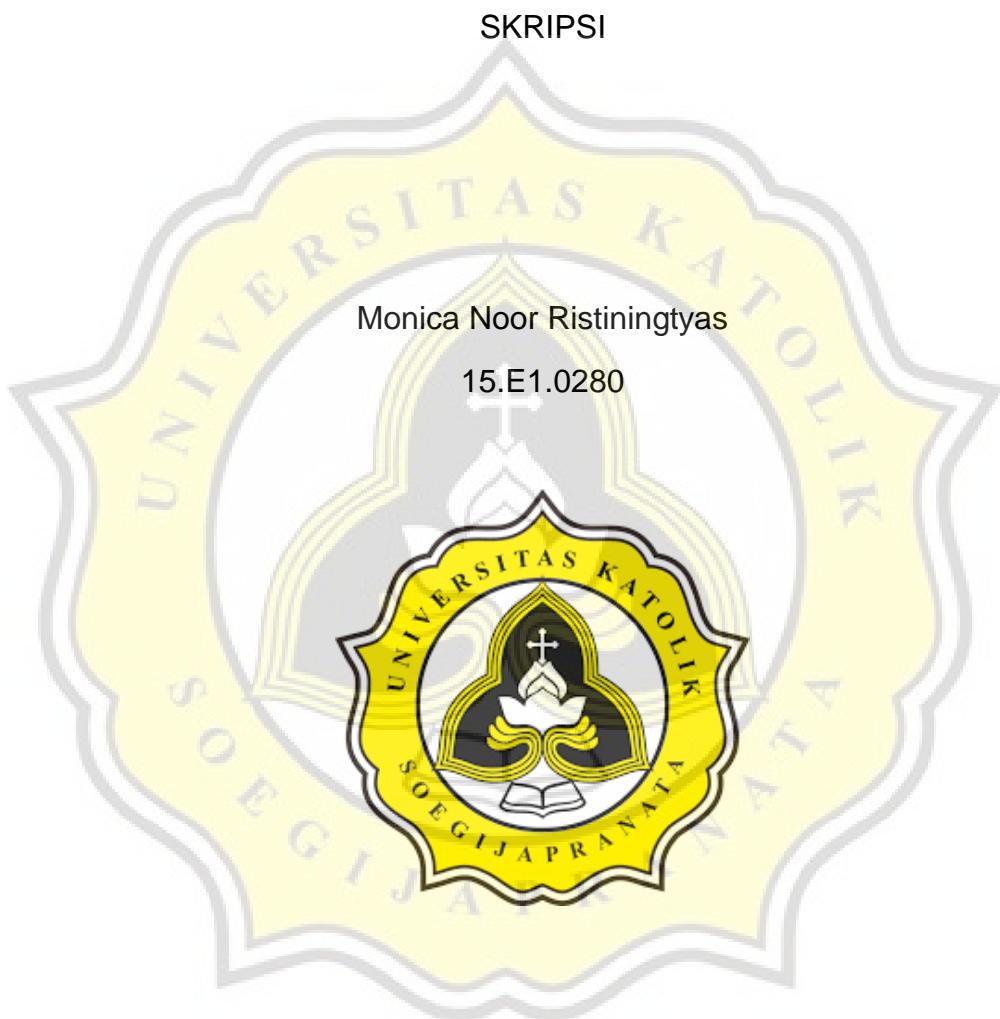


HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA WANITA DEWASA AWAL



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2021**

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA WANITA DEWASA AWAL

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Fakultas
Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Untuk Memenuhi
Sebagian Syarat-Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Monica Noor Ristiningtyas

15.E1.0280



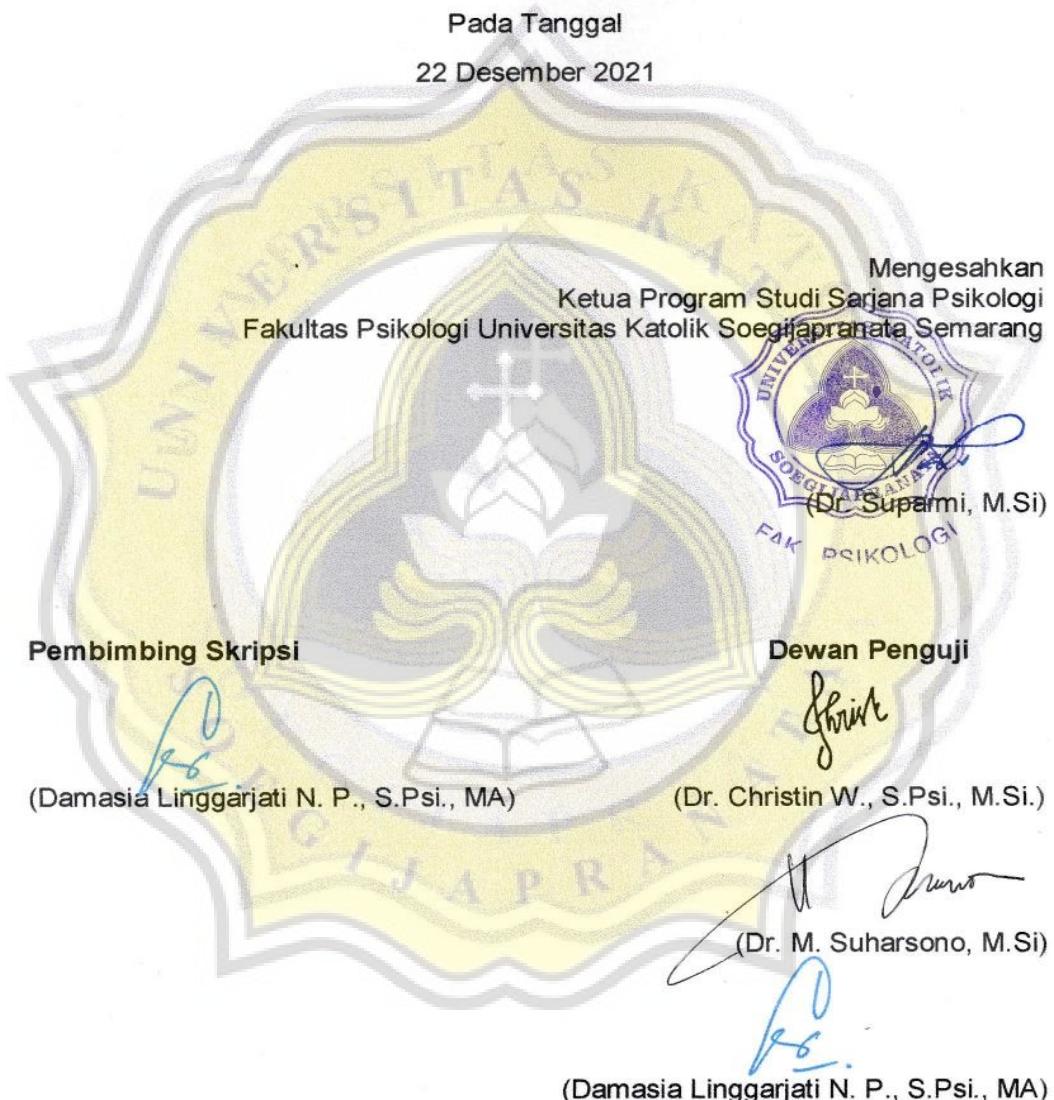
**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2021**

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan
Diterima untuk Memenuhi Sebagian Syarat – syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

22 Desember 2021



HALAMAN PERNYATAAN ANTI PLAGIASI

NAMA : MONICA NOOR RISTININGTYAS

NIM : 15.E1.0280

JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
PENERIMAAN DIRI PADA WANITA DEWASA AWAL

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh Gelar Kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam Daftar Pustaka.

Semarang, 1 Desember 2021

Yang membuat pernyataan,



Monica Noor Ristiningtyas

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Monica Noor Ristiningtyas

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah yang berjudul **"Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri Pada Wanita Dewasa Awal"** beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyimpan, mengalihkan media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan menduplikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Semarang, 21 Februari 2022



Yang bersangkutan

Monica Noor Ristiningtyas

HALAMAN PERSEMBAHAN

Untukmu, yang mencoba berubah demi orang lain, sejauh apapun kamu melangkah, saat kamu masih belum mampu untuk menerima segala keunikan yang dimiliki, maka sejauh itu pula kamu akan terus merasa kurang selangkah.

Kamu, berharga,

Kamu, cukup.



MOTTO

You gotta go and reach for the top

Believe in every dream that you got

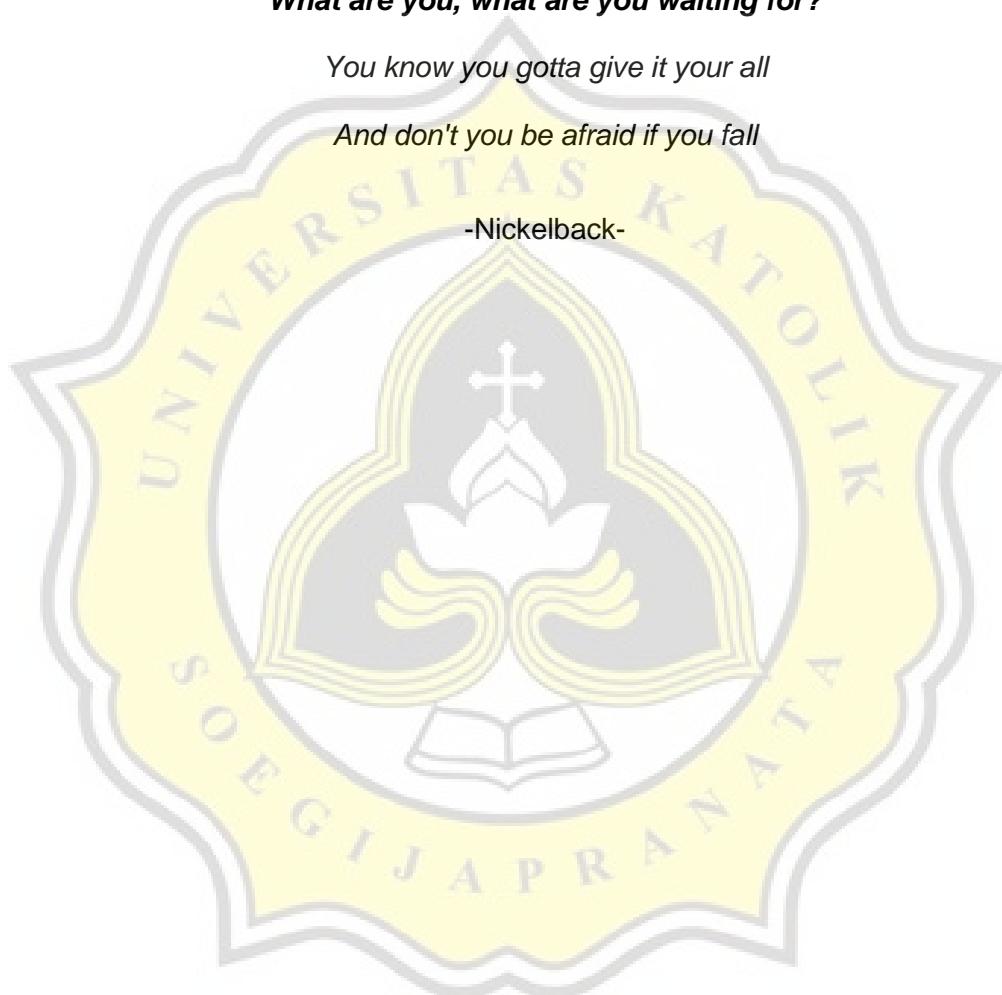
You're only living once so tell me

What are you, what are you waiting for?

You know you gotta give it your all

And don't you be afraid if you fall

-Nickelback-



UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kepada Dia yang sudah mengaruniakan segala keunikan diri, karena atas cinta kasih-Nya yang tanpa batasan, memampukan penulis untuk terus berproses. Skripsi berjudul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri pada Wanita Dewasa awal”, bisa hadir dan terselesaikan meskipun dengan segala kebaikan maupun kekurangan yang mengiringi.

Proses penulisan yang tidak sebentar ini tentu melibatkan berbagai pihak yang sudah memberikan dukungan, baik secara terang – terangan maupun dalam diam. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan banyak terima kasih kepada :

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Dr. Suparmi, M.Si, selaku Kepala Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
3. Damasia Linggarjati Novi Parmitasari, S.Psi, MA selaku dosen pembimbing skripsi yang selalu sabar dan asyik dalam membimbing serta memberi masukan sehingga meski membutuhkan waktu satu tahun lebih skripsi ini bisa rampung.
4. Dr. Christin Wibowo S.Psi. M.Si. dan Dr. Drs. M Suharsono MSI. selaku dosen pengaji, yang sudah berdedikasi dan sabar dalam menguji penulis, serta membantu penulis untuk menguraikan kesalah pahaman dalam penulisan skripsi ini.

5. Dr. Augustina Sulastri, S.Psi selaku dosen wali kelas 04/2015, yang mungkin tanpa disadari, sudah menyuntikkan semangat serta menaruh kepercayaan kepada anak – anaknya.
6. Seluruh dosen pengajar Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang dengan caranya masing – masing sudah membuat kuliah menjadi menarik dan menyenangkan.
7. Seluruh Staff Tata Usaha juga *Cleaning Service* Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata, yang pada masanya sudah mau berbagi canda dan cerita kepada saya.
8. Maria Goretti Eligia Triyati Yuliastuti, selaku Ibu yang luar biasa, yang tidak ada tandingan dan penggantinya. Bapak, yang saya percaya sudah bahagia di tempat yang berbeda, juga Nicolaus Julian Harino Pangarso, yang dibalik kekakuananya tersembunyi rasa sayang dan tanggung jawab untuk Ibu dan adiknya ini.
9. Keluarga besar saya yang kecil, terutama Bulik Nanik dengan perhatian pada hal – hal detailnya, Dik Maria yang selalu menawarkan kenyamanan, Mbak Paula, juga yang lainnya, yang meskipun tidak disebutkan disini, mereka tahu keberadaannya berarti untuk saya.
10. Jongki dan Jengki da Silva, juga Timmy Tumini da Silva, yang menjadi salah satu alasan saya untuk terus bergerak demi memberikan kehidupan yang layak, juga yang sudah membantu mempertahankan kewarasaan saya disituasi pandemi. Meski mereka tidak bisa membaca, tetapi mereka ada.

11. Teman – teman baik saya, Angguina, Charina, Martha, Maleakhy, Putri, Desi, dan Hanna untuk keakraban yang terjalin yang dimulai dari sebuah kamar kos sepulang kuliah. *I owe you so much, guys!*
12. Panca Inggit Sari dan Anastasia Valentina yang dengan caranya masing – masing selalu ada di sekitar saya, baik saat dibutuhkan maupun tidak.
13. Teman – teman Psychopath alias Psikologi Kosong Papat, untuk empat tahun yang penuh warna dengan geng yang itu – itu saja.
14. Teman – teman di organisasi, baik BEMF maupun kepanitiaan, untuk kesenangan yang mengakibatkan saya tidak mendapat predikat sebagai mahasiswa kupu – kupu.
15. Teman – teman sesama asisten di Pusat Psikologi Terapan untuk kebahagiaan di malam – malam lembur yang mencekam, juga bahan tawa yang tidak pernah ada habisnya.
16. Semua orang yang terlibat dalam proses penulisan skripsi ini, yang rajin bertanya, yang memberikan motivasi terselubung juga yang sering nyinyir dan membanding – bandingkan, tanpa itu semua mungkin selamanya skripsi ini tidak akan pernah selesai.
17. Subjek penelitian ini, *last but not least*, untuk kesediaan membuka diri dalam menjawab berbagai pernyataan yang ada, terimakasih.

DAFTAR ISI

| | |
|--|------|
| HALAMAN JUDUL..... | i |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | ii |
| HALAMAN PERNYATAAN ANTI PLAGIASI | iii |
| HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.... | iv |
| HALAMAN PERSEMBAHAN | v |
| MOTTO | vi |
| UCAPAN TERIMA KASIH..... | vii |
| DAFTAR ISI..... | x |
| DAFTAR TABEL..... | xii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xiii |
| ABSTRAK..... | xiv |
| <i>ABSTRACT</i> | xv |
| BAB 1 PENDAHULUAN..... | 1 |
| 1.1 Latar Belakang..... | 1 |
| 1.2 Tujuan Penelitian | 6 |
| 1.3 Manfaat Penelitian | 7 |
| BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA..... | 8 |
| 2.1 Penerimaan Diri pada Wanita Dewasa Awal | 8 |
| 2.2 Dukungan Sosial..... | 14 |
| 2.3 Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri pada Wanita Dewasa Awal | 17 |
| 2.4 Hipotesis..... | 20 |
| BAB 3 METODE PENELITIAN..... | 21 |
| 3.1 Jenis Penelitian..... | 21 |
| 3.2 Identifikasi Variabel Penelitian | 21 |
| 3.3 Definisi Operasional..... | 22 |
| 3.4 Subjek Penelitian | 23 |

| | |
|---|----|
| 3.5 Metode Pengumpulan Data | 23 |
| 3.6 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur..... | 26 |
| 3.7 Metode Analisis Data | 27 |
| BAB 4 PELAKSANAAN PENGUMPULAN DATA PENELITIAN | 28 |
| 4.1 Orientasi Kancah Penelitian..... | 28 |
| 4.2 Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian..... | 29 |
| 4.3 Pelaksanaan Penelitian | 31 |
| 4.4 Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur | 33 |
| BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... | 37 |
| 5.1 Uji Asumsi..... | 37 |
| 5.2 Hasil Analisa Data | 38 |
| 5.3 Pembahasan..... | 39 |
| BAB 6 PENUTUP | 44 |
| 6.1 Kesimpulan..... | 44 |
| 6.2 Saran..... | 44 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 45 |
| LAMPIRAN | 51 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> Skala Penerimaan Diri..... | 25 |
| Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala Dukungan Sosial..... | 26 |
| Tabel 4.1 Sebaran Item Skala Penerimaan Diri..... | 30 |
| Tabel 4.2 Sebaran Item Skala Dukungan Sosial | 31 |
| Tabel 4.3 Sebaran Item Valid dan Item Gugur Skala Penerimaan Diri..... | 34 |
| Tabel 4.4 Sebaran Item Valid dan Item Gugur Skala Dukungan Sosial | 35 |
| Tabel 5.1 Hasil Uji Korelasi Kendall's Tau-b..... | 38 |
| Tabel 5.2 Hasil Uji Tambahan | 38 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|-----|
| LAMPIRAN A <i>Informed Consent</i> | 52 |
| LAMPIRAN B Alat Ukur | 54 |
| LAMPIRAN C Data Kasar Subjek..... | 76 |
| Lampiran C-1 Data Kasar Subjek Penerimaan Diri..... | 77 |
| Lampiran C-2 Data Kasar Subjek Dukungan Sosial | 80 |
| LAMPIRAN D Uji Validitas dan Reliabilitas..... | 83 |
| Lampiran D-1 Uji Validitas dan Reliabilitas Penerimaan Diri..... | 84 |
| Lampiran D-2 Uji Validitas dan Reliabilitas Dukungan Sosial | 95 |
| LAMPIRAN E Data Subjek untuk Analisis | 99 |
| Lampiran E-1 Data Subjek untuk Analisis Penerimaan Diri | 100 |
| Lampiran E-2 Data Subjek untuk Analisis Dukungan Sosial | 103 |
| LAMPIRAN F Uji Normalitas dan Linearitas | 106 |
| LAMPIRAN G Analisis Data | 110 |
| LAMPIRAN H Uji Tambahan | 112 |

ABSTRAK

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional, yang bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh dukungan sosial terhadap penerimaan diri. Sampel pada penelitian ini adalah 49 wanita dewasa awal yang mengalami obesitas di Kota Semarang, yang dipilih dengan teknik sampling aksidental. Alat pengumpulan data menggunakan skala dukungan sosial dan adaptasi *Berger Self Acceptance Scale*. Data yang sudah diperoleh dianalisis menggunakan korelasi *Kendall's Tau-b*. Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh nilai korelasi sebesar 0,255 dengan taraf signifikansi (*p*) sebesar 0,013 (*p*<0,05). Hal ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan penerimaan diri pada wanita dewasa awal dan hipotesis diterima dengan sumbangan efektif sebesar 6,5%.

Kata kunci : penerimaan diri, dukungan sosial, obesitas

ABSTRACT

The recent study, which is a correlational-quantitative study, aims to discover empirically the influence of social support to self-acceptance. The sample of the study was 49 young adult obese women in Semarang, which was selected by accidental sampling technique. The applied data collection tool was the social support scale and adaptation of the Berger Self Acceptance Scale. The collected data was analyzed by using Kendall's Tau-b correlation. According to the study the researcher found that correlation value of 0.255 with a significance level (p) of 0.013 ($p < 0.05$). It indicates that there is a significant positive relationship between social support and self-acceptance in young adult women and the hypothesis is accepted with an effective contribution of 6.5%.

Keywords: *self-acceptance, social support, obesity*