

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN MASALAH
KECEMASAN DALAM MEMILIH PASANGAN HIDUP PADA
DEWASA AWAL**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-ACCEPTANCE AND ANXIETY
FOR CHOOSING A LIFE PARTNER IN EARLY ADULTS**

Dinda Fauziah¹, Alfiza Fakhriya Haq², Dian Putriana³



OLEH:

DINDA FAUZIAH

1911102433056

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

SAMARINDA

2023

Naskah Publikasi

**Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Masalah Kecemasan dalam
Memilih Pasangan Hidup pada Dewasa Awal**

**The Relationship between Self-Acceptance and Anxiety for Choosing a Life
Partner in Early Adults**

Dinda Fauziah¹, Alfiza Fakhriya Haq², Dian Putriana³



Oleh:

Dinda Fauziah

1911102433056

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

SAMARINDA

2023

LEMBAR PERSETUJUAN

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN MASALAH
KECEMASAN DALAM MEMILIH PASANGAN HIDUP PADA
DEWASA AWAL**

Oleh:

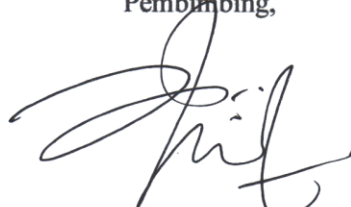
Dinda Fauziah

1911102433056

Samarinda, 11 Juli 2023

Telah disetujui oleh:

Pembimbing,



Alfiza Fakhriya Haq, M.Psi., Psikolog

LEMBAR PENGESAHAN

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN MASALAH
KECEMASAN DALAM MEMILIH PASANGAN HIDUP PADA
DEWASA AWAL**

Yang disiapkan dan disusun oleh:

Nama : Dinda Fauziah
NIM : 1911102433056
Program Studi : Psikologi

Telah dipertahankan di depan penguji pada tanggal 11 Juli 2023 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima sebagai salah satu persyaratan untuk mencapai derajat Sarjana Psikologi.

Penguji I : Dian Putriana, M.Psi., Psikolog

(.....)

Penguji II : Alfiza Fakhriya Haq, M.Psi., Psikolog

(.....)

Dekan

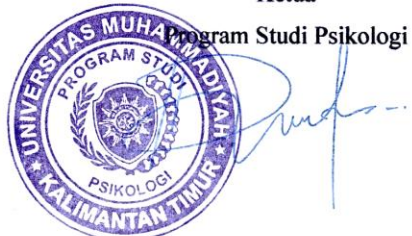
Fakultas Psikologi



Prof. Drs. Kumaidi, M.A., Ph.D.
NIDN. 8993050022

Ketua

Program Studi Psikologi



Desita Dyah Damayanti, M.Psi., Psikolog
NIDN. 1111129301

**Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Masalah Kecemasan Dalam
Memilih Pasangan Hidup Pada Dewasa Awal**
*The Relationship between Self-Acceptance and Anxiety for Choosing a Life
Partner in Early Adults*

Dinda Fauziah⁽¹⁾, Alfiza Fakhriya Haq⁽²⁾, Dian Putriana⁽³⁾
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
Email: dindafauziah57@gmail.com⁽¹⁾, afh467@umkt.ac.id⁽²⁾,
dp958@umkt.ac.id⁽³⁾

Abstrak: Masa dewasa awal ialah istilah yang digunakan untuk menunjukkan periode peralihan dari remaja menuju dewasa dengan rentang usia 20-40 tahun. Pada masa ini individu mulai mengeksplorasi dirinya, hidup mandiri, mengembangkan kemampuannya, dan memilih pasangan hidup. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada hubungan antara penerimaan diri (X) dengan masalah kecemasan dalam memilih pasangan hidup (Y) pada dewasa awal. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Populasi penelitian ini yaitu individu dewasa awal yang belum menikah dengan rentang usia 20-40 tahun. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan sampel sebanyak 137 responden. Data yang didapatkan dianalisis menggunakan uji korelasi *pearson product moment* dengan bantuan SPSS versi 23. Hasil penelitian ini diketahui bahwa ada hubungan antara penerimaan diri dengan masalah kecemasan dalam memilih pasangan hidup dengan nilai signifikansi sebesar 0,058 ($p > 0,05$) dengan arah negatif sebesar -0,369. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi penerimaan diri maka semakin rendah masalah kecemasan dalam memilih pasangan hidup pada dewasa awal.

Kata Kunci: Penerimaan diri, kecemasan memilih pasangan hidup, dewasa awal.

Abstract Early adulthood is a term used to indicate the transition period from adolescence to adulthood with an age range of 20-40 years. At this time the individual begins to explore himself, live independently, develop his abilities, and choose a life partner. This study aims to see whether there is a relationship between self-acceptance (X) and anxiety problems in choosing a life partner (Y) in early adulthood. The approach used in this research is quantitative. The population of this study is unmarried early adult individuals with an age range of 20-40 years. This study used a purposive sampling technique with a sample of 137 respondents. The data obtained were analyzed using the Pearson product moment correlation test with the help of SPSS version 23. The results of this study revealed that there is a relationship between self-acceptance and anxiety in choosing a life partner with a significance value of 0.058 ($p > 0.05$) with a negative direction of -0.369. This shows that the higher the self-acceptance, the lower the problem of anxiety in choosing a life partner in early adulthood.

Keywords: Self-acceptance, anxiety in choosing a life partner, early adulthood.

PENDAHULUAN

Periode dewasa awal adalah tahap pencarian, penemuan, penstabilan, tahap reproduksi, penuh masalah, ketegangan emosional, tahap isolasi sosial, keterikatan, pertukaran nilai sosial dan tahap adaptasi terhadap paradigma kehidupan yang baru (Putri, 2019). Menurut beberapa orang terdapat tiga standar yang mendefinisikan seseorang itu dikatakan dewasa ialah, bertanggung jawab terhadap dirinya, membuat keputusan independen, serta tidak ketergantungan secara finansial (Arnett, 2006). Pada periode dewasa awal individu diharapkan mampu melakukan tugas baru, seperti menjadi suami atau istri, menjadi orangtua, pencari nafkah, memenuhi tuntutan sosial, mengembangkan perilaku dan nilai-nilai baru sesuai tugas perkembangan (Hurlock, 1996). Salah satu tugas perkembangan periode dewasa awal ialah membuat keputusan untuk memilih teman hidup kemudian menikah (Hurlock, 1996).

Berdasarkan data yang sudah diolah Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2020, tertulis kurang lebih 59,82% individu yang belum menikah, sebesar 38,85% sudah menikah dan 1,33% dengan status cerai hidup atau mati. Persentase wanita yang belum menikah sebesar 48,24% dan pria sebesar 71,04% atau sekitar 45,82 juta jiwa. Menurut Undang-Undang No. 16 tahun 2019 atas perubahan UU No.1 tahun 1974 mengenai perkawinan bahwa laki-laki dan perempuan dapat melangsungkan pernikahan apabila berusia 19 tahun. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (2017) mengatakan bahwa usia yang sesuai untuk menikah bagi wanita yaitu 20-25 tahun dan 25-30 tahun bagi laki-laki sebab dianggap telah matang secara psikologis dan biologis.

Memiliki keinginan serta ketentuan untuk memilih pasangan hidup dan menikah merupakan pilihan setiap individu. Pemilihan pasangan hidup merupakan cara yang dilakukan untuk memilah serta mendapatkan seseorang agar terlibat pada komitmen jangka panjang kemudian berakhir menjadi suatu pernikahan (Wisnuwardhani & Mashoedi, 2012). Studi yang dilakukan Himawan (2018) menyatakan ada beberapa faktor yang menyebabkan individu dewasa awal belum menikah yaitu, tidak ingin terlibat komitmen pernikahan, belum mendapatkan pasangan yang sesuai dengan standar yang ditentukan, mempunyai pengalaman menyakitkan di masa lampau, dan mencapai kesenangan pribadi di luar pernikahan.

Pemilihan pasangan hidup tidak dapat dilakukan dengan asal-asalan karena dapat berpengaruh terhadap keseluruhan perjalanan panjang dalam rumah tangga. Pengabaian terhadap masalah yang berkaitan dengan calon atau pasangan kemungkinan dapat berakibat pada keadaan yang tidak harmonis dalam rumah tangga (Hidayah, 2004). Proses pemilihan sosok pendamping yang sesuai akan semakin sulit dan lambat karena individu mengalami kendala sosial tertentu seperti norma dan budaya selama proses seleksi yang mereka lakukan (Ismail, 2011). Sebuah studi yang dilakukan oleh *Pew Research* (2021) ditemukan 26% kaum milenial menunda pernikahan dan 70% generasi milenial membuat pilihan agar tetap lajang serta tidak ingin mengambil risiko terkait hubungan serius dalam hidupnya.

Kecenderungan memilih pasangan hidup menyebabkan sebagian besar pria dan wanita dewasa awal mengalami masalah kecemasan sebab harus menemukan serta memilih pasangan yang serasi dengan dirinya (Pebyamoriski, Minarni, Musawwir, 2022). Atkinson (2010) menyatakan bahwa kecemasan

merupakan perasaan tidak menyenangkan yang ditandai dengan perasaan khawatir, takut, dan sedih yang biasanya dialami dengan tingkatan berbeda-beda dimana seseorang sadar bahwa terdapat sesuatu yang berjalan tidak sesuai dengan yang diinginkan. Callhoun & Acocella (1995) menjelaskan kecemasan sebagai perasaan takut yang diikuti dengan meningkatnya reaksi jiwa. Individu yang mengalami masalah kecemasan yang disebabkan karena belum memiliki teman hidup akan membuat perbuatan individu di lingkungan menjadi berubah, individu akan merasa minder dalam berinteraksi atau bahkan kesehatannya akan kerap terganggu karena terdapat pikiran yang membebani (Riyanto, 2012).

Himawan (2018) mengungkapkan yang menyebabkan individu mengalami kecemasan memilih teman hidup dikarenakan standar yang sudah mereka tetapkan sehingga membuat mereka belum menikah serta susah memperoleh teman hidup. Selain itu, mereka memperoleh tekanan dari orang sekitar yang membuat mereka menjadi takut dan merasa khawatir dalam memilih pasangan hidup. Hal ini berkaitan dengan bagaimana individu dewasa awal mampu menerima keadaan dirinya. Hurlock (1974) mendefinisikan penerimaan diri sebagai keadaan dimana seseorang sudah siap dalam mempertimbangkan karakteristik personalnya dan mampu hidup bersama kepribadian tersebut. Penerimaan diri merupakan bentuk kesuksesan menerima keunggulan serta kelemahan diri dengan apa adanya (Anderson, 2008).

Permatasari (2016) mengatakan bahwa dengan menerima keadaan dirinya maka individu sudah

memperoleh karakter diri yang menjadi dasar terbentuknya ketulusan serta kerendahan hati. Sandoz, Wilson, Merwin & Kellum (2013) mengatakan bahwa ketika individu mempunyai penerimaan diri yang rendah maka individu tersebut tidak dapat mampu mengelola pikiran serta perasaan mengenai dirinya, tidak dapat membuat pilihan yang sesuai dengan kualitas dirinya, dan tidak sesuai dengan bagaimana individu menjalani kehidupannya. Sebaliknya, ketika individu mempunyai penerimaan diri tinggi maka individu tersebut dapat mengelola pikiran serta perasaan mengenai dirinya, membuat pilihan sesuai dengan kualitas dirinya, dan penting untuk melakukan interaksi dengan orang lain.

Hasil penelitian Widiyanti & Valentina (2023) menunjukkan bahwa individu yang dapat menerima dirinya secara realistis terhadap keadaan dirinya akan mampu menerima kelemahan dan keunggulan dirinya tanpa menyalahkan orang lain serta mampu menunjukkan sikap yang positif kepada orang lain. Hal tersebut dilihat bahwa bagaimana cara individu memandang serta menilai dirinya dapat memengaruhi keberhasilan individu dalam memilih teman hidup. Permasalahan yang dialami oleh individu dewasa awal adalah masih banyak yang merasa khawatir dengan proses pemilihan pasangan hidup. Permasalahan tersebut dapat menimbulkan hambatan dalam memilih pasangan hidup yang membuat individu kurang objektif dalam memandang dan menilai dirinya seperti masih membandingkan dirinya dengan orang lain, merasa tidak memiliki apapun yang bisa dibanggakan dan merasa malu dengan dirinya Speilman, (2013).

Perasaan khawatir tersebut akan memengaruhi perilaku individu yang dapat menyebabkan individu akan

menarik diri dari pergaulan karena memiliki perasaan khawatir akan masa depan, serta membatasi diri untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitar Talalu & Wibawanti (2021). Individu yang memiliki perasaan cemas ditandai dengan perasaan gelisah, khawatir akan terjadi sesuatu yang kurang menyenangkan sehingga individu tidak dapat menyelesaikan masalahnya (Naele, 2006).

METODE

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Penelitian dengan metode kuantitatif adalah data diperoleh melalui hasil penelitian berupa angka kemudian dilakukan analisis statistik (Sugiyono, 2017). Peneliti ini menggunakan jenis korelasional. Korelasional adalah penelitian dengan tujuan untuk melihat hubungan dua variabel atau beberapa variabel (Arikunto, 2010). Penelitian ini menggunakan 2 skala yaitu, skala penerimaan diri dan skala kecemasan memilih pasangan hidup.

Skala Penerimaan Diri

Skala penerimaan diri dibuat langsung oleh peneliti dengan mengacu pada aspek yang dinyatakan oleh Supratiknya (1995) yaitu, aspek pembukaan diri, kesehatan psikologis, dan penerimaan kepada orang lain dengan total aitem sebanyak 40 dalam bentuk skala *likert*. Pada skala ini terdapat empat pilihan jawaban yaitu Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju dan Sangat Tidak Setuju. Skornya dimulai dari 4 sampai dengan 1 untuk aitem (*favorable*) dan angka 1 sampai dengan 4 untuk aitem (*unfavorable*). Skala ini dilakukan uji validitas dengan *rtabel* 0,25 dan menghasilkan 19 aitem yang valid. Nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,908 sehingga dinyatakan aitem pernyataan tersebut reliabel.

Skala Kecemasan Memilih Pasangan Hidup

Skala kecemasan memilih pasangan hidup dibuat langsung oleh peneliti dengan mengacu pada aspek yang dinyatakan oleh Nevid (2005) yaitu, aspek fisik, aspek behavioral, dan aspek kognitif dengan total aitem sebanyak 40 dalam bentuk skala *likert*. Pada skala ini terdapat empat pilihan jawaban yaitu Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju dan Sangat Tidak Setuju. Skornya dimulai dari 4 sampai dengan 1 untuk aitem (*favorable*) dan angka 1 sampai dengan 4 untuk aitem (*unfavorable*). Skala ini dilakukan uji validitas dengan *rtabel* 0,25 dan menghasilkan 23 aitem yang valid. Nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,933 sehingga dinyatakan aitem pernyataan tersebut reliabel.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah individu dewasa awal yang belum menikah dengan rentang usia 20-40 tahun. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan pengambilan sampel yang disesuaikan terhadap tujuan dan kriteria khusus (Sugiyono, 2016). Kriteria sampel yaitu:

1. Dewasa awal dengan rentang usia 20-40 tahun;
2. Berjenis kelamin laki-laki dan perempuan;
3. Belum menikah;
4. Mengalami masalah kecemasan dalam memilih pasangan hidup.

Pengambilan sampel menggunakan rumus Lemeshow karena jumlah sampel yang tidak diketahui. Berikut rumus yang digunakan:

$$n = \frac{Z^2 1 - a / 2 P (1 - P)}{d^2}$$

n = Jumlah sampel

z = Nilai standart = 1,96

p = Maksimal estimasi = 50% = 0,5

d = alpha (0,10) atau *sampling error* = 10%.

HASIL

Uji Normalitas

Uji Normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas memiliki syarat yaitu apabila nilai signifikansi lebih dari 0,05 ($p > 0,05$) maka data berdistribusi normal dan jika nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) maka data tidak berdistribusi normal.

Tabel 1. Uji Normalitas

Variabel	Signifikansi (p)	Keterangan
Penerimaan Diri Kecemasan Memilih Pasangan Hidup	0,200	Normal

Uji Linearitas

Uji linearitas memiliki syarat yaitu apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) maka data yang dihasilkan linear dan apabila nilai signifikansi lebih dari 0,05 ($p > 0,05$) maka data yang dihasilkan tidak linear. Selain itu, linearitas data penelitian juga dapat dilihat dari nilai *Deviation from Linearity*. Jika nilai *Deviation from Linearity* lebih dari 0,05 ($p > 0,05$) maka data penelitian bersifat linear dan sebaliknya, apabila nilai *Deviation from Linearity* kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) maka data penelitian bersifat tidak linear.

Tabel 2. Uji Linearitas

Variabel	Signifikansi (p)	<i>Deviation from Linearity</i>	Keterangan
Penerimaan Diri dan Kecemasan Memilih Pasangan Hidup	0,020	0,245	Linear

Uji Hipotesis

Tabel 3. Uji Hipotesis

Variabel X	Variabel Y	Koefisien Korelasi	Signifikansi
Penerimaan Diri	Kecemasan Memilih Pasangan Hidup	-0,369	0,058

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa nilai signifikansi adalah 0,058 ($p > 0,05$) yang menunjukkan adanya korelasi antara kedua variabel. Selain itu nilai korelasi $R = -0,369$ menunjukkan nilai yang negatif. Hal ini menunjukkan bahwa antara penerimaan diri dengan kecemasan memilih pasangan hidup terdapat hubungan negatif dan signifikan.

Kategorisasi Data Hasil Penelitian

Tabel 4. Kategorisasi Tingkat Penerimaan Diri

Skor	Kategori	Jumlah	Presentase
$X < 51,3$	Sangat Rendah	11	8%
$51,3 < X \leq 58,4$	Rendah	31	23%
$58,4 < X \leq 65,5$	Sedang	53	39%
$65,5 < X \leq 72,6$	Tinggi	32	23%
$X > 72,6$	Sangat Tinggi	10	7%
Total		137	100%

Berdasarkan tabel 4 diperoleh hasil bahwa kategorisasi tingkat penerimaan diri sangat rendah sebanyak 11 responden (8%) dan tingkat penerimaan diri sangat tinggi sebanyak 10 responden (8%).

Tabel 5. Kategorisasi Tingkat Kecemasan Memilih Pasangan Hidup

Skor	Kategori	Jumlah	Presentase
$X < 36,9$	Sangat Rendah	10	7%
$36,9 < X \leq 51,0$	Rendah	34	25%
$51,0 < X \leq 65,1$	Sedang	51	37%
$65,1 < X \leq 79,3$	Tinggi	34	25%
$X > 79,3$	Sangat Tinggi	8	6%
Total		137	100%

Berdasarkan tabel 5 diperoleh hasil bahwa kategorisasi tingkat kecemasan memilih pasangan hidup sangat rendah sebanyak 10 responden (7%) dan tingkat kecemasan memilih pasangan hidup sangat tinggi sebanyak 8 responden (6%).

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan memilih

pasangan hidup pada dewasa awal. Peneliti mengajukan hipotesis bahwa terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan memilih pasangan hidup pada individu dewasa awal. Untuk mengetahui hubungan dan kebenaran hipotesis penelitian, peneliti melakukan uji korelasi *pearson product moment* menggunakan *software IBM SPSS Statistic 23*. Berdasarkan uji hipotesis yang dilakukan maka H1 diterima dengan hasil bahwa terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan memilih pasangan hidup pada individu dewasa awal.

Hasil analisis di atas diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,058 ($p > 0,05$) dan nilai koefisien korelasi sebesar -0,369. Dengan demikian, terdapat korelasi yang negatif dan signifikan antara penerimaan diri dengan kecemasan memilih pasangan hidup. Artinya, semakin tinggi penerimaan diri, maka semakin rendah kecemasan memilih pasangan hidup dan begitupun sebaliknya. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Trianawati (2017) bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara penerimaan diri dengan kecemasan dalam menjalin hubungan lawan jenis pada perempuan dewasa awal. Penelitian yang dilakukan oleh Wulandari & Lestari (2018) menyatakan bahwa kecemasan dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang dapat memengaruhi adalah penerimaan diri dan faktor eksternal yang dapat memengaruhi adalah dukungan sosial.

Hasil penelitian Oktaviani (2019) diperoleh bahwa penerimaan diri berperan penting terhadap kebahagiaan individu sehingga individu memiliki penyesuaian diri yang baik. Hal ini didukung oleh

penelitian Aidina, Nisa & Sulistyani (2013) dengan hasil bahwa individu akan lebih optimis menghadapi masa depan ketika individu merasa bahagia terhadap keadaan dirinya sendiri. Hal tersebut dapat dikatakan bahwa individu yang dapat menerima keadaan dirinya akan memiliki harapan yang sesuai dengan kemampuannya, sehingga individu tidak akan merasakan kecemasan terhadap masa depannya kelak (Wulan dan Edianti, 2019).

Nevid (2005) berpendapat bahwa ada beberapa faktor yang dapat memengaruhi kecemasan yaitu faktor biologis, faktor lingkungan sosial, faktor behavioral, faktor kognitif dan emosional. Pada faktor kognitif dan emosional ditemukan keyakinan-keyakinan akan *self defeating* atau *irasional* seperti beranggapan jika sesuatu yang buruk akan terjadi, berfikir serta bereaksi negatif pada keadaan yang belum pasti dan belum tentu terjadi. Selain itu, individu berpikir bahwa kesempurnaan sebagai tolak ukur kebahagiaan, sehingga individu akan menerima dirinya jika memiliki perilaku dan penampilan yang sempurna, serta tidak mempunyai kekurangan (Nevid, 2005).

Pada penelitian ini diperoleh hasil bahwa penerimaan diri individu dewasa awal berada pada kategori sedang sebanyak 53 responden (39%) dan kategori tinggi sebanyak 32 responden (23%). Sedangkan kecemasan dalam memilih pasangan hidup berada pada kategori sedang sebanyak 51 responden (37%), kategori tinggi sebanyak 34 responden (25%), dan kategori rendah sebanyak 34 responden (25%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pebyamoriski, dkk (2022) yang menemukan bahwa dewasa awal yang belum menikah memiliki tingkat kecemasan memilih pasangan hidup berada pada kategori sedang.

Selain itu, hasil penelitian Adi dan Tobing (2018) kecemasan memilih pasangan hidup berada pada kategori tinggi dengan subjek wanita Triwangsa di Bali. Hal tersebut disebabkan karena pertimbangan-pertimbangan dalam pemilihan pasangan hidup seperti takut tidak sesuai dengan yang diharapkan oleh keluarga.

Pada penelitian ini responden didominasi oleh individu dengan rentang usia 20-25 tahun sebanyak 94 responden (69%) dan didominasi dengan responden perempuan sebanyak 81 responden (59%). Penelitian Pebyamoriski, dkk (2022) menyatakan bahwa dewasa awal yang berada pada rentang usia 20-25 tahun mempunyai nilai kecemasan memilih pasangan hidup yang lebih tinggi dari usia lainnya. Papuntungan, Gunawan, Pangemanan dan Khoman (2019) mengatakan bahwa masalah kecemasan lebih mudah dialami pada dewasa awal karena pada usia dewasa awal cenderung mudah terkena perasaan cemas dan tekanan psikologis, sebab kesiapan mental dan jiwa yang belum matang serta masih kurangnya pengalaman.

Pada penelitian ini berdasarkan jenis kelamin didominasi oleh perempuan sebanyak 81 responden (59%) dan laki-laki sebanyak 56 responden (41%). Diketahui bahwa kecemasan memilih pasangan hidup pada laki-laki lebih rendah daripada perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alkeshek (2020) bahwa secara signifikan kecemasan menghadapi masa depan pada laki-laki lebih rendah daripada perempuan. Hal tersebut dapat disebabkan karena perempuan mempunyai sifat yang lebih sensitif dalam menghadapi situasi yang mencemaskan serta menakutkan terkait kecemasan.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Nasus, Tulak & Bangu (2021) bahwa perempuan cenderung mengalami kecemasan dibandingkan laki-laki. Hal tersebut dikarenakan wanita cenderung menggunakan perasaan dalam menanggapi sesuatu yang terjadi dalam hidupnya, sedangkan pria cenderung menggunakan pikiran saat dihadapkan dengan kondisi yang dianggap mengancam bagi hidupnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diambil kesimpulan bahwa hasil penelitian yang menggunakan teknik korelasi *pearson product moment* dengan hipotesis yang diajukan oleh peneliti bahwa “Ada hubungan antara penerimaan diri dengan masalah kecemasan memilih pasangan hidup pada dewasa awal”. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara penerimaan diri dengan kecemasan memilih pasangan hidup pada dewasa awal. Hasil penelitian ini memberikan gambaran bahwa penerimaan diri individu berkorelasi dengan kecemasan dalam memilih pasangan hidup pada individu dewasa awal.

DAFTAR PUSTAKA

Adi, I., & Tobing, D. (2018). Perbedaan tingkat kecemasan dalam memilih pasangan hidup pada wanita triwangsa dewasa awal di Bali yang ditinjau berdasarkan pola asuh otoriter. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1, 99-109.

Alkeshek, E. A. (2020). Future anxiety among Jordanian University students during the corona pandemic in light of some variables. *British journal of education*, 9, 70-82.

Anderson, T. (2008). *The teory and practice of online learning. Second edition*. AU press Canada: Athabasca University.

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arnett, J. J. (2006). Emerging adulthood: Understanding the new way of coming of age. In J. A. (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 3-19). Washington DC: American Psychological Association.
- Atkinson, R. L. (2010). *Pengantar Psikologi*. Tangerang: Interaksa.
- BKKBN, B. K. (2017). *Usia pernikahan ideal 21-25 tahun*.
- BPS. (2020). *Indonesia dalam angka 2020* Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Calhoun, J. F., & Acocella, J. R. (1995). *Psychology of adjustment and human relationship*. New York: Mc Graw Hill.
- Hidayah, M. M. (2004). *Faktor-faktor pemilihan jodoh di kalangan mahasiswa Islam UTM*. Johor Bahru (MY): Universiti Teknologi Malaysia.
- Himawan, K. K. (2018). *Either i do or i must: an exploration of the marriage attitudes of Indonesian singles. The social science*.
- Hurlock, E. B. (1996). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (1974). *Personality Development*. New Delhi: Hil Publishing Company.
- Undang-Undang Republik Indonesia. (n.d.). *Nomor 16 Tahun 2019 tentang perubahan atas Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang perkawinan*.
- Ismail, R. (2011). *Psikologi Sosial*. Selangor: Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Naele, D. G., J.M, & Kring, A. (2006). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Nasus, E., Tulak, G. T., & Bangu. (2021). Tingkat kecemasan petugas kesehatan menjalani rapid test mendeteksi dini COVID 19. *Jurnal Endurance*, 94-102.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal Edisi Kelima Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Oktaviani, M. A. (2019). Hubungan penerimaan diri dengan harga diri pada remaja pengguna Instagram. *Psikoborneo*, 549-556.
- Papuntungan, F. F., Gunawan, P. N., Pangemanan, D. H., & Khoman, J. A. (2019). Perbedaan tingkat kecemasan berdasarkan jenis kelamin pada tindakan penumpatan gigi. *Jurnal e-Clinic (eCl)*, 74.
- Pebyamoriski, N., Minarni, & Musawwir. (2022). Perbedaan kecemasan memilih pasangan hidup pada dewasa awal berdasarkan demografi. *Jurnal Psikologi*, 220-221.
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID. Indonesian Journal of School Counseling*, 35-40.
- Research, P. (2021). *America*.
- Riyanto, A. (2012). *Aplikasi metodologi penelitian kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sandoz, E. K., Wilson, K. G., Merwin, R. M., & Kellum, K. K. (2013). Assesment of body image flexibility: The body image-acceptance and action questionnaire. *Journal of contextual behavioral science*, 2-10.
- Speilman, S. (2012). Settling for less out of fear of being single. *Journal of personality and social psychology*, 6, 1049-1-73.

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif* . Bandung: Alfabeta.

Supratiknya, A. (1995). *Komunikasi Pribadi Tinjauan Psikologi*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius.

Widiantari, I. A., & Valentina, T. D. (2023). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dan penerimaan diri individu dengan lupus. *Jurnal Psikologi Udayana*, 227.

Wisnuwardhani, D., & Mashoedi, S. F. (2012). *Hubungan Interpersonal*. Jakarta: Salemba Humanika.

Wulan, A. P., & Ediati, A. (2019). Hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan wanita kasus narkoba di Kalimantan Timur. *Jurnal Empati*, 181.

Wulandari, P. D., & Lestari, M. D. (2018). Pengaruh penerimaan diri pada kondisi pensiun dan dukungan sosial terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun pada Pegawai Negeri Sipil di Kabupaten Badung. *Jurnal Psikologi Udayana*, 87-99.

LAMPIRAN

Bukti Submit Jurnal

The screenshot displays the MOTIVA: Jurnal Psikologi website. The header includes the journal title, ISSN (2615-6687), and E-ISSN (2621-3893). The navigation menu contains links for HOME, ABOUT, USER HOME, SEARCH, CURRENT, ARCHIVES, ANNOUNCEMENTS, EDITORIAL TEAM, and REVIEWERS. The breadcrumb trail shows the user is in the 'Active Submissions' section.

Active Submissions

ACTIVE ARCHIVE

ID	MM-DD SUBMIT	SEC	AUTHORS	TITLE	STATUS
7099	07-31	ART	Fauziah	HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN MASALAH KECEMASAN...	Awaiting assignment

1 - 1 of 1 Items

Start a New Submission

CLICK HERE to go to step one of the five-step submission process.

Refbacks

ALL NEW PUBLISHED IGNORED

DATE ADDED	HITS	URL	ARTICLE	TITLE	STATUS	ACTION
<i>There are currently no refbacks.</i>						

Publish Ignore Delete Select All

Journal Help

USER

You are logged in as... **dindafauziah24**

- » My Journals
- » My Profile
- » Log Out

ADDITIONAL MENU

- JOURNAL TEMPLATE
- FOCUS & SCOPE
- E-ISSN
- AUTHOR GUIDELINES
- ETIKA PUBLIKASI

SERTIFIKAT

Surat Keterangan



Kampus 1 : Jl.Ir.H. Juanda, No.15, Samarinda
Kampus 2 : Jl.Pelita, Pesona Mahakam, Samarinda
Telp: 0541-748511 Fax: 0541-766832

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SURAT KETERANGAN ARTIKEL PUBLIKASI

Assalamu 'alaikum Warahmatullahi wabarakatuh

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

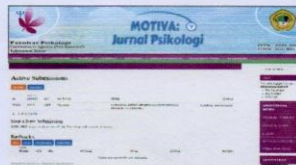
Nama : Alfiza Fakhriya Haq, M.Psi., Psikolog
NIDN : 1114039301
Nama : Dinda Fauziah
NIM : 1911102433056
Fakultas : Psikologi
Program Studi : S1 Psikologi

Menyatakan bahwa artikel ilmiah yang berjudul "Hubungan antara penerimaan diri dengan masalah kecemasan dalam memilih pasangan hidup pada dewasa awal" telah di submit pada MOTIVA: Jurnal Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda pada tahun 2023.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu 'alaikum Warahmatullahi wabarakatuh

Bukti Submit:



Mahasiswa

Samarinda, Senin, 31 Juli 2023

Dinda Fauziah

Alfiza Fakhriya Haq, M.Psi., Psikolog