	2	1	2	3	5	32
8	3	3	3	2	3	3	3	5		2	3	3	5	38
9	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	40
10	2	4	1	5	2	2	1	4	1	2	4	2	5	35
11	2	4	5	5	4	3	2	4	2	3	4	4	3	45
12	1	3	3	3	3	3	1	5	1	1	1	2	5	32
13	3	4	3	5	5	5	3	2	1	1	3	4	4	43
14	4	5	5	5	3	3	4	4	1	1	5	5	5	50
15	3	4	3	5	4	4	3	3	3	3	5	3	4	47
16	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	37
17	5	2	4	5	5	5	1	4	4	4	5	5	2	51
18	3	3	4	5	4	4	2	4	4	4	5	2	2	46
19	2	5	4	5	4	4	5	4	3	3	3	3	4	49
20	2	4	3	4	3	4	2	4	2	3	4	3	3	41
21	2	1	2	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	33
22	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	40
23	1	4	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	4	40
24	4	5	4	5	4	4	3	5	4	3	3	4	3	51
25	4	3	4	4	4	3	2	4	3	2	4	3	3	43
26	3	3	2	4	4	4	3	3	3	1	2	2	2	36
27	3	4	2	5	4	5	2	5	3	3	3	5	4	48
28	5	5	5	5	5	5	4	3	5	5	5	5	2	59
29	3	3	3	1	1	1	1	5	3	3	3	3	1	31
30	3	5	2	4	4	4	4	4	4	1	3	2	4	44
31	4	5	3	2	4	4	4	5	2	4	5	4	3	49
32	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	2	40
33	3	2	2	4	4	3	3	5	3	4	3	4	3	43
34	3	3	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	40
35	2	5	1	5	5	2	2	5	1	1	1	1	5	36
36	1	1	3	1	1	1	1	5	1	2	1	1	4	23
37	3	4	3	5	4	4	3	5	2	3	3	3	3	45
38	1	3	1	1	1	1	2	5	1	2	2	1	5	26
39	2	3	2	4	3	3	2	4	1	1	2	1	4	32
40	2	3	4	5	3	4	1	5	1	2	3	2	4	39

41	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	44
42	3	4	4	3	3	3	5	3	2	4	5	4	3	46
43	2	4	3	4	4	4	5	3	3	3	3	4	3	45
44	3	4	3	5	4	5	3	3	3	3	3	3	3	45
45	2	4	4	3	3	3	3	4	1	1	1	1	1	31
46	1	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	2	39
47	2	4	1	4	3	3	3	5	2	1	3	3	4	38
48	2	5	2	5	4	3	1	5	2	1	1	5	2	38
49	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
50	5	5	5	5	5	1	5	5	1	1	5	1	5	49
51	1	5	1	4	1	3	2	5	1	2	2	1	5	33
52	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	41
53	4	4	4	4	4	4	4	2	4	5	5	5	2	51
54	1	2	1	5	3	3	1	4	1	1	2	1	4	29
55	3	3	4	5	5	5	3	3	4	5	4	5	4	53
56	1	2	2	3	1	2	1	4	2	1	1	1	4	25
57	2	4	2	4	2	4	4	2	2	3	4	2	4	39
58	3	3	3	2	2	2	2	4	1	1	2	2	4	31
59	4	3	3	4	5	4	4	5	3	3	2	4	4	48
60	3	4	2	2	3	2	2	5	2	3	3	2	3	36
61	1	3	2	3	2	3	2	4	3	3	4	3	3	36
62	2	5	3	3	2	4	2	5	2	2	3	2	3	38
63	2	3	2	3	3	3	2	4	2	2	3	2	4	35
64	3	3	3	4	4	3	3	5	3	3	3	3	3	43
65	2	4	5	4	1	4	1	5	1	3	5	4	1	40
66	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	44
67	5	5	4	5	5	5	4	4	4	2	4	5	4	56
68	3	3	3	3	3	3	4	5	3	4	3	3	3	43
69	2	4	2	2	3	4	2	4	2	1	2	2	4	34
70	1	4	2	4	3	3	1	5	2	1	3	2	3	34
71	3	5	4	5	5	5	2	5	4	2	2	2	2	46
72	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	42
73	2	4	2	4	4	2	2	4	2	2	2	2	4	36
74	3	4	4	4	3	3	3	5	2	3	5	4	5	48
75	3	4	2	3	3	3	1	4	2	1	1	2	5	34
76	3	3	5	4	4	4	2	2	2	3	3	2	3	40
77	1	3	1	4	3	3	3	4	3	1	1	1	3	31
78	1	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	38
79	1	2	2	3	2	2	1	4	1	2	2	2	4	28
80	2	3	1	1	2	1	1	5	1	1	1	1	5	25
81	2	4	1	4	5	2	1	5	1	1	1	1	5	33
82	1	5	1	5	3	5	1	5	1	3	1	1	5	37
83	4	4	3	5	4	3	1	5	3	2	3	3	3	43
84	3	3	4	5	5	4	3	3	1	1	3	1	5	41

85	2	3	3	1	2	2	2	3	3	3	3	3	4	34
86	1	3	1	5	2	4	2	5	2	1	2	2	3	33
87	3	3	2	2	4	3	3	5	1	1	4	1	5	37
88	2	3	2	2	3	2	2	5	2	2	3	3	5	36
89	3	4	2	4	3	3	2	3	3	2	2	3	3	37
90	1	4	2	1	1	1	1	4	1	1	4	4	2	27
91	3	4	2	5	5	4	3	4	3	5	5	4	3	50
92	2	3	3	3	3	3	2	4	2	2	2	2	5	36
93	1	4	2	5	3	3	1	5	2	1	3	4	5	39
94	1	1	1	4	1	3	1	5	1	1	1	1	1	22
95	3	4	3	5	4	4	3	4	3	4	3	4	3	47
96	3	3	3	5	4	4	3	5	3	4	4	4	2	47
97	3	5	2	3	2	3	2	4	2	2	1	1	5	35
98	2	3	3	2	3	3	1	3	2	2	2	2	3	31
99	3	5	2	5	5	3	2	5	1	2	5	4	4	46
100	4	4	3	4	4	4	2	4	2	3	3	4	2	43
101	3	4	4	4	3	4	2	4	2	2	3	2	4	41
102	4	1	5	3	4	2	3	1	4	4	5	2	3	41
103	3	2	3	3	3	3	3	5	2	3	4	4	3	41
104	3	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	2	58
105	3	2	2	4	3	3	2	4	3	3	3	3	4	39
106	3	2	4	3	3	4	2	5	2	3	5	3	2	41
107	1	2	2	2	1	3	1	5	1	1	1	2	1	23
108	1	4	1	2	5	2	1	5	4	1	1	2	5	34
109	3	5	2	5	3	4	1	5	2	1	3	3	3	40
110	5	2	4	5	4	5	5	5	2	4	5	3	5	54
111	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	2	47
112	4	4	4	5	4	4	3	4	3	4	3	3	3	48
113	4	3	5	5	4	4	3	3	4	5	4	4	2	50
114	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
115	2	5	3	5	5	5	5	3	4	5	5	2	2	51
116	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	44
117	3	2	1	4	2	4	2	5	1	1	1	1	5	32
118	3	2	4	5	4	4	3	4	3	3	3	3	3	44
119	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	40
120	4	3	4	5	4	4	3	4	2	3	2	3	2	43
121	3	4	3	5	4	5	4	3	3	3	4	2	3	46
122	2	5	4	5	5	5	5	2	5	5	2	5	5	55
123	2	5	3	4	3	3	1	2	3	3	2	2	4	37
124	2	5	3	5	3	3	2	4	2	3	2	3	3	40
125	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	41
126	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	48
127	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	47
128	3	5	5	4	3	4	4	4	3	3	5	4	3	50

129	2	4	3	4	2	3	2	4	2	2	2	3	3	36
130	3	3	1	4	4	4	2	5	1	2	1	1	5	36
131	4	3	3	5	5	5	1	5	4	3	3	3	1	45
132	5	5	5	5	5	5	3	5	5	4	5	4	4	60
133	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	3	22
134	4	2	4	5	5	4	4	5	4	5	5	4	2	53
135	2	3	3	3	2	3	2	5	2	3	3	3	4	38
136	2	3	3	3	2	2	2	4	3	3	3	3	4	37
137	3	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	3	4	51
138	2	4	3	4	4	4	5	3	3	4	3	3	3	45
139	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	41
140	1	1	1	5	3	2	1	5	1	1	1	1	5	28
141	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	43
142	3	4	4	5	4	4	2	5	3	3	3	3	4	47
143	3	4	2	3	2	3	2	4	2	2	3	3	3	36
144	2	3	2	4	2	2	2	4	1	1	1	1	4	29
145	2	5	3	5	4	5	5	5	1	1	1	1	2	40
146	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	37
147	3	4	3	5	3	3	3	4	3	3	3	3	4	44
148	2	5	1	4	3	3	3	3	2	1	1	1	5	34
149	3	2	2	3	3	4	3	2	2	2	5	4	3	38
150	4	4	4	5	4	2	4	3	2	4	4	2	2	44
151	2	4	2	4	4	4	2	2	3	4	4	4	2	41
152	3	4	3	5	3	5	3	5	3	3	3	3	4	47
153	2	3	2	4	3	4	2	4	3	2	3	3	4	39
154	3	5	3	5	5	4	1	4	2	2	2	2	4	42
155	1	3	2	3	3	3	1	5	1	1	1	1	5	30
156	3	5	4	5	5	5	2	5	1	3	4	1	3	46
157	2	2	2	2	3	2	2	4	2	2	3	2	4	32
158	3	3	2	2	3	3	3	5	2	2	2	2	2	34
159	2	5	2	4	3	5	1	3	1	1	1	1	5	34
160	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	4	3	5	41
161	3	5	3	5	4	4	3	4	3	3	3	3	3	46
162	3	5	3	5	4	4	4	2	4	3	3	3	3	46
163	3	4	3	3	4	3	2	2	3	3	4	3	3	40
164	5	4	4	5	5	1	5	4	1	2	1	3	3	43
165	2	3	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	4	31
166	4	4	2	5	4	4	1	5	3	2	4	3	2	43
167	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	3	2	4	41
168	4	3	5	4	4	3	2	5	4	3	5	4	4	50
169	1	3	2	4	4	4	1	1	5	2	2	4	3	36
170	1	4	5	3	2	4	2	4	2	1	1	1	1	31
171	3	4	3	3	4	4	3	3	3	2	2	3	3	40
172	2	4	3	5	5	5	4	2	4	2	2	2	4	44

173	3	4	4	4	2	4	1	5	1	2	3	3	2	38
174	3	4	5	5	5	4	3	5	4	3	5	3	3	52
175	3	4	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	4	40
176	3	5	4	5	5	5	4	2	4	4	4	4	3	52
177	3	4	5	5	4	4	2	4	4	2	5	4	1	47
178	1	1	1	1	1		1	5	1	1	1	1	1	16
179	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	4	3	3	32
180	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	41
181	1	3	1	4	2	1	1	5	1	1	1	1	5	27
182	1	3	3	3	1	2	1	5	2	2	4	2	4	33
183	5	3	2	4	3	1	5	4	5	1	3	3	2	41
184	2	3	2	5	4	3	3	3	4	3	2	4	3	41
185	2	3	4	3	3	3	1	5	2	2	4	2	3	37
186	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	5	3	3	39
187	3	3	1	4	4	3	2	4	2	1	1	5	2	35
188	2	3	2	3	2	2	2	4	2	2	2	2	4	32
189	3	4	4	4	4	4	5	5	2	2	4	2	5	48
190	5	2	5	2	5	2	2	4	5	4	5	4	2	47
191	5	2	5	2	5	2	2	4	5	5	5	5	2	49
192	5	3	5	5	4	4	3	3	4	3	4	4	3	50
193	4	5	5	5	4	5	4	2	5	4	4	5	2	54
194	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	2	4	4	51
195	3	4	4	5	5	4	5	3	4	5	4	5	2	53
196	4	3	5	4	5	4	3	3	4	5	5	5	3	53
197	3	4	4	5	4	4	4	4	2	2	4	2	4	46
198	3	4	5	5	5	3	3	3	3	4	4	4	2	48
199	4	3	4	5	4	4	3	3	3	5	4	4	3	49
200	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	46
201	2	5	4	4	4	4	3	2	3	4	4	3	4	46
202	2	4	4	5	4	3	2	3	2	2	3	2	2	38
203	4	3	3	5	5	5	4	4	4	4	4	4	3	52
204	3	3	3	4	5	3	5	5	3	5	4	5	3	51
205	2	4	2	5	2	5	2	4	1	1	1	1	4	34
206	4	3	3	5	4	4	4	5	3	4	4	4	2	49
207	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	65
208	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	65
209	3	4	2	2	3	2	3	2	2	2	5	2	3	35
210	4	4	4	4	5	3	5	4	5	5	5	4	3	55
211	3	2	5	4	3	4	2	5	3	3	4	3	5	46
212	3	5	2	5	4	5	5	4	1	3	4	4	3	48
213	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	3	48
214	4	4	4	3	5	5	1	5	4	1	4	4	2	46
215	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	1	57
216	4	5	3	5	4	4	3	4	4	3	4	4	4	51

217	5	5	4	5	5	5	3	4	2	4	4	4	2	52
218	3	5	4	5	5	5	5	1	1	3	5	5	3	50
219	2	5	4	4	3	3	2	4	1	2	3	2	3	38
220	4	4	4	4	5	5	3	4	5	5	5	4	3	55
221	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	42
222	3	3	2	3	4	3	2	4	2	2	4	3	4	39
223	2	4	4	4	3	3	3	5	1	2	4	3	3	41
224	1	3	3	5	3	4	3	4	2	3	4	3	3	41
225	2	4	4	5	3	4	3	4	3	3	4	4	3	46
226	4	4	5	5	5	3	3	5	3	4	5	4	4	54
227	4	3	4	5	3	4	3	4	3	3	4	3	4	47
228	4	4	4	5	5	4	4	3	4	5	5	5	3	55
229	5	5	5	5	5	4	4	3	5	5	5	5	3	59
230	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
231	3	4	3	5	4	4	4	4	3	3	3	3	3	46
232	5	4	4	4	4	4	4	3	4	4	5	4	2	51
233	3	4	5	5	4	4	3	5	4	2	5	3	4	51
234	5	5	4	5	5	5	4	4	4	5	5	4	2	57
235	5	4	5	5	5	4	4	4	5	4	5	5	2	57
236	2	3	3	4	4	4	1	5	3	2	2	2	4	39
237	4	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	3	59
238	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	1	57
239	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	59
240	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	63
241	4	4	4	5	5	4	3	4	4	3	4	5	4	53
242	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	62
243	4	2	2	3	4	2	2	4	2	2	2	2	3	34
244	5	3	5	3	5	3	5	3	5	5	5	5	3	55
245	5	4	4	5	5	4	5	3	5	5	5	5	2	57
246	4	3	4	4	5	4	3	4	5	3	5	4	2	50
247	5	5	5	4	3	5	1	5	2	1	2	1	5	44
248	1	2	3	4	3	2	2	5	2	2	1	2	5	34
249	4	3	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	3	58
250	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	3	62
251	4	4	5	4	5	4	5	2	5	5	5	5	3	56
252	3	4	3	2	3	3	1	4	1	2	2	4	4	36
253	2	4	3	4	5	4	3	4	3	2	3	2	3	42
254	3	3	5	3	4	3	1	3	2	2	1	2	2	34
255	2	3	4	3	2	3	1	5	2	3	4	4	2	38
256	5	3	5	3	4	3	5	5	4	4	5	4	3	53
257	5	5	5	5	5	5	3	4	5	5	3	5	3	58
258	3	3	5	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	44
259	2	4	4	5	4	4	2	5	3	3	3	3	5	47
260	3	4	4	3	4	4	4	4	2	2	4	2	4	44

261	3	5	2	3	5	3	4	4	2	1	2	1	5	40
262	3	2	5	3	4	1	3	5	3	1	3	3	5	41
263	1	2	2	3	3	3	2	4	3	3	2	3	3	34
264	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	33
265	3	3	2	4	4	4	2	5	2	2	2	3	4	40
266	3	4	5	4	4	3	3	5	2	1	2	2	4	42
267	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	43
268	2	4	3	4	3	3	1	4	1	1	4	1	4	35
269	5	3	4	4	4	3	3	5	3	3	3	3	2	45
270	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	5	4	2	45
271	2	4	3	4	4	4	3	4	2	2	3	4	5	44
272	3	2	2	4	5	4	4	5	1	1	1	4	4	40
273	2	3	3	2	2	3	2	5	2	2	2	2	5	35
274	3	5	4	5	4	4	4	5	4	2	3	4	3	50
275	5	4	4	5	4	4	4	3	4	5	5	5	1	53
276	1	4	2	2	5	2	3	5	1	4	1	4	4	38
277	2	4	2	5	4	4	2	4	2	2	2	2	4	39
278	3	5	4	5	4	5	3	5	3	4	5	4	3	53
279	1	5	1	3	5	4	3	4	4	3	3	3	4	43
280	2	3	3	4	2	3	1	5	1	1	4	2	4	35
281	2	3	4	3	2	4	2	4	1	5	3	2	5	40
282	3	2	3	1	3	2	2	5	3	3	3	3	2	35
283	3	4	1	5	3	4	1	5	2	2	1	4	5	40
284	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	48
285	2	3	2	4	4	3	2	4	2	2	3	3	3	37
286	5	4	3	4	4	3	2	5	4	2	2	2	3	43
287	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	46
288	3	4	4	4	2	2	2	4	2	2	3	2	4	38
289	1	1	2	3	2	1	1	1	1	1	2	2	5	23
290	4	3	3	3	2	3	1	5	2	3	2	5	4	40
291	2	3	2	4	2	3	2	4	2	2	2	2	3	33
292	3	3	5	4	4	3	2	5	4	4	5	4	3	49
293	1	2	1	3	2	2	1	5	1	2	3	2	5	30
294	3	4	4	4		4	4	3	4	3	4	3	4	44
295	2	2	2	2	2	2	2	5	2	2	2	2	5	32
296	4	5	5	5	4	4	4	5	4	5	5	5	3	58
297	2	4	2	5	4	4	4	4	2	1	2	2	5	41
298	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	21
299	2	5	2	5	3	5		5	1	1	1	1	1	32
300	4	5	5	5	4	5	1	5	3	5	5	2	1	50
301	3	5	3	4	4	5	3	5	3	4	3	4	3	49
302	3	4	4	4	4	5	3	4	2	2	4	2	4	45
303	3	4	4	4	2	3	2	4	2	2	2	2	4	38
304	3	5	3	5	5	4	4	5	4	3	4	3	4	52

305	4	5	3	5	5	4	2	4	3	2	3	2	3	45
306	3	4	3	5	3	4	2	4	2	3	4	3	3	43
307	3	4	3	5	4	4	1	1	1	1	3	1	5	36
308	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	44
309	2	2	2	3	2	2	1	5	1	1	1	1	5	28
310	2	2	2	3	2	1	1	5	1	1	3	2	5	30
311	1	4	3	4	3	4	2	3	2	3	3	3	3	38
312	4	5	3	5	5	5	2	3	3	2	2	3	3	45
313	2	4	3	2	2	3	3	4	1	1	1	3	3	32
314	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	47
315	2	3	3	3	3	3	2	4	2	2	3	3	4	37
316	3	5	4	2	2	4	1	5	1	1	4	1	5	38
317	2	2	4	2	4	2	2	5	2	2	2	2	4	35
318	5	3	1	3	1	1	3	5	3	4	2	2	5	38
319	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42
320	3	3	4	3	2	3	3	2	1	2	2	3	2	33
321	4	2	5	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	38
322	2	5	1	5	5	5	3	5	5	5	5	5	1	52
323	3	3	2	3	3	2	2	3	2	1	3	1	3	31
324	1	5	2	5	3	2	1	5	2	5	5	3	3	42
325	4	5	5	5	5	5	4	2	4	3	3	3	4	52
326	4	4	2	4	3	4	3	4	2	2	3	3	3	41
327	4	5	3	5	2	5	1	1	1	1	1	1	1	31
328	4	3	5	4	3	3	3	3	2	4	4	3	2	43
329	1	1	1	3	3	3	1	3	2	2	2	2	4	28
330	1	1	1	2	3	1	1	5	1	1	1	1	4	23
331	3	3	2	3	4	4	3	4	3	2	2	4	4	41
332	3	2	4	3	2	3	1	4	4	4	3	3	2	38
333	3	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	46
334	4	4	4	5	4	4	3	5	4	4	4	4	3	52
335	4	5	4	4	4	4	4	4	3	3	2	2	2	45
336	3	5	3	4	4	5	2	4	3	2	2	3	4	44
337	4	4	3	3	3	3	3	3	1	2	1	3	3	36
338	5	5	5	4	2	3	1	5	3	4	5	2	3	47
339	3	4	3	5	3	5	2	4	2	3	3	3	3	43
340	4	5	4	5	4	2	2	4	2	1	1	2	4	40
341	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	4	2	59
342	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	2	58
343	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	52
344	5	5	4	3	5	5	5	2	4	5	4	3	2	52
345	5	5	4	4	4	4	4	3	5	5	5	5	3	56
346	3	2	4	4	4	3	3	2	4	3	3	3	4	42
347	5	5	5	5	5	5	5	3	5	4	4	4	2	57
348	5	5	4	5	4	5	5	3	4	3	4	3	2	52

349	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	52
350	1	2	3	4	2	2	3	5	3	5	4	3	5	42
351	2	3	2	4	2	3	1	5	2	2	2	2	4	34
352	3	5	3	4	4	4	2	1	1	3	3	2	4	39
353	5	1	5	4	3	3	1	4	1	2	4	2	4	39
354	2	4	4	3	4	3	4	3	3	4	2	3	4	43
355	2	4	2	5	3	4	4	3	4	4	5	3	3	46
356	4	4	3	4	3	5	3	4	4	3	4	5	4	50
357	3	5	3	4	4	4	3	2	3	5	5	5	5	51
358	4	2	4	3	3	3	5	2	5	4	4	4	4	47
359	4	3	4	5	5	4	4	5	5	3	4	3	4	53
360	3	3	5	5	3	3	4	5	4	5	5	5	5	55
361	4	5	4	5	3	3	4	3	3	2	3	2	4	45
362	5	3	5	2	2	4	5	4	2	2	5	5	5	49
363	3	3	3	4	3	3	3	5	5	5	5	5	5	52
364	4	5	4	3	4	3	2	5	5	5	5	5	2	52
365	4	4	4	3	4	4	4	1	5	1	5	5	5	49
366	5	5	5	5	4	5	5	5	5	3	4	3	4	58
367	4	4	3	4	4	3	3	3	5	5	3	3	3	47
368	5	4	5	4	5	3	2	3	5	5	3	5	5	54
369	5	4	3	4	5	3	3	4	4	3	3	5	5	51
370	4	4	3	4	4	3	5	5	2	5	5	4	4	52
371	4	4	4	5	4	4	4	3	5	3	4	4	4	52
372	3	3	4	3	3	5	3	5	3	3	4	3	3	45
373	4	4	3	4	4	3	5	3	4	4	4	4	4	50
374	5	4	5	3	4	3	5	5	3	3	3	5	5	53
375	4	4	3	4	4	5	3	5	4	4	3	4	4	51
376	5	3	5	3	4	4	4	2	4	4	4	3	3	48
377	4	4	4	5	4	4	4	1	4	3	4	3	1	45
378	4	4	5	4	4	3	3	2	3	3	2	3	2	42
379	4	3	4	5	4	5	4	2	3	4	4	3	2	47
380	5	4	5	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	40
381	4	4	3	4	4	3	3	1	3	3	3	3	3	41

LAMPIRAN 7: Kategorisasi Harga Diri dan Kecemasan

No.	Harga Diri	Kategorisasi	Kecemasan	Kategorisasi
1	23	Sedang	31	Rendah
2	28	Sedang	37	Sedang
3	29	Sedang	44	Sedang
4	32	Sedang	43	Sedang
5	31	Sedang	45	Sedang
6	30	Sedang	37	Sedang
7	32	Sedang	32	Rendah
8	28	Sedang	38	Sedang
9	34	Sedang	40	Sedang
10	21	Rendah	35	Sedang
11	33	Sedang	45	Sedang
12	30	Sedang	32	Rendah
13	28	Sedang	43	Sedang
14	32	Sedang	50	Sedang
15	39	Tinggi	47	Sedang
16	27	Sedang	37	Sedang
17	32	Sedang	51	Sedang
18	29	Sedang	46	Sedang
19	32	Sedang	49	Sedang
20	32	Sedang	41	Sedang
21	22	Sedang	33	Rendah
22	29	Sedang	40	Sedang
23	28	Sedang	40	Sedang
24	27	Sedang	51	Sedang
25	27	Sedang	43	Sedang
26	28	Sedang	36	Sedang
27	27	Sedang	48	Sedang
28	34	Sedang	59	Tinggi
29	27	Sedang	31	Rendah
30	30	Sedang	44	Sedang
31	32	Sedang	49	Sedang
32	26	Sedang	40	Sedang
33	27	Sedang	43	Sedang
34	27	Sedang	40	Sedang
35	34	Sedang	36	Sedang
36	27	Sedang	23	Rendah
37	41	Tinggi	45	Sedang
38	30	Sedang	26	Rendah
39	25	Sedang	32	Rendah
40	30	Sedang	39	Sedang
41	30	Sedang	44	Sedang

42	25	Sedang	46	Sedang
43	26	Sedang	45	Sedang
44	29	Sedang	45	Sedang
45	26	Sedang	31	Rendah
46	32	Sedang	39	Sedang
47	26	Sedang	38	Sedang
48	29	Sedang	38	Sedang
49	27	Sedang	39	Sedang
50	41	Tinggi	49	Sedang
51	33	Sedang	33	Rendah
52	31	Sedang	41	Sedang
53	26	Sedang	51	Sedang
54	27	Sedang	29	Rendah
55	30	Sedang	53	Tinggi
56	29	Sedang	25	Rendah
57	32	Sedang	39	Sedang
58	26	Sedang	31	Rendah
59	33	Sedang	48	Sedang
60	28	Sedang	36	Sedang
61	24	Sedang	36	Sedang
62	27	Sedang	38	Sedang
63	28	Sedang	35	Sedang
64	26	Sedang	43	Sedang
65	25	Sedang	40	Sedang
66	29	Sedang	44	Sedang
67	31	Sedang	56	Tinggi
68	31	Sedang	43	Sedang
69	29	Sedang	34	Rendah
70	24	Sedang	34	Rendah
71	29	Sedang	46	Sedang
72	28	Sedang	42	Sedang
73	28	Sedang	36	Sedang
74	29	Sedang	48	Sedang
75	27	Sedang	34	Rendah
76	28	Sedang	40	Sedang
77	30	Sedang	31	Rendah
78	29	Sedang	38	Sedang
79	24	Sedang	28	Rendah
80	30	Sedang	25	Rendah
81	27	Sedang	33	Rendah
82	25	Sedang	37	Sedang
83	24	Sedang	43	Sedang
84	26	Sedang	41	Sedang

85	31	Sedang	34	Rendah
86	28	Sedang	33	Rendah
87	27	Sedang	37	Sedang
88	30	Sedang	36	Sedang
89	27	Sedang	37	Sedang
90	31	Sedang	27	Rendah
91	29	Sedang	50	Sedang
92	35	Sedang	36	Sedang
93	28	Sedang	39	Sedang
94	29	Sedang	22	Rendah
95	28	Sedang	47	Sedang
96	30	Sedang	47	Sedang
97	28	Sedang	35	Sedang
98	31	Sedang	31	Rendah
99	33	Sedang	46	Sedang
100	30	Sedang	43	Sedang
101	25	Sedang	41	Sedang
102	16	Rendah	41	Sedang
103	24	Sedang	41	Sedang
104	38	Sedang	58	Tinggi
105	30	Sedang	39	Sedang
106	27	Sedang	41	Sedang
107	29	Sedang	23	Rendah
108	31	Sedang	34	Rendah
109	28	Sedang	40	Sedang
110	30	Sedang	54	Tinggi
111	28	Sedang	47	Sedang
112	27	Sedang	48	Sedang
113	28	Sedang	50	Sedang
114	27	Sedang	39	Sedang
115	29	Sedang	51	Sedang
116	33	Sedang	44	Sedang
117	27	Sedang	32	Rendah
118	27	Sedang	44	Sedang
119	30	Sedang	40	Sedang
120	32	Sedang	43	Sedang
121	24	Sedang	46	Sedang
122	34	Sedang	55	Tinggi
123	25	Sedang	37	Sedang
124	26	Sedang	40	Sedang
125	28	Sedang	41	Sedang
126	25	Sedang	48	Sedang
127	33	Sedang	47	Sedang

128	29	Sedang	50	Sedang
129	31	Sedang	36	Sedang
130	37	Sedang	36	Sedang
131	25	Sedang	45	Sedang
132	34	Sedang	60	Tinggi
133	26	Sedang	22	Rendah
134	34	Sedang	53	Tinggi
135	27	Sedang	38	Sedang
136	30	Sedang	37	Sedang
137	27	Sedang	51	Sedang
138	25	Sedang	45	Sedang
139	25	Sedang	41	Sedang
140	29	Sedang	28	Rendah
141	29	Sedang	43	Sedang
142	30	Sedang	47	Sedang
143	30	Sedang	36	Sedang
144	29	Sedang	29	Rendah
145	30	Sedang	40	Sedang
146	32	Sedang	37	Sedang
147	30	Sedang	44	Sedang
148	26	Sedang	34	Rendah
149	31	Sedang	38	Sedang
150	31	Sedang	44	Sedang
151	30	Sedang	41	Sedang
152	27	Sedang	47	Sedang
153	30	Sedang	39	Sedang
154	31	Sedang	42	Sedang
155	28	Sedang	30	Rendah
156	29	Sedang	46	Sedang
157	26	Sedang	32	Rendah
158	26	Sedang	34	Rendah
159	25	Sedang	34	Rendah
160	26	Sedang	41	Sedang
161	27	Sedang	46	Sedang
162	36	Sedang	46	Sedang
163	31	Sedang	40	Sedang
164	32	Sedang	43	Sedang
165	27	Sedang	31	Rendah
166	29	Sedang	43	Sedang
167	31	Sedang	41	Sedang
168	35	Sedang	50	Sedang
169	27	Sedang	36	Sedang
170	24	Sedang	31	Rendah

171	25	Sedang	40	Sedang
172	24	Sedang	44	Sedang
173	26	Sedang	38	Sedang
174	30	Sedang	52	Tinggi
175	28	Sedang	40	Sedang
176	29	Sedang	52	Tinggi
177	26	Sedang	47	Sedang
178	30	Sedang	16	Rendah
179	29	Sedang	32	Rendah
180	33	Sedang	41	Sedang
181	28	Sedang	27	Rendah
182	30	Sedang	33	Rendah
183	29	Sedang	41	Sedang
184	27	Sedang	41	Sedang
185	28	Sedang	37	Sedang
186	27	Sedang	39	Sedang
187	32	Sedang	35	Sedang
188	26	Sedang	32	Rendah
189	35	Sedang	48	Sedang
190	26	Sedang	47	Sedang
191	27	Sedang	49	Sedang
192	33	Sedang	50	Sedang
193	35	Sedang	54	Tinggi
194	32	Sedang	51	Sedang
195	30	Sedang	53	Tinggi
196	27	Sedang	53	Tinggi
197	33	Sedang	46	Sedang
198	27	Sedang	48	Sedang
199	31	Sedang	49	Sedang
200	28	Sedang	46	Sedang
201	31	Sedang	46	Sedang
202	30	Sedang	38	Sedang
203	31	Sedang	52	Tinggi
204	32	Sedang	51	Sedang
205	27	Sedang	34	Rendah
206	31	Sedang	49	Sedang
207	35	Sedang	65	Tinggi
208	32	Sedang	65	Tinggi
209	31	Sedang	35	Sedang
210	32	Sedang	55	Tinggi
211	27	Sedang	46	Sedang
212	33	Sedang	48	Sedang
213	32	Sedang	48	Sedang

214	30	Sedang	46	Sedang
215	25	Sedang	57	Tinggi
216	36	Sedang	51	Sedang
217	30	Sedang	52	Tinggi
218	36	Sedang	50	Sedang
219	30	Sedang	38	Sedang
220	28	Sedang	55	Tinggi
221	28	Sedang	42	Sedang
222	28	Sedang	39	Sedang
223	25	Sedang	41	Sedang
224	34	Sedang	41	Sedang
225	31	Sedang	46	Sedang
226	31	Sedang	54	Tinggi
227	28	Sedang	47	Sedang
228	35	Sedang	55	Tinggi
229	33	Sedang	59	Tinggi
230	26	Sedang	39	Sedang
231	28	Sedang	46	Sedang
232	31	Sedang	51	Sedang
233	32	Sedang	51	Sedang
234	31	Sedang	57	Tinggi
235	33	Sedang	57	Tinggi
236	32	Sedang	39	Sedang
237	29	Sedang	59	Tinggi
238	24	Sedang	57	Tinggi
239	35	Sedang	59	Tinggi
240	40	Tinggi	63	Tinggi
241	31	Sedang	53	Tinggi
242	40	Tinggi	62	Tinggi
243	29	Sedang	34	Rendah
244	35	Sedang	55	Tinggi
245	28	Sedang	57	Tinggi
246	29	Sedang	50	Sedang
247	26	Sedang	44	Sedang
248	24	Sedang	34	Rendah
249	34	Sedang	58	Tinggi
250	32	Sedang	62	Tinggi
251	33	Sedang	56	Tinggi
252	28	Sedang	36	Sedang
253	25	Sedang	42	Sedang
254	26	Sedang	34	Rendah
255	26	Sedang	38	Sedang
256	29	Sedang	53	Tinggi

257	36	Sedang	58	Tinggi
258	22	Sedang	44	Sedang
259	32	Sedang	47	Sedang
260	33	Sedang	44	Sedang
261	30	Sedang	40	Sedang
262	32	Sedang	41	Sedang
263	26	Sedang	34	Rendah
264	32	Sedang	33	Rendah
265	29	Sedang	40	Sedang
266	32	Sedang	42	Sedang
267	26	Sedang	43	Sedang
268	30	Sedang	35	Sedang
269	13	Rendah	45	Sedang
270	25	Sedang	45	Sedang
271	35	Sedang	44	Sedang
272	28	Sedang	40	Sedang
273	30	Sedang	35	Sedang
274	36	Sedang	50	Sedang
275	30	Sedang	53	Tinggi
276	30	Sedang	38	Sedang
277	30	Sedang	39	Sedang
278	31	Sedang	53	Tinggi
279	25	Sedang	43	Sedang
280	26	Sedang	35	Sedang
281	28	Sedang	40	Sedang
282	25	Sedang	35	Sedang
283	24	Sedang	40	Sedang
284	30	Sedang	48	Sedang
285	29	Sedang	37	Sedang
286	27	Sedang	43	Sedang
287	29	Sedang	46	Sedang
288	26	Sedang	38	Sedang
289	25	Sedang	23	Rendah
290	34	Sedang	40	Sedang
291	28	Sedang	33	Rendah
292	29	Sedang	49	Sedang
293	27	Sedang	30	Rendah
294	28	Sedang	44	Sedang
295	31	Sedang	32	Rendah
296	36	Sedang	58	Tinggi
297	34	Sedang	41	Sedang
298	37	Sedang	21	Rendah
299	28	Sedang	32	Rendah

300	28	Sedang	50	Sedang
301	29	Sedang	49	Sedang
302	27	Sedang	45	Sedang
303	28	Sedang	38	Sedang
304	23	Sedang	52	Tinggi
305	31	Sedang	45	Sedang
306	28	Sedang	43	Sedang
307	31	Sedang	36	Sedang
308	28	Sedang	44	Sedang
309	30	Sedang	28	Rendah
310	27	Sedang	30	Rendah
311	28	Sedang	38	Sedang
312	29	Sedang	45	Sedang
313	26	Sedang	32	Rendah
314	32	Sedang	47	Sedang
315	27	Sedang	37	Sedang
316	28	Sedang	38	Sedang
317	27	Sedang	35	Sedang
318	24	Sedang	38	Sedang
319	29	Sedang	42	Sedang
320	32	Sedang	33	Rendah
321	28	Sedang	38	Sedang
322	31	Sedang	52	Tinggi
323	21	Rendah	31	Rendah
324	32	Sedang	42	Sedang
325	25	Sedang	52	Tinggi
326	28	Sedang	41	Sedang
327	25	Sedang	31	Rendah
328	26	Sedang	43	Sedang
329	29	Sedang	28	Rendah
330	28	Sedang	23	Rendah
331	31	Sedang	41	Sedang
332	24	Sedang	38	Sedang
333	32	Sedang	46	Sedang
334	31	Sedang	52	Tinggi
335	27	Sedang	45	Sedang
336	27	Sedang	44	Sedang
337	26	Sedang	36	Sedang
338	29	Sedang	47	Sedang
339	30	Sedang	43	Sedang
340	30	Sedang	40	Sedang
341	32	Sedang	59	Tinggi
342	29	Sedang	58	Tinggi

343	32	Sedang	52	Tinggi
344	31	Sedang	52	Tinggi
345	31	Sedang	56	Tinggi
346	27	Sedang	42	Sedang
347	30	Sedang	57	Tinggi
348	29	Sedang	52	Tinggi
349	37	Sedang	52	Tinggi
350	28	Sedang	42	Sedang
351	25	Sedang	34	Rendah
352	27	Sedang	39	Sedang
353	26	Sedang	39	Sedang
354	29	Sedang	43	Sedang
355	32	Sedang	46	Sedang
356	31	Sedang	50	Sedang
357	34	Sedang	51	Sedang
358	31	Sedang	47	Sedang
359	39	Tinggi	53	Tinggi
360	33	Sedang	55	Tinggi
361	29	Sedang	45	Sedang
362	32	Sedang	49	Sedang
363	35	Sedang	52	Tinggi
364	30	Sedang	52	Tinggi
365	34	Sedang	49	Sedang
366	35	Sedang	58	Tinggi
367	34	Sedang	47	Sedang
368	35	Sedang	54	Tinggi
369	35	Sedang	51	Sedang
370	37	Sedang	52	Tinggi
371	31	Sedang	52	Tinggi
372	36	Sedang	45	Sedang
373	37	Sedang	50	Sedang
374	38	Sedang	53	Tinggi
375	36	Sedang	51	Sedang
376	38	Sedang	48	Sedang
377	35	Sedang	45	Sedang
378	36	Sedang	42	Sedang
379	37	Sedang	47	Sedang
380	36	Sedang	40	Sedang
381	35	Sedang	41	Sedang

LAMPIRAN 8: Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		381
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	7.78148022
Most Extreme Differences	Absolute	.026
	Positive	.025
	Negative	-.026
Test Statistic		.026
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

LAMPIRAN 9: Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KECEMASAN * HARGA DIRI	Between Groups	(Combined)	6009.027	22	273.138	4.624	.000
		Linearity	4147.610	1	4147.610	70.212	.000
		Deviation from Linearity	1861.417	21	88.639	1.500	.074
	Within Groups		21148.128	358	59.073		
	Total		27157.155	380			

LAMPIRAN 10: Hasil Uji Hipotesis

Correlations

		Harga diri	kecemasan
Harga diri	Pearson Correlation	1	.391**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	381	381
kecemasan	Pearson Correlation	.391**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	381	381

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

LAMPIRAN 11: CVR Kecemasan

**LEMBAR PENILAIAN AHLI
SKALA KECEMASAN MEMILIH PASANGAN**



**Oleh
SAFIRA REDUK PENALUN (NIM : 18410219)**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2022**

IDENTITAS AHLI

Nama :
Usia :
Pekerjaan :
Pendidikan :
Fokus Keahlian :
Alamat :
Email :
Tanggal Penilaian :

Yth. Penilai

Terima kasih Bapak/Ibu telah bersedia menjadi penilai pada skala yang akan digunakan dalam praktikum ini. Skala yang diadaptasi yaitu skala kecemasan memilih pasangan. Pada skala di bawah ini akan disediakan *blueprint* yang terdiri dari aspek-aspek dan indikator dari setiap variabel yang ingin diukur versi bahasa Indonesia. Bapak/Ibu diminta untuk memberikan penilaian pada setiap item skala berdasarkan sejauh mana item-item tersebut relevan dengan konstruk ukur dan alih bahasanya. Bapak/Ibu, dan rekan-rekan sejawat juga dapat memberikan kritik dan saran terkait item-item tersebut pada kolom komentar yang telah disediakan.

Berilah penilaian terhadap item skala dengan tanda centang (✓) pada salah satu alternatif jawaban berikut:

TR = Item **tidak relevan** dengan indikator, aspek, dan konstruk yang diukur

KR = Item **kurang relevan** dengan indikator, aspek, dan konstruk yang diukur

CR = Item **cukup relevan** dengan indikator, aspek, dan konstruk yang diukur

R = Item **relevan** dengan indikator, aspek, dan konstruk yang diukur

SR = Item **sangat** relevan dengan indikator, aspek, dan konstruk yang diukur

Atas kesediaan dan bantuannya,saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,

.....

BLUE PRINT SKALA KECEMASAN MEMILIH PASANGAN

No	Favorabel	Unfavorabel
1.	1, 2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12, 15, 16, 17, 18, 19.	6, 7, 13, 14, 20, 21.

SKALA KECEMASAN MEMILIH PASANGAN

Aspek Reaksi emosional

No.	Pertanyaan	Alternatif Jawaban					Saran
		TR	KR	CR	R	SR	
1.	Saya merasa marah Ketika calon pasangan saya tidak sesuai dengan kriteria saya.						
2.	Saya stress Ketika membahas tentang calon pasangan hidup.						
3.	Saya menyalahkan diri saya Ketika tidak mendapatkan kriteria pasangan yang sesuai.						
4.	Saya merasa sedih karena takut tidak mendapatkan pasangan hidup yang sesuai						
5.	Saya merasa mudah tersinggung saat membahas tentang pasangan hidup.						
6.	Saya merasa baik-baik saja jika pasangan hidup saya tidak sesuai kriteria.						
7.	Saya merasa baik-baik saja jika pasangan hidup saya tidak sesuai kriteria.						

Aspek Reaksi Kognitif

No.	Pertanyaan	Alternatif Jawaban					Saran
		TR	KR	CR	R	SR	
1.	Saya merasa takut pasangan hidup saya nanti tidak sesuai harapan saya.						
2.	Saya merasa khawatir saat memikirkan calon pasangan hidup saya.						
3.	Saya merasa bingung ketika calon pasangan hidup tidak sesuai kriteria saya.						
4.	Saya tidak dapat berkonsentrasi dengan baik saat memikirkan calon pasangan hidup.						
5.	Saya takut menjalin hubungan serius dengan lawan jenis.						
6.	Saya dapat berkonsentrasi dengan baik walaupun sedang memikirkan pasangan hidup.						
7.	Saya merasa dapat menjalankan kegiatan sehari-hari dengan baik walaupun sedang						

Aspek Reaksi Fisiologis

No.	Pertanyaan	Alternatif Jawaban					Saran
		TR	KR	CR	R	SR	
1.	Saya merasa pusing Ketika memikirkan soal pasangan hidup.						
2.	Saya merasa gugup Ketika ditanya tentang pasangan hidup.						
3.	Saya merasa tidak nyaman ketika ditanya tentang pasangan hidup.						

4.	Saya merasa gugup saat memikirkan pasangan hidup saya nanti.						
5.	Saya merasa nyaman menjalani hubungan serius dengan lawan jenis.						
6.	Saya merasa santai saat ditanya tentang pasangan hidup.						

Terima kasih telah memberikan penilaian kepada skala adaptasi ini.

VAR00010	Pearson Correlation	.445*	0.350	0.297	0.351	0.355	.555**	.563**	-0.293	.529**	1	.687**
	Sig. (2-tailed)	0.014	0.058	0.111	0.057	0.054	0.001	0.001	0.116	0.003		0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
TOTAL	Pearson Correlation	.714**	.696**	.500**	.510**	.808**	.813**	.692**	-0.029	.754**	.687**	1
	Sig. (2-tailed)	0.000	0.000	0.005	0.004	0.000	0.000	0.000	0.880	0.000	0.000	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

LAMPIRAN 13: Hasil Uji Validitas Kecemasan

Correlations

		VAR 0000 1	VA R00 002	VA R00 003	VA R00 004	VA R00 005	VA R00 006	VA R00 007	VA R00 008	VA R00 009	VA R00 010	VA R00 011	VA R00 012	VA R00 013	VA R00 014	VA R00 015	VA R00 016	VA R00 017	VA R00 018	VA R00 019	VA R00 020	VA R00 021	TOTAL
VAR0 0001	Pears on Correl ation	1	0.17 7	.388 *	.667 **	- 0.15 1	.579 **	0.29 8	.455 *	0.18 6	0.35 9	- 0.03 0	- 0.11 4	- .533 **	- 0.15 1	- 0.21 7	0.15 3	- 0.18 0	- 0.07 8	0.06 6	0.01 7	- 0.11 9	0.322
	Sig. (2- tailed)		0.35 1	0.03 4	0.00 0	0.42 5	0.00 1	0.10 9	0.01 1	0.32 4	0.05 2	0.87 5	0.54 9	0.00 2	0.42 7	0.25 0	0.42 1	0.34 0	0.68 1	0.72 8	0.93 1	0.53 0	0.083
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR0 0002	Pears on Correl ation	0.17 7	1	0.15 5	0.08 3	.454 *	0.01 5	- 0.12 1	0.13 9	0.27 8	0.07 2	.364 *	0.31 7	- 0.20 4	- 0.03 3	0.25 4	.605 **	.593 **	.429 *	0.29 7	0.00 0	0.10 2	.627**
	Sig. (2- tailed)	0.35 1		0.41 2	0.66 1	0.01 2	0.93 6	0.52 5	0.46 5	0.13 6	0.70 3	0.04 8	0.08 7	0.27 8	0.86 1	0.17 6	0.00 0	0.00 1	0.01 8	0.11 1	1.00 0	0.59 2	0.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR0 0003	Pears on Correl ation	.388 *	0.15 5	1	0.32 4	0.20 6	0.19 9	0.09 7	0.24 3	0.09 4	0.09 6	- 0.13 4	- 0.03 3	- 0.34 0	- 0.29 7	- 0.10 5	- 0.10 5	- 0.26 4	- 0.19 5	0.31 4	- 0.17 9	- 0.15 7	0.155
	Sig. (2- tailed)	0.03 4	0.41 2		0.08 0	0.27 6	0.29 3	0.61 0	0.19 6	0.62 2	0.61 3	0.48 1	0.86 1	0.06 6	0.11 1	0.58 0	0.58 2	0.15 9	0.30 2	0.09 1	0.34 4	0.40 9	0.414
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR0 0004	Pears on Correl ation	.667 **	0.08 3	0.32 4	1	0.04 1	.509 **	0.25 3	.614 **	0.28 8	.378 *	0.13 4	0.19 7	- .668 **	- 0.09 3	- 0.01 8	0.04 9	- 0.20 4	0.08 6	- 0.02 0	- 0.05 1	0.08 4	.428*

	Sig. (2-tailed)	0.000	0.661	0.080		0.828	0.004	0.178	0.000	0.123	0.040	0.480	0.297	0.000	0.624	0.927	0.797	0.278	0.652	0.915	0.788	0.658	0.018
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00005	Pears on Correlation	-0.151	.454*	0.206	0.041	1	-0.174	-0.308	-0.106	0.299	-0.052	.573**	0.347	-0.130	0.131	.428*	0.334	.473**	0.345	0.293	0.169	.391*	.580**
	Sig. (2-tailed)	0.425	0.012	0.276	0.828		0.358	0.098	0.579	0.109	0.785	0.001	0.060	0.493	0.489	0.018	0.071	0.008	0.062	0.116	0.372	0.033	0.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00006	Pears on Correlation	.579*	0.015	0.199	.509**	-0.174	1	0.117	0.240	-0.019	0.251	-0.228	0.108	-0.458*	-0.095	-0.236	0.016	-0.276	-0.161	0.094	-0.262	-0.118	0.114
	Sig. (2-tailed)	0.001	0.936	0.293	0.004	0.358		0.539	0.201	0.921	0.181	0.225	0.571	0.011	0.617	0.210	0.933	0.139	0.396	0.621	0.162	0.536	0.547
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00007	Pears on Correlation	0.298	-0.121	0.097	0.253	-0.308	0.117	1	.379*	-0.019	0.088	-0.076	0.143	-0.276	0.108	0.023	-0.276	-0.261	-0.285	0.060	-0.260	-0.048	0.049
	Sig. (2-tailed)	0.109	0.525	0.610	0.178	0.098	0.539		0.039	0.922	0.644	0.688	0.452	0.141	0.570	0.905	0.139	0.164	0.126	0.753	0.165	0.801	0.796
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00008	Pears on Correlation	.455*	0.139	0.243	.614**	-0.106	0.240	.379*	1	.446*	.506**	0.132	-0.123	-0.349	0.085	0.092	0.110	-0.239	-0.006	0.031	-0.146	-0.016	.407*
	Sig. (2-tailed)	0.011	0.465	0.196	0.000	0.579	0.201	0.039		0.014	0.004	0.488	0.517	0.059	0.654	0.629	0.563	0.203	0.973	0.872	0.443	0.934	0.026

	ation																						
	Sig. (2-tailed)	0.340	0.001	0.159	0.278	0.008	0.139	0.164	0.203	0.420	0.043	0.021	0.134	0.598	0.665	0.049	0.001		0.000	0.244	0.744	0.007	0.008
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00018	Pears on Correlation	-0.078	.429*	-0.195	0.086	0.345	-0.161	-0.285	0.006	0.212	-0.148	.385*	0.065	0.122	-0.025	0.248	.673**	.612**	1	0.137	0.179	.376*	.516**
	Sig. (2-tailed)	0.681	0.018	0.302	0.652	0.062	0.396	0.126	0.973	0.260	0.435	0.036	0.731	0.520	0.897	0.187	0.000	0.000		0.472	0.343	0.041	0.003
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00019	Pears on Correlation	0.066	0.297	0.314	-0.020	-0.293	0.094	0.060	0.031	-0.225	-0.288	0.145	0.078	-0.110	-0.029	0.015	0.046	0.219	0.137	1	-0.333	0.148	0.236
	Sig. (2-tailed)	0.728	0.111	0.091	0.915	0.116	0.621	0.753	0.872	0.231	0.122	0.444	0.682	0.561	0.877	0.939	0.807	0.244	0.472		0.073	0.436	0.210
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00020	Pears on Correlation	0.017	0.000	-0.179	-0.051	-0.169	-0.262	-0.260	-0.146	-0.157	0.192	.431*	-0.273	0.221	.545**	0.245	0.331	0.062	0.179	-0.333	1	.365*	0.301
	Sig. (2-tailed)	0.931	1.000	0.344	0.788	0.372	0.162	0.165	0.443	0.407	0.309	0.017	0.145	0.241	0.002	0.192	0.074	0.744	0.343	0.073		0.047	0.106
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00021	Pears on Correlation	-0.119	0.102	-0.157	0.084	.391*	-0.118	-0.048	-0.016	0.134	-0.066	0.360	0.080	0.052	.471**	.383*	0.305	.482**	.376*	0.148	.365*	1	.515**

	Sig. (2-tailed)	0.530	0.592	0.409	0.658	0.033	0.536	0.801	0.934	0.481	0.729	0.050	0.673	0.786	0.009	0.037	0.101	0.007	0.041	0.436	0.047		0.004
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
TOTAL	Pearson Correlation	0.322	.627**	0.155	.428*	.580**	0.114	0.049	.407*	.558**	.365*	.718**	0.279	-0.265	.401*	.587**	.742**	.474**	.516**	0.236	0.301	.515**	1
	Sig. (2-tailed)	0.083	0.000	0.414	0.018	0.001	0.547	0.796	0.026	0.001	0.047	0.000	0.135	0.157	0.028	0.001	0.000	0.008	0.003	0.210	0.106	0.004	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).