

**PENGARUH *SELF ACCEPTANCE* DAN KECEMASAN
SOSIAL TERHADAP *LONELINESS***



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana dalam
Bidang Psikologi



Oleh:

FITRI AMELIA ANGGRAINI

41183507190017

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

UNIVERSITAS ISLAM "45"

BEKASI

2024

121

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Pengaruh *Self Acceptance* dan Kecemasan Sosial Terhadap *Loneliness*
Disusun : Fitri Amelia Anggraini
NPM : 41183507190017

Bekasi, 21 Mei 2024

Menyetujui

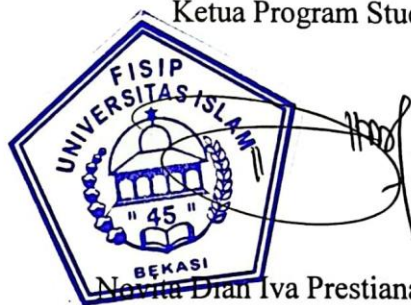
Pembimbing



Ratna Duhita Pramintari, SKM, M.Si.

Mengetahui:

Ketua Program Studi



Novita Dian Iva Prestiana, M.Psi

HALAMAN PENGESAHAN

Pengaruh *Self Acceptance* dan Kecemasan Sosial Terhadap Loneliness



Dipersiapkan dan disusun oleh

Fitri Amelia Anggraini

41183507190017

Telah diujikan di hadapan Dewan Penguji

Pada tanggal 21 Mei 2024

Dan telah dinyatakan Lulus/disahkan

Di Universitas Islam "45" Bekasi,

Pada tanggal 21 Mei 2024

Dewan penguji:

Ketua : Novita Dian Iva Prestiana, M.Psi

Sekretaris : Ratna Duhita Pramintari, SKM, M.Si

Anggota : 1. Alfiana Indah Muslimah, S.Psi., M.Psi

2. Siti Nur Hidayah, S.Psi., M.Psi

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini;

Nama : Fitri Amelia Anggraini

Npm : 41183507190017

Judul Skripsi : Pengaruh *Self Acceptance* dan Kecemasan Sosial Terhadap *Loneliness*

Menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana psikologi, baik di Universitas Islam 45 Bekasi maupun diperguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, yang dibimbing oleh Dosen Pembimbing Skripsi yang ditentukan atau dosen lain yang kompeten.
3. Karya tulis ini terbebas dari:
 - a. *Fabrikasi*, yaitu tindakan membuat data dari yang tidak ada menjadi seolah-olah ada (pemalsuan hasil penelitian) yaitu mengarang, mencatat dan atau mengumumkan hasil penelitian tanpa pembuktian telah melakukan proses penelitian;
 - b. *Falsifikasi*, yaitu pengubahan data dengan maksud agar sesuai yang dikehendaki peneliti (pemalsuan data penelitian) yaitu memanipulasi bahan penelitian, peralatan atau proses, mengubah atau tidak mencantumkan data atau hasil sedemikian rupa, sehingga penelitian itu tidak disajikan secara akurat dalam catatan penelitian;
 - c. *Plagiarisme*, yaitu pencurian gagasan, pemikiran, proses, objek dan hasil penelitian, baik dalam bentuk data atau kata-kata, termasuk bahan yang diperoleh melalui penelitian terbatas (bersifat rahasia), usulan rencana penelitian, dan atau naskah orang lain tanpa menyatakan penghargaan.
4. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
5. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Islam 45 Bekasi.

Bekasi, 21 Mei 2024

Yang membuat pernyataan,


A27ALX151871858

Fitri Amelia Anggraini
41183507190017

Fitri Amelia
Anggraini
411835071900
17

RIWAYAT HIDUP

Nama : Fitri Amelia Anggraini
Tempat/Tanggal Lahir : Bekasi, 31 Desember 2000
Alamat : Perum Regensi 1, Desa Wanasari, Kec. Cibitung,
Kabupaten Bekasi, Jawa Barat
No. Telepon : 0895389729176
Email : fitriameliaa52@gmail.com
Nama Orang Tua
1. Nama Ayah : H. Ahmad Thobari, S.T
2. Nama Ibu : Hj. Puji Rahayuni
Riwayat Pendidikan :

No	Jenis Pendidikan	Nama Lembaga	Tahun
1	TK	RA. Al-Kasysyaf II	2005 - 2006
2	SD	MI Yapink 08	2006 – 2012
3	SMP	PonPes Daarul Mughni Al-Maaliki	2012 - 2015
4	SMA	PonPes Daarul Mughni Al-Maaliki	2015 – 2018
5	Perguruan Tinggi	Universitas Islam “45” Bekasi	2019 – 2024

MOTO

Tidak dendam hanya berusaha menjauh demi menjaga diri sendiri. Sebab dekat kadang suka jadi semena-mena. Suka tidak pandai lagi cara menghargai. Lebih baik berjarak, agar hatiku tidak rusak.

~Boycandra

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Rabbil'alamin, puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-nya yang diberikan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Penelitian ini, dengan judul “Pengaruh *Self Acceptance* dan Kecemasan Sosial Terhadap *Loneliness*” dalam menyusun skripsi ini, penulis mendapatkan dukungan secara moral, dan memperoleh bimbingan dari berbagai pihak. Pada nantinya semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi para pembaca pada umumnya.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini, namun semoga menjadi kontribusi positif bagi kita semua. Selanjutnya dengan rendah hati kami meminta kritik dan saran dari pembaca untuk skripsi ini supaya selanjutnya dapat kami revisi kembali. Karna kami sangat menyadari, bahwa skripsi yang telah kami buat ini masih memiliki banyak kekurangan.

Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Ratna Duhita Pramintari, SKM., M.Si selaku dosen pembimbing yang telah bersedia menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing penulis dalam menyusun skripsi ini.
2. Tim dosen penguji yang telah memberikan saran dan masukannya terhadap skripsi peneliti.
3. Ibu Alfiana Indah Muslimah, S.Psi., M.Psi selaku dosen pembimbing akademik.
4. Ibu Novita Dian Iva Prestiana, M.Psi., selaku kepala program studi psikologi Universitas Islam “45” Bekasi.
5. Bapak Drs. Yanto supriyatno, M.Si., selaku dekan fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Islam “45” Bekasi.
6. Seluruh dosen Program Studi Psikologi Universitas Islam “45” Bekasi yang telah banyak memberikan pelajaran dalam hal akademis maupun non akademis kepada penulis.

7. Kepada pimpinan Pondok Pesantren Daarul Mughni Al-Maaliki serta para responden yang telah memberikan kesempatan penulis untuk melakukan penelitian.
8. Kepada kedua orang tua yang selalu mendukung dan memberi masukan kepada penulis dalam setiap kegiatan, kasih sayang dan doa untuk penulis dan selalu memberikan yang terbaik untuk peneliti.
9. Dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penulis dalam membuat skripsi ini.

Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas bantuan serta dukungannya, semoga mendapatkan balasan dari Allah SWT dan dapat memberikan manfaat yang cukup berharga bagi pembacanya.

Bekasi, 21 Mei 2024

Penulis

Fitri Amelia Anggraini

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
RIWAYAT HIDUP.....	iv
MOTO.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
RINGKASAN	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
1. Manfaat Teoritis	7
2. Manfaat Praktis	7
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Kajian Pustaka.....	9
1. <i>Loneliness</i>	9
2. <i>Self Acceptance</i>	18
3. Kecemasan Sosial.....	27
4. Remaja Awal.....	33
B. Kerangka Berpikir	38
C. Hipotesis.....	41
D. Orisinalitas Penelitian	42

BAB III	48
METODE PENELITIAN.....	48
A. Desain Penelitian	48
B. Identifikasi dan Operasional Variabel.....	48
1. Identifikasi Variabel.....	48
2. Definisi Konseptual	49
3. Definisi Operasional	50
C. Subjek, Tempat, dan Waktu Penelitian	51
1. Subjek Penelitian	51
2. Tempat dan Waktu Penelitian.....	53
D. Teknik Pengumpulan Data.....	53
1. Wawancara.....	54
2. Kuesioner	54
3. Skala Psikologi.....	54
E. Teknik Analisis Data.....	71
1. Teknik Deskriptif	71
2. Teknik Pengujian Asumsi	74
3. Teknik Pengujian Hipotesis	76
F. Etika Penelitian	78
BAB IV	79
HASIL PENELITIAN DAN DISKUSI	79
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	79
B. Deskripsi Demografis Subjek Penelitian	79
1. Karakteristik Berdasarkan Usia	80
C. Deskripsi Variabel Penelitian.....	80
D. Hasil Penelitian	81
1. Pengaruh <i>Self Acceptance</i> dan <i>Loneliness</i>	81
2. Pengaruh Kecemasan Sosial dan <i>Loneliness</i>	82
3. Analisis Regresi Linear Sederhana <i>Self Acceptance</i> Terhadap <i>Loneliness</i>	82
4. Analisis Regresi Linear Sederhana Kecemasan Sosial Terhadap <i>Loneliness</i> ...	83
E. Diskusi	84
BAB V	90

KESIMPULAN DAN SARAN	90
A. Kesimpulan	90
B. Saran.....	92
DAFTAR PUSTAKA	93

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Orisinalitas Penelitian	44
Tabel 2. Waktu dan Tempat Penelitian	56
Tabel 3. Skala Likert.....	58
Tabel 4. <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Acceptance</i>	59
Tabel 5. <i>Blue Print</i> Skala Kecemasan Sosial	62
Tabel 6. <i>Blue Print</i> Skala <i>Loneliness</i>	63
Tabel 7. Hasil <i>Expert Judgement</i> Skala <i>Loneliness</i>	66
Tabel 8. Hasil <i>Expert Judgement</i> Skala <i>Skala Acceptance</i>	67
Tabel 9. Hasil <i>Expert Judgement</i> Skala Kecemasan Sosial	67
Tabel 10. Hasil Validitas Konstruk Skala <i>Loneliness</i>	70
Tabel 11. Hasil Validitas Konstruk Skala <i>Self Acceptance</i>	71
Tabel 12. Hasil Validitas Konstruk Skala Kecemasan Sosial.....	74
Tabel 13. Kategorisasi Reliabilitas	75
Tabel 14. Hasil Uji Reliabilitas <i>Self Acceptance</i>	76
Tabel 15. Hasil Uji Reliabilitas Kecemasan Sosial.....	77
Tabel 16. Tingkat Reliabilitas <i>Loneliness</i>	77
Tabel 17. Rumus Kategorisasi	78
Tabel 18. Hasil Kategorisasi <i>Self Acceptance</i> , Kecemasan Sosial, dan <i>Loneliness</i>	79
Tabel 19. Deskripsi Variabel <i>Self Acceptance</i>	80
Tabel 20. Deskripsi Variabel Kecemasan Sosial	80
Tabel 21. Deskripsi Variabel <i>Loneliness</i>	74
Tabel 22. Asumsi Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov Z</i>	75
Tabel 23. Hasil Uji Linearitas	83
Tabel 24. Koefisien Korelasi <i>Rank Spearman</i>	84
Tabel 25. Usia Subjek	87
Tabel 26. Deskripsi Variabel Penelitian	87
Tabel 27. Hasil Uji Korelasi <i>Rank Spearman</i>	89
Tabel 28. Hasil Uji Korelasi <i>Rank Spearman</i>	89
Tabel 29. Hasil Uji Regresi Sederhana <i>Self Acceptance</i> Terhadap <i>Loneliness</i>	90
Tabel 30. Hasil Uji Regresi Sederhana Kecemasan Sosial Terhadap <i>Loneliness</i>	91

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir	41
Gambar 2. Identifikasi Variabel Penelitian	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Panduan Wawancara	101
Lampiran 2. Laporan Wawancara.....	107
Lampiran 3. Hasil Wawancara.....	132
Lampiran 4. Hasil Expert Judgement.....	138
Lampiran 5. Hasil Validitas Isi Aiken V.....	143
Lampiran 6. Tabulasi Data.....	146
Lampiran 7. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	163
Lampiran 8. Hasil Uji Asumsi	169
Lampiran 9. Hasil Deskriptif Variabel Penelitian.....	172
Lampiran 10. Hasil Uji Hipotesis	176
Lampiran 11. Hasil Uji Regresi Linear Berganda.....	178
Lampiran 12. Skala Psikologi Setelah Uji Coba.....	180
Lampiran 13. Blueprint <i>Self Acceptance</i> , Kecemasan Sosial, dan <i>Loneliness</i>	188

RINGKASAN

Pondok Pesantren merupakan lembaga pendidikan islam yang masih menjadi pendidikan islam tradisional di Indonesia. Santri berasal dari latar belakang yang beragam, baik dari segi asal daerah, bahasa, maupun ekonomi. Keadaan sosial remaja yang baru, seperti belajar di sekolah baru, pindah ke kota baru, atau terpisah dari keluarga dapat menimbulkan perasaan kesepian. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh *self acceptance* dan kecemasan sosial terhadap *loneliness* pada remaja putri di pesantren.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Populasi dan sampel penelitian adalah remaja awal santri putri kelas II Madrasah Tsanawiyah Daarul Mughni Al-Maaliki yang berjumlah 557 siswi. Berdasarkan perhitungan rumus slovin sampel dalam penelitian ini berjumlah 233 responden. Alat pengumpulan data menggunakan skala *loneliness* oleh De Jong Gierveld dengan nilai validitas sebesar 0,265 – 0,704 dan nilai *Alpha Cronbach* reliabilitas sebesar 0,768, skala *self acceptance* oleh Hurlock dengan nilai validitas sebesar 0,261 – 0,716 dan nilai *Alpha Cronbach* reliabilitas sebesar 0,881, dan skala kecemasan sosial oleh La Grace dan Lopez dengan nilai validitas sebesar 0,427 – 0,652 dan nilai *Alpha Cronbach* reliabilitas sebesar 0,877. Analisis data menggunakan uji korelasi *rank spearman* dan uji regresi linier sederhana.

Hasil penelitian pada uji regresi linier sederhana *self acceptance* terhadap *loneliness* yaitu $r^2 = 0,100$; $t = -5054$; ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif *self acceptance* terhadap *loneliness*, yang artinya jika *self acceptance* rendah maka tingkat *loneliness* semakin tinggi, begitupun sebaliknya jika tingkat *self acceptance* tinggi maka tingkat *loneliness* semakin rendah. kemudian hasil penelitian pada uji regresi linier sederhana kecemasan sosial terhadap *loneliness* yaitu $r^2 = 0,033$; $t = 2,810$; ($p < 0,05$) terdapat pengaruh positif kecemasan sosial terhadap *loneliness*, Hal ini berarti semakin rendah kecemasan sosial maka semakin rendah pula tingkat *loneliness* pada remaja putri.

Kata kunci: *Loneliness*, *Self Acceptance*, Kecemasan Sosial, Santri, Remaja awal

BAB 1-5

ORIGINALITY REPORT

20%

SIMILARITY INDEX

19%

INTERNET SOURCES

8%

PUBLICATIONS

10%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.untag-sby.ac.id Internet Source	1%
2	www.neliti.com Internet Source	1%
3	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	1%
4	yosafat96.blogspot.co.id Internet Source	1%
5	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	1%
6	eprints.iain-surakarta.ac.id Internet Source	1%
7	journal.universitaspahlawan.ac.id Internet Source	1%
8	docplayer.info Internet Source	1%
9	jurnal.unissula.ac.id Internet Source	1%