

Penelitian ini juga relevan dengan temuan Wijaya, Sari, dan Sandiasih (2024) yang menunjukkan bahwa kepercayaan diri dan dukungan sosial memiliki pengaruh signifikan dalam menghadapi kecemasan menghadapi dunia kerja. Meskipun konteksnya berbeda, prinsip dasarnya sama, yaitu bahwa individu dengan kondisi psikologis dan sosial yang sehat lebih siap menghadapi perubahan dan tantangan kehidupan, termasuk keputusan untuk menikah. Hal ini memperkuat argumentasi bahwa kepercayaan diri dan dukungan sosial merupakan faktor pelindung yang efektif terhadap berbagai bentuk kecemasan, termasuk kecemasan pernikahan.

Namun demikian, dalam penelitian ini juga ditemukan bahwa variabel kecemasan pernikahan tidak berdistribusi normal ($p = 0,000$), yang menunjukkan adanya kemungkinan persepsi atau pengalaman yang sangat beragam di antara partisipan. Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti pengalaman pribadi, budaya keluarga, pola asuh, atau trauma masa lalu seperti perceraian orangtua. Oleh karena itu, meskipun hasil menunjukkan hubungan yang signifikan, penting untuk mempertimbangkan adanya faktor lain yang dapat memengaruhi tingkat kecemasan pernikahan secara lebih kompleks.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini mempertegas bahwa individu dewasa awal

dengan latar belakang perceraian orangtua dapat mengalami kecemasan pernikahan, namun hal tersebut dapat diminimalkan melalui peningkatan kepercayaan diri dan dukungan sosial yang memadai.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dan kecemasan pernikahan, yaitu semakin tinggi kepercayaan diri individu maka semakin rendah tingkat kecemasan pernikahan yang dirasakannya. Selain itu, terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dan kecemasan pernikahan, yang berarti semakin tinggi dukungan sosial yang diterima individu maka semakin rendah tingkat kecemasannya terhadap pernikahan. Secara simultan, kepercayaan diri dan dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan kecemasan pernikahan pada dewasa awal yang orang tuanya bercerai, sehingga kedua variabel ini berkontribusi secara bersama-sama dalam menurunkan tingkat kecemasan pernikahan.

DAFTAR PUSTAKA

Alsa, A. (2023). Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif serta Kombinasinya dalam Penelitian Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial Edisi Kesepuluh Jilid 2*. Jakarta: Erlangga

BKKBN. (2024, 27 April). Tren Nikah Diatas 25 Tahun Dianggap Wajar, Idealnya Umur Berapa Sih?. Diunduh dari: [https://indonesiabaik.id/infografis/tren-nikah-di-atas-25-tahun-dianggap-wajar-](https://indonesiabaik.id/infografis/tren-nikah-di-atas-25-tahun-dianggap-wajar-memang-idealnya-umur-berapa-sih#:~:text=Rekomendasi%20BKKBN,tahun%20sedangkan%20perempuan%2021%20tahun.)

[memang-idealnya-umur-berapa-sih#:~:text=Rekomendasi%20BKKBN,tahun%20sedangkan%20perempuan%2021%20tahun.](https://indonesiabaik.id/infografis/tren-nikah-di-atas-25-tahun-dianggap-wajar-memang-idealnya-umur-berapa-sih#:~:text=Rekomendasi%20BKKBN,tahun%20sedangkan%20perempuan%2021%20tahun.)

BKKBN. (2024, 27 Juni). Perubahan Persepsi Tentang Pernikahan. Diunduh dari: <https://www.bkkbn.go.id/posts/557d8946-0909-411e-b1af-ffb08905fce2-angka-pernikahan-menurun-kepala-bkkbn-terjadi-perubahan-persepsi-tentang-pernikahan.>

Blonna, R. (2012). *Coping with Stress in A Changing World*, New York, McGraw-Hill.

- Bukhori, B. (2016). Kecemasan Berbicara di Depan Umum ditinjau dari Kepercayaan Diri dan Keaktifan dalam Organisasi Kemahasiswaan. *Jurnal Komunikasi Islam*. 6(1), 159-186. DOI: <https://doi.org/10.15642/jki.2016.6.1.158-186>
- Durand, V. M., & Barlow, D. H. (2006). *Intisari Psikologi Abnormal, Edisi Keempat, Buku Pertama, Cetakan I*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Farhani, K. A., & Syukriah, D. (2024). Hubungan antara Kepercayaan Diri dan Dukungan Sosial Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Gunadarma Depok. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*. 4(1), 10-16. DOI: <http://doi.org/10.37817/psikologikreatifinovatif.v4i1.3264>
- Hurlock, E. B. (2012). *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Edisi Kelima*. Jakarta: Erlangga
- Kurniati, A., & Rozali, Y., A. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan untuk Menikah pada Wanita Dewasa Awal dengan Latar Belakang Orang Tua Bercerai. *JCA PSIKOLOGI*. 1(2), 85-92. <https://jca.esaunggul.ac.id/index.php/jpsy/article/view/45>
- Maghfiroh., F., L., & Nurchayati. (2023). Penyesuaian Diri Perempuan Dewasa Awal yang Bercerai. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. 10(20), 62-79.
- Maharani, V., P. (2022). Pengaruh Kejenuhan dalam Pembelajaran *E-Learning* terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas Tinggi SD Tunas Harapan Malang di Era New Normal. *Jurnal Psikologi Tabularasa*. 17(1), 26-39. DOI: <http://doi.org/10.26905/jot.v17i.8076>
- Mulyadi, P., Zamralita., & Saraswati, K., D., H. (2020). Social Support and Students' Academic Engagement. *Advance in Social Science, Education Humanities Research*, 478, 443-450.
- Nevid, J., S., Rathus, S., A., & Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal Edisi Kelima Jilid I*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Novenia, S., & Yuwono, E., S. (2024). Gambaran Cinta pada Dewasa Awal Korban Perceraian Orangtua. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*. 15(02), 138-151. DOI: <http://10.21107/personifikasi.v15i2.27454>
- Pebyamoriski, N., Minarni, M., & Musawwir, M. (2022). Perbedaan Kecemasan Memilih Pasangan Hidup pada Dewasa Awal Berdasarkan Demografi. *Jurnal Psikologi*. 15(2), 219-228. DOI: <https://doi.org/10.35760/psi.2022v15i2.6036>
- Pradipta, L., Y., & Desiningrum, D., R. (2017). Pengalaman Menjalin Hubungan dengan Lawan Jenis pada Anak Korban Perceraian (Studi Kualitatif Fenomenologis Dewasa Awal yang Mengalami Perceraian Orangtua). *Jurnal Empati*. 6(1), 442-447. DOI: <https://doi.org/10.14710/empati.2017.15187>
- Purba, A. T., Munir, A., & Surbakti, A. (2022). Hubungan Kepercayaan Diri dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan Mahasiswa Magister Psikologi Universitas Medan Area dalam Menyelesaikan Tesis. *Journal of Education Humoniora and Social Science*. 4(4), 2041-2051. <http://repositori.uma.ac.id/handle/123456789/17767>
- Rahwuni, D., Lestari, W., & Bayhakki. (2014). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dan

- Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Tingkat Kecemasan pada Wanita Menopause. *JOM PSIK*, 1(2), 1-8. <http://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/3379>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. I. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions*, 7th edition. John Wiley & Sons, Inc: Amerika Serikat.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Utami, V., Hakim, L., & Junaidin. (2019). Hubungan Harga Diri dengan Kecemasan Memilih Pasangan Hidup pada Perempuan Dewasa Awal. *Jurnal Psimawa*. 2(1), 15-20. DOI: <http://doi.org/10.36761/jp.v2i1.431>
- Wahyuni, S. (2013). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara Didepan umum Mahasiswa Psikologi. *Psikoborneo*, 1(4), 220-227. <http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/view/3519/2291>
- Wijaya, D. A., Sari, L. L., & Sandiasih, K. M. (2024). Pengaruh Dukungan Sosial dan Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja. *Psikosains: Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologis*. 19(1), 82-92. DOI: <http://dx.doi.org/10.30587/psikosains.v19i1.7371>
- Wilfrida, H., Y., & Rahayu, M., N., M. (2023). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*. 5(2), 4303-4307. DOI: <http://doi.org/10.31004/jpdk.v5i2.13466>