Perpustakaan Unika

KECEMASAN MENGHADAPI MENOPAUSE DITINJAU DARI *SELF EFFICACY*

SKRIPSI

FITRI SEKAR ARUMSARI

08.40.0182

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2012

Perpustakaan Unika

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

17 September 2012

Mengesahkan,

Fakultas Psikologi

Universitas Katolik Soegijapranata

Dekan,

(Dr. Kristiana Haryanti, M.Si)

Dewan Penguji

1. Dr. A. Rachmad Djati Winarno, MS _____
2. Damasia Linggarjati Novi, S.Psi., MA _____
3. Drs. Haryo Goeritno, M.Si _____

Perpustakaan Unika

HALAMAN PERSEMBAHAN

Tuhan Yesus Kristus Sang Juru Selamat,
Kedua orangtua, kakak, kekasih dan semua
orang yang telah memberikan semangat
dan cintanya dalam hidupku

Perpustakaan Unika

HALAMAN MOTTO

He has made everything
BEAUTIFUL
in it's time
(Ecclesiastes 3 :11)

Perpustakaan Unika

UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji dan ucapan syukur kepada Tuhan Yesus Kristus, atas segala berkat dan anugrahnya selama ini. Menjadi penuntun dikala suka maupun duka, memberi banyak pelajaran dalam hidup untuk menjadi manusia yang lebih baik dari hari ke hari.

Proses penyelesaian skripsi ini tidaklah semudah membalikkan telapak tangan. Banyak hal yang harus ditempuh dan dilakukan oleh peneliti. Selama proses tersebut, peneliti telah mendapatkan banyak pengarahan, bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Dr. Kristiana Haryanti, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Dr. M. Sih Setija Utami, M. Kes selaku Dosen Wali yang telah banyak memberikan pengarahan dan bimbingan kepada peneliti.
3. Damasia Linggarjati Novi S.Psi, MA selaku Dosen Pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, nasehat, kesabaran, waktu dan ilmu selama tahap penyelesaian tugas akhir ini.
4. Dr. A. Rachmad Djati Winarno, MS dan Drs. Haryo Goeritno, M.Si selaku Dosen Penguji yang memberikan saran dan bantuannya bagi penulis.
5. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah memberikan bekal ilmu bagi peneliti selama kuliah.

Perpustakaan Unika

6. Seluruh staf Tata Usaha dan perpustakaan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang telah membantu kelancaran administrasi dan refrensi buku.
7. Gereja Kristen Jawa (GKJ) Tlogosari atas ijinnya untuk melakukan penelitian.
8. Seluruh ibu-ibu warga GKJ Tlogosari yang telah membantu dan meluangkan waktu untuk bersedia mengisi skala dalam penelitian ini.
9. Kedua orangtua dan kakakku yang sungguh luar biasa, yang tidak pernah berhenti berdoa untukku, memberikan dukungan, semangat dan bantuannya.
10. Kelurga besar Soewondho dan Poespoyo yang selalu memberi doa dan dukungannya.
11. Kekasihku Dimas Yoga, yang menghadirkan tangis dan tawa dalam pembuatan skripsi, serta tidak pernah berhenti memberikan doa, dukungan dan bantuannya.
12. Seluruh teman-teman kelas D angkatan 2008 khususnya Febri, Kezia, Arnita, Sari, Novi terimakasih untuk dukungan, canda tawa dan kebersamaannya selama menuntut ilmu di fakultas psikologi.
13. Mas Yoyo yang membimbing dan membantu dalam pengolahan analisis data.
14. Sahabat-sahabatku Asih, Bondan, mbk Tya, Bintang dan Ctuz yang selalu memberi semangat, doa, dan tawanya.
15. Keluarga hebatku pengurus komisi anak dan anak-anak sekolah minggu GKJ Tlogosari yang memberi tawa yang menjadikan penyemangat dikala penat.

Perpustakaan Unika

16. Semua pihak yang tidak dapat di sebut satu-persatu yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini..

Semarang, September 2012

Peneliti

Perpustakaan Unika

KECEMASAN MENGHADAPI MENOPAUSE

DITINJAU DARI *SELF EFFICACY*

Fitri Sekar Arumsari

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

ABSTRAKSI

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara self efficacy terhadap kecemasan menghadapi menopause. Populasi dalam penelitian ini adalah wanita usia 45-55 tahun yang belum menopause, belum pernah mengalami operasi pengangkatan kandungan dan warga Gereja Kristen Jawa (GKJ) Tlogosari Semarang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kecemasan menghadapi menopause dan skala self efficacy. Hasil analisis data didapatkan bahwa uji hipotesis dengan menggunakan korelasi product moment menemukan r_{xy} *= -0,540 (p<0,01). Hal ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara self efficacy dengan kecemasan menghadapi menopause.*

Kata Kunci : Kecemasan menghadapi menopause, *self efficacy.*

Perpustakaan Unika

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i

HALAMAN PEGESAHAN ii

HALAMAN PERSEMBAHAN iii

HALAMAN MOTTO iv

UCAPAN TERIMA KASIH v

ABSTRAK viii

DAFTAR ISI ix

DAFTAR TABEL xiii

DAFTAR LAMPIRAN xiv

BAB I PENDAHULUAN **1**

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Tujuan Penelitian 7

C. Manfaat Penelitian 7

1. Manfaat Teoritis 7
2. Manfaat Praktis 7

Perpustakaan Unika

BAB II TINJAUAN PUSTAKA 8

A. Kecemasan Menghadapi Menopause 8

1. Pengertian Kecemasan Menghadapi Menopause 8

2. Gejala – Gejala Kecemasan Menghadapi Menopause 10

3. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Menghadapi Menopause 14

B. *Self Efficacy* 15

1. Pengertian *Self Efficacy* 15

2. Aspek – Aspek *Self Efficacy* 16

C. Hubungan *Self Efficacy* Dengan Kecemasan Menghadapi Menopause 18

D. Hipotesis 21

BAB III METODE PENELITIAN 22

A. Metode Peneletian yang Digunakan 22

B. Identifikasi Variabel Penelitian 22

C. Definisi Operasional 22

1. Kecemasan Menghadapi Menopause 22

2. *Self Efficacy* 23

D. Subyek Penelitian 23

E. Metode Pengumpulan Data 24

1. Alat Pengumpulan Data 24

2. Blue Print dan Cara Penilaiannya 24

Perpustakaan Unika

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur 29
1. Validitas Alat Ukur 29
2. Reliabilitas Alat Ukur 29
G. Metode Analisa Data 30

BAB IV PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN PENELITIAN 31
A. Orientasi Kancah Penelitian..... 31
B. Persiapan Penelitian 32
1. Tahap Perijinan Penelitian 32
2. Penyusunan Alat Ukur 33
C. Pelaksanaan dan Pengambilan Data Penelitian 34
D. Pengujian Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur..... 35
1. Skala Kecemasan Menghadapi Menopause 35
2. Skala *Self Efficacy*..... 36

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN 38
A. Hasil Penelitian 38
1. Uji Asumsi 38
a. Uji Normalitas 38
b. Uji Linieritas 39
2. Uji Hipotesis 39
B. Pembahasan 40

Perpustakaan Unika

BAB VI PENUTUP 43

A. Kesimpulan 43

B. Saran 43

a. Bagi Wanita Menghadapi Menopause 43

b. Bagi Peneliti Selanjutnya 44

DAFTAR PUSTAKA 45

Perpustakaan Unika

DAFTAR TABEL

Tabel

1. Blue Print Skala Kecemasan Menghadapi Menopause 26
2. Blue Print Skala *Self Efficacy* 28
3. Penyebaran Skala Kecemasan Menghadapi Menopause 33
4. Penyebaran Skala *Self Efficacy* 34
5. Hasil Uji Coba Skala Kecemasan Menghadapi Menopause 36
6. Hasil Uji Coba Skala *Self Efficacy* 37

Perpustakaan Unika

DAFTAR LAMPIRAN

A. SKALA PENELITIAN 48

A-1 Skala Kecemasan Menghadapi Menopause..... 51

A-2 Skala *Self Efficacy* 53

B. DATA TRY OUT 55

B-1 Data Penelitian Kecemasan Menghadapi Menopause..... 56

B-2 Data Penelitian *Self Efficacy* 58

C. UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS 60

C-1 Skala Kecemasan Menghadapi Menopause 61

C-2 Skala *Self Efficacy* 66

D. DATA PENELITIAN 69

D-1 Data Penelitian Kecemasan Menghadapi Menopause..... 70

D-2 Data Penelitian *Self Efficacy* 72

E. UJI ASUMSI 74

E-1 Uji Normalitas 75

E-2 Uji Linieritas 78

F. UJI HIPOTESIS 80

G. UJI ANOVA 82

H. PERIJINAN 84

H-1 Surat Ijin Penelitian 85

H-2 Surat Bukti Penelitian 86