

**PENYESUAIAN DIRI WANITA TENGAH BAYA
TERHADAP PERUBAHAN FISIK**

SKRIPSI

MAHARANI KUSUMANINGRUM

06.40.0051



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2011**

PENYESUAIAN DIRI WANITA TENGAH BAYA TERHADAP PERUBAHAN FISIK

SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
untuk Memperoleh Sebagian dari Syarat Guna
Memperoleh Gelar Derajat Sarjana Psikologi**

MAHARANI KUSUMANINGRUM

06.40.0051

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA**

**SEMARANG
2011
HALAMAN PERSEMBAHAN**



*KARYA MASTERPIECE INI
KUPERSEMBAHKAN UNTUK
BAPA DAN BUNDAKU DI SURGA,
PAPA MAMA TERCINTA SUMBER UTAMA SUPPORTKU,
KAKAK TERCINTA YANG TELAH MENCURAHKAN SEGALA
IDE-IDE BRILIANNYA.
KEKASIH TERCINTA YANG SELALU MEMBUATKU
TERSENYUM,
TANPA MEREKA,
AKU BUKAN APA-APA
DAN BUKAN SIAPA-SIAPA.*

HALAMAN MOTTO

*AWALILAH SEGALA SESUATU DENGAN BERMIMPI,
MIMPI AKAN MENGHASILKAN SEBUAH IDE,
IDE TERSEBUT AKAN MENCIPTAKAN SEBUAH PERILAKU
UNTUK MENGHASILKAN KARYA TERBAIK,
AKU DAPAT MENCAPAI SUKSES KU KARENA MIMPI MASA*

KECILKU...

(Maharani K.)

***Seorang pejuang yang baik akan selalu memperjuangkan
cinta dan kebenaran.***

Karena dari cintalah kita berasal,

karena cinta juga kita hidup,

dan suatu saat nanti kita akan berakhir daripada cinta.

(Maharani K.)

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur yang sangat mendalam penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas curahan berkat dan rahmat-Nya, segala kekuatan dan dorongan dari-Nya sehingga skripsi ini akhirnya dapat penulis selesaikan. Hanya karena rahmat-Nya lah sehingga penulis dapat melalui hari-hari saat menulis skripsi ini dengan baik dan akhirnya terselesaikan dengan sempurna. Penulis juga tidak lupa untuk mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberi dukungan baik moril maupun materiil kepada penulis dalam proses penulisan skripsi ini. Penulis tidak dapat menyebutkan satu persatu dan mendetail kepada pihak yang telah memberikan dukungannya, namun penulis akan selalu mengingat jasa-jasa dari semua pihak-pihak yang telah memberikan dukungan, dorongan dan bantuan yang sangat luar biasa bagi penulis.

Penulis berharap bahwa skripsi ini dapat menjadi inspirasi dan sumbangan ilmu pengetahuan bagi semua lapisan masyarakat, terutama orang-orang yang telah meluangkan waktunya untuk membaca skripsi ini. Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan kelemahan dalam skripsi ini, seperti kata pepatah “Tak Ada Gading yang tak Retak”, meskipun tulisan ini bersumber dari berbagai informasi dan pengalaman, namun tetap tak luput dari kekurangan dan ketidaksempurnaan. Melalui kesempatan ini, dengan segala

kerendahan hati dan dengan diiringi rasa sukacita, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam kepada:

1. Dr. Kristiana Haryanti, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah merestui dan memperlancar proses penulisan skripsi ini hingga selesai, memberikan izin bagi penulis untuk maju ke tahap berikutnya dan selalu memberikan dukungan mental yang berarti bagi penulis.
2. Ibu Esthi Rahayu selaku dosen pembimbing dan seorang mentor yang selalu sabar dan teliti memeriksa laporan penulis, memberikan dukungan dan nasehat, selalu setia menyumbangkan waktu dan tenaganya untuk menyempurnakan skripsi ini, selalu bersedia berbagi ilmu dan pengetahuan dengan penulis sehingga penulis dapat melalui semua tahapan penulisan skripsi ini dengan baik hingga selesai pada akhirnya.
3. Bapak Drs. George Hardjanta, Msi yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan sumbangan ilmu dan saran yang berarti saat penulis mengalami kesulitan dan kebuntuan dalam proses penulisan. Beliau selalu memberikan bantuannya dengan sepenuh hati agar penulis lebih dapat memahami dan memaknai teori-teori yang berkaitan dengan fenomena-fenomena psikologi dan kejiwaan.
4. Ibu Lita Widyo Hastuti, S. Psi., M.Si selaku dosen wali dan dosen penguji proposal skripsi penulis, yang telah bersedia memberikan dukungan, masukan, saran, dan informasi yang berarti selama penulis menempuh studi di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata dan selama

penulis menyelesaikan skripsi ini sehingga penulis dapat melalui dan menyelesaikan studi dengan lancar.

5. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang telah memberikan segenap pengalaman dan pengetahuan tentang ilmu psikologi kepada penulis melalui waktu dan tenaganya selama penulis menempuh studi yang tentunya sangat bermanfaat bagi masa depan dan ilmu pengetahuan yang dimiliki penulis.
6. Seluruh karyawan Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang telah membantu penulis dengan penuh kepercayaan dan dedikasi tanpa lelah sedikitpun dalam masalah administrasi, jadwal, kemahasiswaan, perkuliahan, dan keperluan-keperluan lainnya selama penulis menempuh studi di Universitas Katolik Soegijapranata hingga saat ini.
7. Kepada Papa dan Mama tercinta, anugerah terindah dari Tuhan, yang tidak pernah lelah memberikan dukungan dan dorongan serta motivasi bagi penulis dalam setiap tahap studi yang penulis jalani. Untuk setiap pelukan dan dorongan mental saat penulis terjatuh dan putus asa. Serta untuk doa dan semangat yang mereka berikan kepada penulis dalam setiap tahap kehidupan penulis hingga terselesaikannya skripsi ini. “Terima kasih Ma, Pa.”
8. Kepada kakakku tersayang, cahaya dalam keluarga penulis, yang dengan setia memberikan segala ide-ide kreatif dan briliannya dalam setiap kesulitan yang penulis hadapi dalam kehidupan ini. Meskipun berjauhan,

namun seperti kata pepatah “Jauh di Mata, Dekat di Hati”. Terima kasih untuk selalu setia mensupport penulis hingga titik ujung proses studi yang penulis jalani, yaitu terselesaikannya proses penulisan skripsi ini. “I Love You, Sist.”

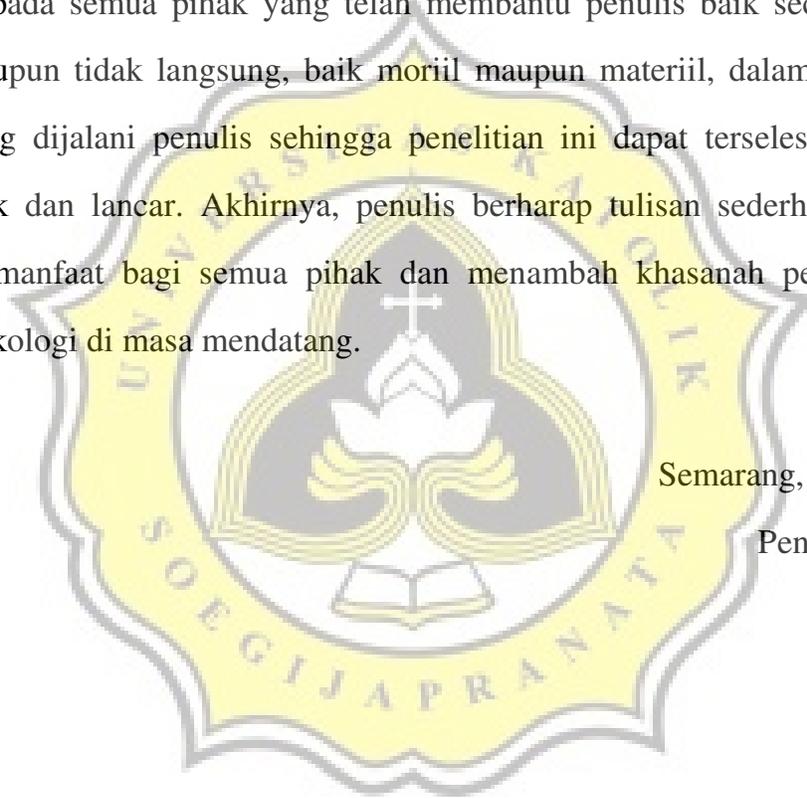
9. Kepada kekasihku tercinta, berkat terindah dalam kehidupan penulis, yang selalu setia mendampingi dan menemani penulis di saat-saat susah maupun senang, selalu memberikan doa, semangat serta bantuannya dalam proses pengerjaan skripsi ini. Rela melakukan apapun demi kemajuan dan kesuksesan kehidupan penulis. Pria terbaik dalam kehidupan penulis. “Jangan pernah berhenti tersenyum untukku. You Are the Best For Me.”
10. Kepada seluruh teman-teman penulis di Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata yang tidak dapat disebutkan satu persatu untuk segala pengalaman yang kalian bagikan selama menempuh studi dan sumbangan waktu serta pikiran untuk membantu penulis saat penulis mengalami kesulitan dalam proses pembelajaran di Fakultas Psikologi. Terima kasih telah berbagi segala keindahan dan keceriaan di masa-masa kuliah. Penulis selalu mendoakan kalian semua dapat mencapai kesuksesan dan kebahagiaan di masa mendatang. Doa penulis selalu mendampingi kalian.
11. Kepada seluruh subyek penelitian yang telah rela membagikan pengalaman dan perasaan dengan penulis demi kelancaran penulisan skripsi ini. Terima kasih untuk waktu dan kesediaan yang telah diberikan selama menjadi subyek penelitian. Perhatian dan kerelaan yang tulus dari seluruh subyek penelitian telah membantu penulis untuk tetap berdiri tegak di tengah

keterpurukan dan keputusasaan serta memberikan dimensi lain bagi penulis dalam memandang dunia dan sekitarnya. Tidak semua orang rela untuk berbagi hal-hal paling pribadi dengan orang-orang lain. namun anda semua sangatlah special dan memiliki hati malaikat. Sukses untuk semua subyek penelitian. Doaku selalu mengiringi anda semua.

12. Kepada semua pihak yang telah membantu penulis baik secara langsung maupun tidak langsung, baik moriil maupun materiil, dalam setiap aspek yang dijalani penulis sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar. Akhirnya, penulis berharap tulisan sederhana ini dapat bermanfaat bagi semua pihak dan menambah khasanah penelitian ilmu psikologi di masa mendatang.

Semarang, Januari 2011

Penulis



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR BAGAN	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	14
C. Manfaat Penelitian	14
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	16
A. Wanita Usia Dewasa Madya	16
1. Pengertian Usia Dewasa Madya	16
2. Tugas Perkembangan Usia Dewasa Madya	19
3. Perubahan Fisik Wanita Usia Dewasa Madya	21
B. Penyesuaian Diri	26
1. Pengertian Penyesuaian Diri	26
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri	29

3. Aspek-aspek Penyesuaian Diri	35
4. Ciri-ciri Penyesuaian Diri	38
C. Dinamika Psikologis	43
BAB III METODE PENELITIAN	48
A. Metode Penelitian Kualitatif	48
B. Subyek Penelitian	49
C. Metode Pengumpulan Data	49
D. Kepercayaan dan Keterandalan Data	52
E. Analisis Data	54
BAB IV LAPORAN PENELITIAN	56
A. Kanchah Penelitian	56
B. Persiapan Penelitian	57
1. Survey	57
2. Perijinan Penelitian	58
3. Penyusunan Pedoman Wawancara dan Observasi	58
C. Pelaksanaan Penelitian	60
D. Hasil Pengumpulan Data	62
1. Kasus 1	62
a. Identitas Subyek 1	62
b. Hasil Observasi 1	63
c. Hasil Wawancara 1	64
d. Analisis Kasus 1	74
2. Kasus 2	81

a.	Identitas Subyek 2	81
b.	Hasil Observasi 2	81
c.	Hasil Wawancara 2	83
d.	Analisis Kasus 2	92
3.	Kasus 3	100
a.	Identitas Subyek 3	100
b.	Hasil Observasi 3	100
c.	Hasil Wawancara 3	102
d.	Analisis Kasus 3	110
4.	Kasus 4	118
a.	Identitas Subyek 4	118
b.	Hasil Observasi 4	118
c.	Hasil Wawancara 4	120
d.	Analisis Kasus 4	129
5.	Kasus 5	137
a.	Identitas Subyek 5	137
b.	Hasil Observasi 5	137
c.	Hasil Wawancara 5	139
d.	Analisis Kasus 5	150
BAB V PEMBAHASAN UMUM		158
A.	Intensitas Tema yang Muncul	158
B.	Bagan Keseluruhan Subyek	159
C.	Pembahasan Keseluruhan Subyek	161

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	174
A. Kesimpulan	174
B. Saran	176
DAFTAR PUSTAKA	182
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 1: Pelaksanaan Wawancara dan Observasi terhadap Kelima Subyek	61
Tabel 2: Intensitas Ciri-ciri Penyesuaian Diri Wanita Usia Dewasa Madya terhadap Perubahan Fisik 1	78
Tabel 3: Intensitas Ciri-Ciri Penyesuaian Diri Wanita Usia Dewasa Madya terhadap Perubahan Fisik 2	97
Tabel 4: Intensitas Ciri-Ciri Penyesuaian Diri Wanita Usia Dewasa Madya terhadap Perubahan Fisik 3	115
Tabel 5: Intensitas Ciri-Ciri Penyesuaian Diri Wanita Usia Dewasa Madya terhadap Perubahan Fisik 4	134
Tabel 6: Intensitas Ciri-Ciri Penyesuaian Diri Wanita Usia Dewasa Madya terhadap Perubahan Fisik 5	155
Tabel 7: Intensitas Ciri-Ciri Penyesuaian Diri Wanita Usia Dewasa Madya Keseluruhan Subyek	158

DAFTAR BAGAN

Bagan 1: Penyesuaian Diri Wanita Usia Dewasa Madya	
Terhadap Perubahan Fisik	48
Bagan 2: Penyesuaian Diri Wanita Usia Dewasa Madya	
Terhadap Perubahan Fisik Subyek 1	80
Bagan 3: Penyesuaian Diri Wanita Usia Dewasa Madya	
Terhadap Perubahan Fisik Subyek 2	99
Bagan 4: Penyesuaian Diri Wanita Usia Dewasa Madya	
Terhadap Perubahan Fisik Subyek 3	117
Bagan 5: Penyesuaian Diri Wanita Usia Dewasa Madya	
Terhadap Perubahan Fisik Subyek 4	136
Bagan 6: Penyesuaian Diri Wanita Usia Dewasa Madya	
Terhadap Perubahan Fisik Subyek 5	157
Bagan 7: Penyesuaian Diri Wanita Usia Dewasa Madya	
Terhadap Perubahan Fisik Keseluruhan Subyek	159

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Pedoman Observasi dan Wawancara

Lampiran 2 : Analisis Reduksi Subyek

Lampiran 3 : Surat Ijin dan Keterangan Penelitian

