

## **KATA PENGANTAR**

Alhamdulillahirabbilalamin, dengan mengucapkan puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kesehatan, ketenangan, kekuatan dan daya pikir hingga dapat menyelesaikan karya sederhana ini. Tidak lupa salawat dan salam saya tunjukkan kepada Nabi besar Muhammad SAW, yang begitu berarti dalam menjadikan umat manusia yang berakhlak dan berilmu pengetahuan.

Adalah berkah yang luar biasa, dengan penuh perjuangan menghadapi berbagai ujian dan cobaan yang menghasilkan sumber ilmu yang luar biasa kepada peneliti, hingga skripsi ini menjadi sebuah goresan tinta yang diharapkan bermanfaat bagi semua. Suatu kebahagiaan yang tak terhingga bagi peneliti hingga dapat menyelesaikan karya sederhana ini dalam bentuk skripsi yang berjudul :

**“HUBUNGAN KECEMASAN TERHADAP PERUBAHAN FISIK  
DENGAN PENYESUAIAN DIRI WANITA MADYA DINI YANG  
BEKERJA”**

Laporan skripsi ini merupakan syarat untuk menyelesaikan perkuliahan pada jurusan Psikologi Universitas Medan Area.

Kupersembahkan karya sederhana ini yang masih sangat jauh dari sempurna kepada Ayahanda tercinta Sukardidan Ibunda tercinta Dahlia, yang telah mendukung memberikan kasih sayang berlimpah dan mendoakan penelitian, semoga Ayahanda dan Ibunda tercinta diberi kesehatan selalu.

Dengan bantuan dan dorongan dari beberapa pihak pada kesempatan ini, dengan kerendahan hati penulis ini mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Yayasan Haji Agus Salim Universitas Medan Area, terima kasih telah memberikan banyak fasilitas kepada penulis sehingga penulis dapat kuliah dengan baik.
2. Bapak Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd selaku Dekan Fakultas Medan Area.
3. Ibu Laili Alfita S.Psi, M.M, M.Psi selaku ketua jurusan Psikologi Perkembangan.
4. Bapak Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd selaku dosen pembimbing I yang selalu memperhatikan perkembangan dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Bapak Zuhdi Budiman S.Psi, M.Psi selaku pembimbing II yang juga telah memberikan banyak pengarahan dan bimbingan, saran yang sangat berarti bagi peneliti hingga selesainya skripsi ini.
6. Ibu Nini Sri Wahyuni, S.Psi, M.Pd, M.Psi selaku ketua dalam sidang meja hijau. Dan Ibu Laili Alfita S.Psi, MM, M.Psi, selaku sekretaris dalam sidang meja hijau
7. Seluruh dosen yang telah tulus memberi ilmunya pada saya dan serta para pegawai Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah banyak membantu dalam pengurusan administrasi.
8. Abangku Wili Sudikdo, Amd. Kom, Kakakku tersayang Ariestya Purwaning Asri, S. Akun, Adik-Adikku Fanshurna Maulana, Dian Ar'radya, dan Ziban Dirifa'i terima kasih atas dukungan yang telah di berikan selama ini.

9. Sahabat-sahabatku terkasih Indah Putri Utami S.Psi, Hayatun Sakinah Nasution S.Psi, dan Meytivani Berbina Ginting S.Psi, terima kasih telah menjadi sahabat terbaik selama ini.
10. Teman-teman Psikologi stambuk 2012 khususnya kelas B. Terima kasih atas kebersamaannya selama ini.
11. Kepada bapak Irfan Zebua, SE selaku kepala Kelurahan Helvetia yang telah memperkenalkan peneliti untuk melakukan penelitian.
12. Serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satupersatu yang banyak membantu terselesainya laporan skripsi ini.

Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan yang telah diberikan kepada peneliti dan semoga selalu dalam lindungan dan kasih sayang Allah SWT. Amin ya rabbal alamin.

Dengan penulisan laporan skripsi ini, peneliti menyadari masih banyak terdapat kekurangan. Oleh sebab itu peneliti mengharapkan kritik dan saran. Akhirnya peneliti berharap semoga laporan skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Medan, 19 Juni 2017

Peneliti

Ayu Arwina

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>i</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN1</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	10
C. Batasan Masalah.....	11
D. Rumusan Masalah .....	12
E. Tujuan Penelitian .....	12
F. Manfaat Penelitian .....	12
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS.....</b>	<b>14</b>
A. Usia Madya Dini .....	14
1. Pengertian Usia Madya Dini .....	14
2. Karakteristik Usia Madya Dini .....	15
3. Tugas-tugas Perkembangan pada Usia Madya Dini .....	17
4. Perubahan Fisik Usia Madya Dini .....	18
B. Wanita Bekerja .....	21
1. Pengertian Wanita Bekerja .....	21
2. Faktor-faktor Yang Mendorong Wanita Bekerja .....	23
C. Penyesuaian Diri .....	26
1. Pengertian Penyesuaian Diri .....	26
2. Kriteria Penyesuaian Diri .....	28
3. Aspek-aspek Penyesuaian Diri .....	29

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri .....	31
D. Kecemasan .....	35
1. Pengertian Kecemasan .....	35
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan .....	36
3. Ciri-ciri Kecemasan .....	39
4. Aspek-aspek Kecemasan .....	40
5. Kecemasan terhadap Perubahan Fisik .....	41
E. Hubungan Kecemasan Terhadap Perubahan Fisik dengan Penyesuaian Diri pada Usia Madya Dini .....	42
F. Kerangka Konseptual .....	46
F. Hipotesis .....	46
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>47</b>
A. Tipe Penelitian .....	47
B. Identifikasi Variabel Penelitian .....	47
C. Defenisi Operasional .....	47
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel .....	49
1. Populasi .....	49
2. Sampel .....	49
3. Teknik Pengambilan Sampel .....	49
E. Metode Pengumpulan Data .....	50
1. Skala Kecemasan .....	50
2. Skala Penyesuaian Diri .....	53
F. Validitas & Rebialitas .....	53
1. Validita Alat Ukur .....	54
2. Realibilitas Alat Ukur .....	54
G. Analisis Data .....	54
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>56</b>
A. Orientasi Kancan Penelitian .....	56
B. Persiapan Penelitian .....	56
C. Pelaksanaan Penelitian .....	62
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian .....	62

E. Pembahasa .....	69
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>70</b>
A. Kesimpulan .....	70
B. Saran .....	71
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>73</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Distribusi Butiran Skala Penyesuaian diri Sebelum Uji Coba.....	58
Tabel 2. Distribusi Butiran Skala Kecemasan Sebelum Uji Coba.....	59
Tabel 3. Distribusi Butiran Skala Penyesuaian diri Setelah Uji Coba.....	60
Tabel 4. Distribusi Butiran Skala Kecemasan Setelah Uji Coba.....	61
Tabel 5. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Sebaran.....	63
Tabel 6. Rangkuman Hasil Uji Linearitas.....	64
Tabel 7. Rangkuman Perhitungan $r$ <i>Product Moment</i> .....	65
Tabel 8. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	67



## DAFTAR LAMPIRAN

A. LAMPIRAN A (Alat Ukur) .....	77
1. Skala Kecemasan .....	78
2. Skala Penyesuaian Diri .....	81
B. LAMPIRAN B (Data Penelitian).....	84
1. Data Penelitian Kecemasan.....	86
2. Data Penelitian Penyesuaian Diri.....	88
C. LAMPIRAN C (Validitas dan Reliabilitas).....	91
1. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kecemasan.....	92
2. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Penyesuaian diri.....	103
D. LAMPIRAN D (Uji Normalitas) .....	108
E. LAMPIRAN E (Uji Linearitas).....	119
F. LAMPIRAN F (Uji Korelasi) .....	124
G. LAMPIRAN G (Surat Penelitian).....	127