

**GAMBARAN KECEMASAN LELAKI DALAM MEMILIH
PASANGAN DI KOTA TEBING TINGGI**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi Universitas Medan Area**

Oleh :

Agnes Fauziah Lubis

15.860.0116



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2020**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 22/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)22/12/21

JUDUL SKRIPSI : GAMBARAN KECEMASAN LELAKI DALAM
MEMILIH PASANGAN DI KOTA TEBING TINGGI
NAMA : AGNES FAUZIAH LUBIS
NPM : 15.860.0116
BAGIAN : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

MENYETUJUI
Komisi Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing II


Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog


Maqfirah DR, S.Psi, M.Psi, Psikolog

MENGETAHUI

Kepala Bagian

Dekan



Dinda Permatasari Hrp, M.Psi, Psikolog



Dr. H. Risydan Fadilah, S.Psi, M.Psi, Psikolog

Tanggal Lulus: 06 November 2020

DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA DAN DITERIMA UNTUK
MEMENUHI SEBAGIAN DARI SYARAT-SYARAT UNTUK MEMPEROLEH
DERAJAT SARJANA (S1) PSIKOLOGI

PADA TANGGAL

06 November 2020

MENGESAHKAN

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MEDAN AREA

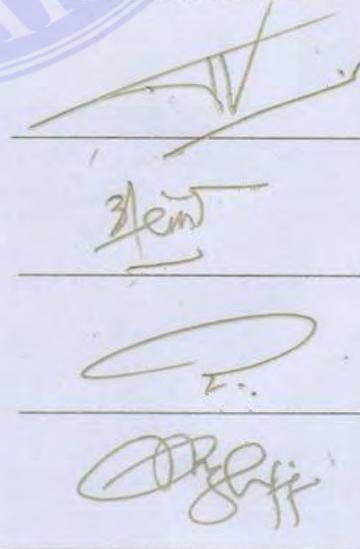
Dekan

Dr. Hj. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi, Psikolog

DEWAN PENGUJI

TANDA TANGAN

1. Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd
2. Andy Chandra, S.Psi, M.Psi
3. Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog
4. Maqhfirah DR, S.Psi, M.Psi, Psikolog



UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/12/21

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)22/12/21

SURAT PERNYATAAN

Saya yang menyatakan bahwa skripsi yang saya susun sebagai syarat memperoleh gelar sarjana hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 06 November 2020



Agnes Fauziah Lubis

15.860.0116

MOTTO

*'Keberhasilan bukanlah milik orang yang pintar.
Keberhasilan adalah kepunyaan mereka yang senantiasa
berusaha'*

(B.J Habibie)

*'Bagunlah sebuah impian, karena Impian akan
membagunkan Kemuliaan untukmu'*

(Robert Sculler)

*'Man Jadda Wajada yang artinya siapa yang bersungguh-
sungguh ia akan berhasil'*

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Dengan penuh rasa Syukur kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah memberikan nikmat yang luar biasa serta memberikan kedua orangtua seperti mereka kepadaku dan orang-orang yang tersayang.

Kupersembahkan karya tulis ini kepada yang paling Kucintai Ibunda Hendianna yang selalu memberikan perhatian dan kasih sayang dan Almarhum Ayahanda Abdul Yazid Lubis yang pastinya di syurga allah selalu mendoakan ku dan adi kesayanganku Iqbal Alamsyah Lubis serta untuk sahabat-sahabat yang selalu setia bersamaku. Salam cinta dan sayang serta hormat dari ku yang sangat bangga memiliki mereka yang kusayang.

KATA PENGANTAR

Segala puji penulis ucapkan ke hadirat Allah Subhanahu Wa Ta'ala atas segala nikmat dan karunia yang telah diberikan, sehingga peneliti bisa mengerjakan skripsi ini sebagai persyaratan meraih gelar sarjana yang berjudul **“Gambaran Kecemasan Lelaki Dalam Memilih Pasangan Di Kota Tebing Tinggi”**

Tidak lupa juga peneliti menyampaikan terimakasih kepada orang-orang yang telah membantu peneliti dalam pengerjaan skripsi. Oleh karena itu, sudah sepantasnya dengan segala kerendahan hati peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Yang paling utama Allah SWT, Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Saya haturkan puji dan syukur atas karunia, ridho dan lindungan-Mu serta kelancaran dalam proses pengerjaan skripsi ini. Karena atas izin-Mu lah segala hal yang tidak mungkin menjadi mungkin tercapai.
2. Orangtuaku tersayang ibunda Hendianna dan ayahanda Alm. Abdul Yazid Lubis. Terima kasih sampai akhir hayat telah merawat, melindungi, menyangi, serta membimbingku selalu. Tiada kata yang mampu mengungkapkan terima kasih peneliti untuk segala yang telah kalian berikan. Semoga Ayahanda diberikan tempat yang indah di sisi Allah SWT dan Ibunda selalu diberikan kesehatan, rezeki serta selalu dalam lindungan Allah SWT.
3. Terima kasih juga kepada adik kesayangan Iqbal Alamsyah Lubis yang selalu membantu dan memberi semangat dalam mengerjakan skripsi ini.

4. Bapak Drs. M. Erwin Siregar, MBA selaku Yayasan Pendidikan Haji Agus Salim.
5. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc. Selaku Rektor Universitas Medan Area.
6. Ibu Dr. Hj. Risydah Fadila, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku dekan fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
7. Ibu Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog selaku wakil dekan fakultas Psikologi Universitas Medan Area serta pembimbing I skripsi yang telah banyak memberikan arahan, saran dan juga bimbingan dalam menyelesaikan penelitian skripsi ini.
8. Ibu Maqhfirah DR, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku pembimbing II skripsi yang juga telah banyak memberikan arahan, saran dan juga bimbingan dalam menyelesaikan penelitian skripsi ini.
9. Bapak Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd sebagai ketua sidang yang sudah berkenan hadir dalam sidang meja hijau.
10. Bapak Andy Chandra, S.Psi, M.Psi sebagai sekretaris yang sudah berkenan menjadi notulen dalam sidang meja hijau.
11. Ibu Dinda Permatasari Hrp, M.Psi Psikolog sebagai Kepala Jurusan Bidang Psikologi Perkembangan, terima kasih atas perhatian yang telah diberikan selama ini.
12. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah membantu dan memberikan bekal ilmu kepada peneliti demi kelancaran hingga selesainya skripsi ini.

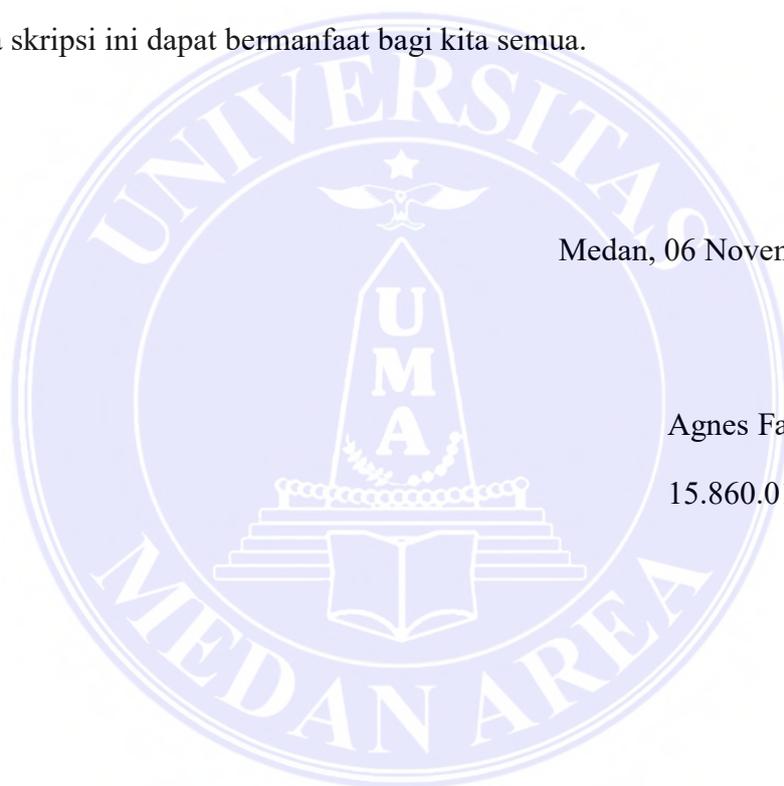
13. Seluruh staf bagian tata usaha fakultas psikologi dan staf bagian laboratorium yang juga telah banyak membantu peneliti dalam urusan administrasi.
14. Kepala Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kota Tebing Tinggi Bapak Muhammad Fachry, S.STP, MAP yang telah memberikan izin kepada saya untuk melakukan penelitian.
15. Terima kasih kepada Ibu saya Sri Ramadhani yang membantu saya dalam mencari fenomena untuk penyelesaian skripsi saya.
16. Responden lelaki, Terimakasih atas bantuannya telah bersedia mengisi angket penelitian saya.
17. Sahabat-sahabat tersayang Fivan, Ade, Yulia, Fariz, Aulia, Sura, Fachri yang selalu membantu dan memberi dukungan dalam mengerjakan skripsi ini.
18. Adik sepupu tersayang Tasya Ahbanni yang selalu menemani dan memberi semangat saran dan dukungan dalam pembuatan skripsi ini.
19. Abangda Rahmat Surya yang selalu memberikan saran, arahan, doa, semangat serta pendapat dalam mengerjakan skripsi ini.
20. Sahabatku sebangku perkuliahan Dini Andriani Harahap, terima kasih atas semangat dan dukungan yang diberikan selama ini.
21. Kepada teman - teman seperjuangan stambuk 2015 yang terkhusus kelas Psikologi B yang selalu memberikan informasi dan membantu saya serta mendukung saya selama saya menyelesaikan skripsi.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang tidak disebut oleh penulis, yang telah membantu dan memberikan perhatian lebih terhadap proses penyelesaian skripsi ini. Penulis telah berupaya seoptimal mungkin dalam penyelesaian skripsi ini peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak yang sebagai masukan bagi peneliti. Akhir kata peneliti mengucapkan terimakasih bagi setiap pembaca dan berharap agar kiranya skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Medan, 06 November 2020

Agnes Fauziah Lubis

15.860.0116



GAMBARAN KECEMASAN LELAKI DALAM MEMILIH PASANGAN DI KOTA TEBING TINGGI

Oleh:

Agnes Fauziah Lubis

Npm: 15.860.0116

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang gambaran kecemasan pada lelaki dalam memilih pasangan di Kota Tebing Tinggi. Kecemasan adalah kondisi individu yang tidak nyaman ketika menghadapi situasi bertemu dengan lawan jenis di muka umum dikarenakan adanya pikiran-pikiran negatif tentang situasi tersebut yang ditunjukkan melalui gejala fisiologis dan psikologis. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif yang diukur melalui aspek-aspek kecemasan antara lain: kekhawatiran (*worry*), emosionalitas (*imosionality*), dan gangguan serta hambatan dalam menyelesaikan tugas (*task generated interference*). Dalam penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 35 orang lelaki dengan teknik *purposive sampling*. Sementara itu untuk metode pengumpulan data menggunakan metode wawancara dan metode skala *Likert*. Analisis data menggunakan statistik Deskriptif dan analisis satu variabel. Koefisien korelasi dianalisa menggunakan teknik *pearson product moment*. Reliabilitas menggunakan teknik koefisien *alpha conbrach*. Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan, maka diperoleh data Aspek Task Generated Interference sebesar 51% tergolong tertinggi, kemudian pada urutan kedua Aspek Kekhawatiran 24% tergolong sedang dan emosionalitas 23% tergolong rendah.

Kata Kunci : Kecemasan, Lelaki

**DESCRIPTION OF MANAGEMENT IN CHOOSING ANNOUNCEMENT IN
TEBING TINGGI CITY**

By:

Agnes Fauziah Lubis

Npm: 15.860.0116

ABSTRACT

This study aims to determine the picture of anxiety in men in choosing a partner in Tebing Tinggi City. Anxiety is an individual condition that is uncomfortable when facing a situation of meeting the opposite sex in public due to negative thoughts about the situation, which is shown through physiological and psychological symptoms. This study uses a quantitative descriptive method measured through aspects of anxiety, including: worry (worry), emotionality (immotionality), and disturbances and obstacles in completing tasks (task generated interference). In this study, using a sample of 35 men with a purposive sampling technique. Meanwhile, the data collection method used the interview method and the Likert scale method. The data analysis used descriptive statistics and one variable analysis. The correlation coefficient was analyzed using the Pearson product moment technique. Reliability using alpha conbrach coefficient technique. Based on the results of the data analysis carried out, it was obtained that 51% of the Task Generated Interference Aspect data was classified as the highest, then in the second place 24% of Concern Aspects was classified as moderate and 23% of emotionality was classified as low.

Keywords: Axienty, Men

DAFTAR ISI

Halaman Judul Sampul Depan	i
Halaman Persetujuan	ii
Halaman Pengesahan	iii
Surat Pernyataan	iv
Halaman Motto	v
Halaman Persembahan	vi
Kata Pengantar	vii
Abstrak	xi
Abstract	xii
Daftar Isi.....	xiii
Daftar Tabel	xv
Daftar Lampiran	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	8
1. Manfaat Teoritis	8
2. Manfaat Praktis	9
BAB II LANDASAN TEORI	10
A. Lelaki	10
1. Pengertian Lelaki.....	10
2. Ciri-ciri Lelaki.....	11
3. Sifat Lelaki	11
4. Tugas-tugas Lelaki	12
B. Kecemasan.....	12
1. Pengertian Kecemasan	12
2. Faktor-faktor Kecemasan	15
3. Aspek-aspek Kecemasan.....	18
4. Gejala Kecemasan	19
5. Ciri-ciri Kecemasan	21
6. Macam-macam Gangguan Kecemasan	22
7. Penanggulangan Kecemasan	25

C. Dewasa Dini.....	25
1. Pengertian Dewasa Dini	25
2. Pembagian Masa Dewasa	27
3. Tugas Perkembangan Dewasa Dini.....	28
4. Ciri-ciri Masa Dewasa Dini	29
D. Memilih Pasangan	30
1. Pengertian Memilih Pasangan	30
2. Faktor Yang Mempengaruhi Kesulitan Memilih Pasangan	35
3. Penyesuaian Terhadap Pasangan	37
4. Penyesuaian Dengan Pihak Keluarga	38
5. Kecemasan Dalam Memilih Pasangan	39
6. Kerangka Konseptual	42
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	43
A. Metodologi Penelitian	43
B. Identifikasi Variabel	43
C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian	43
D. Subjek Penelitian.....	44
E. Metode Pengumpulan Data	45
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	46
G. Analisis Data	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	50
A. Orientasi Kanchah dan Persiapan Penelitian.....	50
B. Persiapan Penelitian	52
1. Persiapan Administrasi.....	52
2. Persiapan Alat Ukur	53
C. Pelaksanaan Penelitian	55
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	57
E. Pembahasan.....	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	65
A. Kesimpulan	65
B. Saran.....	66
DAFTAR PUSTAKA.....	67

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Distribusi Penyebaran Butir-butir Item Skala kecemasan	52
Tabel 2	Distribusi Penyebaran Butir-butir Item Skala kecemasan Setelah Uji Coba	56
Tabel 3	Hasil Uji Realiabilitas	57
Tabel 4	Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	57
Tabel 5	Hasil Analisis untuk Klasifikasi Aspek – Aspek Kecemasan	58



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A	ALAT UKUR PENELITIAN KECEMASAN
LAMPIRAN B	DISTRIBUSI SKOR UJI COBA SKALA KECEMASAN
LAMPIRAN C	HASIL UJI COBA REALIBILITAS & VALIDITAS AITEM SKALA KECEMASAN
LAMPIRAN D	PEDOMAN WAWANCARA
LAMPIRAN E	SURAT IZIN PENELITIAN



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kota Tebing Tinggi merupakan salah satu Kotamadya dari 33 kabupaten dan kota di Sumatera Utara. Kota ini juga terkenal sebagai kota jalur lintas utama Sumatera Utara. Seperti kota pada umumnya yang memiliki beraneka ragam suku bangsa. Kota Tebing Tinggi juga memiliki beraneka ragam suku bangsa baik dari orang Sumatera asli atau pendatang dari luar Sumatera. Misalnya masyarakat Tionghoa, Tamil, dan Jawa yang telah melakukan migrasi ke seluruh dunia melalui kegiatan perniagaan. Dan masyarakat di Kota Tebing Tinggi berpenghasilan dengan cara berdagang untuk memenuhi kebutuhan hidupnya.

Di dalam kehidupan terdapat dua jenis kelamin. Adapun perbedaan antara lelaki dan wanita terdapat pada fisik. Perbedaan fisik melekat sejak lahir dan bersifat permanen. Lelaki mempunyai ciri fisik seperti memiliki jakun, penis, serta memproduksi sperma. Sedangkan dengan wanita memiliki ciri fisik seperti memiliki rahim, buah dada, dan vagina. Perbedaan fisik tersebut jelas tidak dapat dipertukarkan begitu saja, kecuali melalui operasi. Perbedaan fisik ini akhirnya membangun perbedaan-perbedaan psikologis. Perbedaan itu dapat disosialisasi dan diperkuat melalui pembelajaran dari lingkungan sekitar. Inti pembelajaran sosial yaitu dapat menempatkan lelaki dan perempuan dalam wilayah yang berbeda. Dengan contoh wanita berpenampilan feminim dan lelaki berpenampilan gagah.

Pada umumnya lelaki memiliki ciri fisik gagah, agresif, kuat, dan perkasa yang dimitoskan sebagai pelindung. Oleh karena itu pekerjaan lelaki adalah pencari nafkah, dan sebagai imam di rumah tangga. Sedangkan wanita menjadi ibu rumah tangga serta guru pertama bagi anak-anaknya, penenang, penyabar dan memberi ilmu bagi keluarganya. Hal ini sering kita lihat di kehidupan sehari-hari. Menurut penjelasan di atas dapat diambil kesimpulan jenis kelamin lelaki dan wanita sangat berbeda baik fisik dan karakter.

Awal masa dewasa atau bisa disebut dengan istilah *adult* yang berasal dari bentuk lampau partisipel dari kata kerja *adults* yang berarti “ telah tumbuh menjadi kekuatan sempurna ” atau “ telah menjadi dewasa ” (dalam Wiramihardja, 2015). Semakin dewasa usia seseorang akan mempengaruhi kedewasaan baik karakter yang matang dan fisik yang kuat. Dewasa awal yakni masa di mana seseorang memperoleh pasangan hidup pendapat Hurlock, (2000). Bahwa tugas awal masa dewasa adalah mulai bekerja, memilih pasangan, belajar hidup dengan tunangan, mulai membina keluarga, mengasuh anak, mengelolah rumah tangga, mengambil tanggung jawab sebagai warga negara, dan mencari kelompok sosial yang menyenangkan.

Berdasarkan tugas perkembangan yang ada pada dewasa terdapat salah satunya yakni, memilih pasangan. Seperti yang kita ketahui memilih pasangan tidak semudah yang seperti dilihat. Banyak faktor yang harus dipertimbangkan saat memilih pasangan yakni kesiapan dari diri pasangan, penyesuaian terhadap pasangan, penyesuaian dengan pihak keluarga (dalam Hurlock, 2000). Hal ini membuat orang umumnya memilih pasangan yang lebih tergolong dewasa muda

berusia 22 hingga 40 tahun pendapat Hurlock, (2000). Yang di mana dari segi kognitif mereka telah lulus Sekolah Menengah Atas (SMA).

Dalam memilih pasangan hidup biasanya dewasa awal akan melakukan tahapan yang umum seperti perkenalan, kemudian berpacaran, dan berlanjut kejenjang serius yaitu perkawinan. Jika menggunakan defenisi sosiologis, individu dianggap dewasa ketika mereka mampu menanggung diri mereka sendiri, memilih karier, membentuk hubungan romantis atau memulai rumah tangga / perkawinan.

Perkawinan menurut UU No. 1 tahun 1974 pasal 1 (dalam Syarifuddin, 2007) yang menjelaskan perkawinan ialah ikatan lahir batin antara seorang lelaki dengan seorang wanita sebagai suami isteri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa jelas di dalam pasal ini memiliki batasan usia lelaki dan wanita setelah berusia lebih dari 18 tahun pendapat, Syarifuddin (2007).

Adapun kesulitan saat penyesuaian perkawinan yang sering terjadi pada pasangan salah satunya yakni, memenuhi kebutuhan baik fisik dan materi sehingga hal ini akan menimbulkan kecemasan tersendiri. Dalam upaya ini, terlihat apa yang disebut dengan kecemasan yaitu perasaan yang bersifat umum, di mana seseorang merasa ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri yang tidak jelas asal maupun wujudnya. Kecemasan menurut pendapat Atkinson dkk (2001) menyebutkan bahwa kecemasan adalah perasaan tidak meyenangkan, yang ditandai dengan istilah – istilah seperti kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut yang kadang dialami dalam tingkatan yang berbeda-beda. Kecemasan sering

dialami pada siapa saja baik pada lelaki dan wanita saat memilih pasangan, karena sering memikirkan hal yang belum tentu terjadi.

Hal ini dapat dilihat secara fenomena banyak lelaki yang belum menikah di Kota Tebing Tinggi dengan usia 30 tahun keatas yang sudah dianggap usia yang cukup matang dalam menentukan pilihan untuk ke tingkat yang lebih serius. Padahal jika dilihat dari segi ekonomi mereka sudah mampu karena rata-rata mereka bekerja dan memiliki usaha. Faktor internal dan eksternal mempengaruhi kecemasan tersendiri bagi lelaki yang ingin memilih pasangan. Dilihat dari ciri kecemasan yang terlihat pada lelaki yang berada di Kota Tebing Tinggi. Hal Ini yang membuat peneliti tertarik untuk meneliti apakah lelaki memiliki kecemasan dalam memilih pasangan dengan usia yang sudah dikatakan mampu/matang baik dari segi ekonomi maupun psikologis.

Berikut ini adalah wawancara singkat peneliti dengan lelaki yang belum menikah berusia 30 tahun ke atas.

“ Saudara H berusia 30 tahun, belum menikah dan kerja sebagai wiraswasta. Saudara H merasa tidak tenang saat akan membawa pasangan dihadapan kedua orang tua disebabkan rasa khawatir adanya perbedaan pendapat, karena orang tua nyaingin yang terbaik untuk anak nya walaupun terkadang yang terbaik menurut orang tuanya belum tentu yang terbaik untuk anaknya ” (Wawancara 18 April 2019 dengan H Wiraswasta di Kota Tebing Tinggi).

“..... Saudara A berusia 32 tahun, belum menikah dan kerja sebagai pegawai di perusahaan swasta. Saudara A merasa waspada saat memilih pasangan untuk dibawa ke jenjang pernikahan karena saudara A pernah mengalami kegagalan yang tidak baik dengan pasangan yang sebelumnya. Sehingga A merasa bahwa semua wanita sama saja dan rasa khawatir akan terulang kembali, hal ini membuat saudara A tanpa sadar berkeringat atau tangan lembab jika bertemu dengan wanita ” (Wawancara 19 April 2019 dengan A Pegawai Swasta di Kota Tebing Tinggi).

“..... Saudara C berusia 35 tahun, belum menikah dan bekerja sebagai Guru. Saudara C merasakan jantung berdebar dan rasa takut yang sangat mengganggu

fikirannya saat memilih pasangan untuk menikah. Sebab saudara C harus mencari yang sesuai atau setara dengan dirinya. Serta yang sesuai dengan kedua orang tuanya. Karena menikah hanya sekali seumur hidup” (Wawancara 22 April 2019 dengan C Guru di Kota Tebing Tinggi).

Menurut wawancara di atas terdapat fenomena dari ciri kecemasan yang dapat pada lelaki berusia 30 tahun ke atas dapat kita lihat secara fisik dan aspek kecemasan. Ermawati, dkk (dalam Pieter dkk, 2011) mengatakan bahwa kecemasan atau *anxiety* merupakan istilah yang sering digunakan dalam kehidupan sehari-hari, yakni menggambarkan keadaan kekhawatiran, kegelisahan yang tidak menentu, atau reaksi ketakutan dan tidak tenteram yang terkadang disertai berbagai keluhan fisik. *anxiety* merupakan respons emosional dan penilaian individu yang subjektif yang dipengaruhi oleh alam bawah sadar dan belum diketahui secara khusus faktor penyebabnya. Timbulnya kecemasan oleh faktor tertentu yang dapat dilihat dari gejala-gejala yang dirasakan bersifat fisik diantaranya adalah : jari tangan yang dingin, detak jantung semakin cepat, berkeringat, kepala pusing, nafsu makan berkurang, tidur tidak nyenyak dan dada sesak. Dilihat dari aspek bahwa adanya kecemasan pada lelaki di Kota Tebing Tinggi melalui wawancara di atas yang merasakan perasaan tidak nyaman, yang ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran, keprihatian, dan rasa takut yang dialami dalam tingkatan yang berbeda-beda yang termasuk ke dalam aspek kognitif dan kepanikan. Demikian pula fenomena kecemasan yang dapat dilihat pada lelaki dalam memilih pasangan di Kota Tebing Tinggi.

Saat memilih pasangan biasanya lelaki dewasa atau sudah mampu dalam (ekonomi) biasanya selalu terkait dengan orang tua yang memiliki peran memilih pasangan untuk anaknya serta tak lupa juga lingkungan sekitarnya. Dengan banyaknya kriteria yang dapat dilihat dari orang tua pasangan anaknya secara

selektif. Karena semua orang tua pasti ingin yang terbaik untuk anaknya. Orang tua sering sekali melihat siapa calon mertua anaknya, apa tamatan pasangannya, golongan manakah pasangan anaknya, apakah pasangan anaknya sudah mampu mengurus anak lelakinya.

Seperti hal umur 30 ke atas ini adalah usia yang sudah masuk kategori dewasa sudah memiliki pekerjaan, biasanya mereka lebih tinggi tingkat kecemasan saat memilih pasangan. Karena banyaknya pertimbangan dari sisi dalam dirinya maupun lingkungan luar. Para lelaki biasanya lebih mementingkan karir dari pada memilih pasangan hidupnya. Selama hal ini masih terfokus dengan alasan itu terdapat pula resiko bagi diri lelaki saat memilih pasangan yaitu penyesuaian pribadi serta sosial atau melakukan penyesuaian pernikahan. Biasanya lelaki dengan usia 30 tahun ke atas yang belum memiliki pasangan akan mengalami perubahan baik secara fisik atau biologis. Hal ini juga akan berdampak pada keturunannya dimasa yang akan datang.

Lelaki dengan usia 30 ke atas tetapi belum memilih pasangan akan menimbulkan kecurigaan pada orang yang mengetahuinya. Kecurigaan dan kekhawatiran ini muncul karena dipicu oleh maraknya kaum homo di zaman ini. Dapat dilihat para homo di zaman sekarang sudah tidak malu memampangkan dirinya di depan publik dengan berpenampilan seperti wanita.

Kecemasan muncul jika bahaya berasal dari dalam diri, tidak jelas, atau menyebabkan konflik bagi individu. Kecemasan juga berdampak pada pemikiran seseorang karena sulit untuk berkonsentrasi dan meningkatkan emosi seperti amarah pada diri mereka. Dari fenomena dan wawancara di atas maka peneliti

tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Gambaran Kecemasan Lelaki Dalam Memilih Pasangan Di Kota Tebing Tinggi. Kita juga mengetahui bahwa lelaki memiliki tingkat seksualitas yang tinggi dari pada wanita. Hal ini yang membuat lelaki terkesan cenderung mencari dan memilih pasangan yang akan dipilihnya.

B. Identifikasi Masalah

Ermawati, dkk (dalam Pieter dkk, 2011) mengatakan bahwa kecemasan atau *anxiety* merupakan istilah yang sering digunakan dalam kehidupan sehari-hari, yakni menggambarkan keadaan kekhawatiran, kegelisahan yang tidak menentu, atau reaksi ketakutan dan tidak tenteram yang terkadang disertai berbagai keluhan fisik. *anxiety* merupakan respons emosional dan penilaian individu yang subjektif yang dipengaruhi oleh alam bawah sadar dan belum diketahui secara khusus faktor penyebabnya.

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat diidentifikasi mengenai kecemasan lelaki dalam memilih pasangan dilihat dari hasil observasi dan wawancara terdapat ciri fisik seperti tangan yang dingin, lembab, jantung berdetak kencang, kemudian aspek kecemasan seperti kekhawatiran, emosionalitas, serta gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas. Lelaki yang sudah dikategorikan matang baik secara ekonomi maupun psikologis di Kota Tebing Tinggi merasa khawatir saat memilih pasangan disebabkan adanya rasa takut untuk menilai suatu hubungan serta takut mengalami kegagalan yang kedua kalinya dalam hubungan. Hal ini menggambarkan bahwa lelaki di Kota Tebing Tinggi mengalami kecemasan. Maka menurut peneliti, penelitian ini layak dilakukan untuk melihat gambaran kecemasan yang dialami lelaki di Kota Tebing

Tinggi melalui data-data penelitian yang diperoleh dan kemudian di analisis untuk hasil dari penelitian.

C. Batasan Masalah

Namun penelitian ini memiliki batasan masalah terkait mengenai kecemasan pada lelaki dalam memilih pasangan di Kota Tebing Tinggi, yaitu usia 30-40 tahun, belum menikah, dan sudah bekerja. Karena diusia ini sudah masuk kedalam usia yang matang baik secara fisik dan materi.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran kecemasan pada lelaki yang ada di Kota Tebing Tinggi”?.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini dibuat untuk mengetahui gambaran kecemasan pada lelaki dalam memilih pasangan di Kota Tebing Tinggi.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan memberikan kontribusi bagi ilmu Psikologi, terutama yang berkaitan dengan Psikologi Perkembangan. Khususnya Psikologi Universitas Medan Area tentang Gambaran Kecemasan Lelaki Dalam Memilih Pasangan di Kota Tebing Tinggi. Yang bermanfaat bagi dua perkembangan dan peneliti selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan serta bermanfaat secara praktis bagi lelaki tentang gambaran mengenai kecemasan yang di alami saat memilih pasangan. Sehingga melalui hasil penelitian diharapkan berguna bagi pihak-pihak yang berkepentingan. Disamping itu penelitian ini juga diharapkan memberikan sumbangan pikiran bagi responden yang diteliti, masyarakat untuk memberikan penanganan yang tepat setelah mengetahui tujuan teoritis.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. LELAKI

1. Pengertian Lelaki

Lelaki salah satunya dari dua jenis kelamin manusia yang mempunyai perbedaan secara biologis sejak lahir. Bila konsep seks didasarkan pada fisik, maka jenis kelamin dibangun berdasarkan konstruksi sosial maupun kultural manusia. Pembelajaran tersebut dibentuk, diperkuat, disosialisasikan bahkan di konstruksikan secara sosial atau kultural melalui ajaran keagamaan maupun negara (dalam Fakih, 2013).

Menurut pandangan agama Islam lelaki mempunyai tanggung jawab penuh dalam hal memberi nafkah kepada istri atau menjadi pemimpin masyarakat. Sejatinya seorang lelaki membutuhkan pendamping seorang wanita untuk melengkapi dan melancarkan tugas dan kewajibannya menunaikan ibadah dan seluruh perintah Allah SWT. Hal ini sebagaimana disampaikan dalam Al-Quran bahwa manusia senantiasa harus mengikuti dan taat kepada Allah SWT. “Sesungguhnya kami menurunkan kepadamu kitab (Al-Quran) dengan (membawa) kebenaran” (dalam Surah Al – Baqarah).

Lelaki adalah makhluk ciptaan Allah yang tidak bisa diubah kodratnya. Lelaki mempunyai peran untuk menjadi pelindung bagi wanita dan mempunyai tugas mencari nafkah. Namun, sebelum itu lelaki harus memilih pasangan terlebih dahulu agar dapat menjalankan perannya sebagai lelaki.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat diambil kesimpulan lelaki adalah kepala rumah tangga yang dikodratkan menjadi seorang pelindung bagi wanita. Karena banyak sifat lelaki yang ditentukan oleh masyarakat yakni secara fisik lebih kuat dan besar.

2. Ciri – ciri Lelaki

Menurut kodratnya lelaki mempunyai ciri-ciri fisik pendapat Fakih, (2013)

yaitu :

- a. Memiliki penis
- b. Memiliki Jakun
- c. Menghasilkan sperma

Dapat dilihat uraian diatas terdapat ciri fisik pada lelaki yaitu memiliki penis, jakun, dan menghasilkan sperma.

3. Sifat Lelaki

Terdapat sifat-sifat yang melekat pada lelaki Sulaiman, (2012) yang dikonstruksi secara sosial maupun kultural misalnya :

1. Kuat
2. Rasional
3. Jantan
4. Perkasa

Dapat dilihat diatas terdapat sifat-sifat pada lelaki misalnya kuat, rasional, jantan dan perkasa.

4. Tugas-tugas Lelaki

Penelitian tentang lelaki menurut masyarakat (dalam Sulaiman, 2012) yaitu:

- a. Sebagai pencari nafkah lahir dan batin
- b. Pelindung
- c. Imam / pemimpin

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan tugas lelaki yaitu pencari nafkah, pelindung wanita, dan imam/pemimpin.

Tugas dan tanggung jawab pada seorang lelaki menurut Havighrust (dalam Hurlock, 2000). Sebagai laki-laki mampu melakukan tugas sebagai berikut :

- a. Mampu membina pergaulan yang harmonis dengan teman perempuan
- b. Mau melindungi wanita dan orang-orang yang lemah misalnya anak kecil, orang tua, dan sebagainya
- c. Memiliki rasa percaya diri dalam bergaul
- d. Memiliki kemampuan berpikir positif terhadap orang lain
- e. Menyukai dan menampilkan cara-cara berkomunikasi yang sopan, suka mendengarkan atau memberi rasa penghormatan pada orang lain.

B. KECEMASAN

1. Pengertian Kecemasan

Menurut Nietzal (dalam Ghufon & Risnawita, 2016) mengatakan bahwa kecemasan berasal dari bahasa latin (*anxius*) dan dari bahasa Jerman (*anst*), yaitu suatu kata yang digunakan untuk menggambarkan efek negatif dan rangsangan fisiologi. Kemudian ia menjelaskan menurut Muchlas mendefinisikan istilah kecemasan sebagai sesuatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental, kesukaran, dan tekanan yang menyertai konflik atau ancaman.

Kecemasan merupakan situasi afektif yang dirasa tidak menyenangkan yang diikuti oleh sensasi fisik yang memperingatkan seseorang akan bahaya yang mengancam, perasaan tidak menyenangkan ini biasanya samar-samar dan sulit dipastikan, tetapi selalu terasa (dalam Feist & Feist, 2010). Menurut Nevid, dkk (2003) mengatakan kecemasan adalah suatu keadaan yang mempunyai ciri ketergantungan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif. Aprehensif merupakan keadaan khawatir bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

Ermawati, dkk (dalam Pieter dkk, 2011) mengatakan bahwa kecemasan atau *anxiety* merupakan istilah yang sering digunakan dalam kehidupan sehari-hari, yakni menggambarkan keadaan kekhawatiran, kegelisahan yang tidak menentu, atau reaksi ketakutan dan tidak tenteram yang terkadang disertai berbagai keluhan fisik. *anxiety* merupakan respons emosional dan penilaian individu yang subjektif yang dipengaruhi oleh alam bawah sadar dan belum diketahui secara khusus faktor penyebabnya.

Kecemasan merupakan perasaan campuran yang berisikan tentang ketakutan dan keprihatinan mengenai rasa-rasa yang datang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut. Chaplin (2006). Sejalan dengan teori sebelumnya Durand & Barlow (2006) mengatakan menampilkan suatu model mengenai sumber kecemasan, baik bersangkutan dengan sisi biologis, psikologis, maupun kejadian-kejadian di lingkunganyang ditandai oleh adanya kekhawatiran karena individu tidak dapat memprediksi dan mengontrol kejadian yang akan datang.

Menurut Kamus Kesehatan Dorland & Newman (dalam rahayu, 2004) kecemasan adalah rasa tidak nyaman yang terdiri atas respon-respon psikofisik sebagai antisipasi terhadap bahaya yang dibayangkan atau tidak nyata, seolah-olah disebabkan oleh konflik intrapsikis. Gejala fisik yang menyertainya meliputi peningkatan detak jantung, perubahan pernafasan, keluar keringat, gemetar, lemah dan lelah, gejala psikisnya meliputi perasaan akan adanya bahaya, kurang tenaga, perasaan khawatir dan tegang.

Menurut Kusnadi (2018) kecemasan adalah gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas, kepribadian masih tetap utuh, perilaku dapat terganggu, tetapi masih dalam batas-batas normal. Kecemasan juga dapat didefinisikan sebagai suatu keadaan dimana seseorang merasa tidak nyaman dan adanya tekanan system saraf otonom dalam aktivitas rangsang ancaman yang tidak diketahui. Sumbernya tidak dikenal secara pasti, kecemasan merupakan turunan dari rasa takut yang sudah dikenalnya.

Atkinson (dalam Safaria, 2009) mengatakan bahwa kecemasan merupakan emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan gejala seperti kekhawatiran dan perasaan takut. Kecemasan adalah ketegangan yang dihasilkan dari ancaman terhadap keamanan, baik yang nyata maupun imajinasi biasa. Kemudian menurut Davidson & Neale (dalam Rahayu, 2004) mengatakan kecemasan merupakan bagian dari kehidupan manusia. Kecemasan sering sering muncul pada orang yang dianggap normal meskipun kecemasan merupakan simptom semua psikopatologi terutama *neurotic*.

Meyer dan Salmon mendefinisikan kecemasan digolongkan sebagai bagian dari emosi, termasuk didalamnya yaitu perasaan menyedihkan, ketakutan, keprihatinan dan meningkatnya perasaan psikologis seseorang (dalam Aryadilla, 2017). Apollo (dalam Wahyuni, 2015) menyebut kecemasan berbicara didepan umum dengan istilah reticence, yaitu ketidakmampuan individu untuk mengembangkan percakapan yang bukan disebabkan oleh kurangnya pengetahuan akan tetapi karena adanya ketidakmampuan menyampaikan pesan secara sempurna, yang ditandai dengan adanya reaksi secara psikologis dan fisiologis. Masing-masing gejala yang ditunjukkan ketika mengalami kecemasan berbicara di depan umum tidak dapat berdiri sendiri, tetapi masing-masing gejala saling berhubungan. Individu yang mengalami kecemasan berbicara di depan umum akan mengalami gejala pada psikologisnya, akan mempengaruhi fisiologis dan kognitif nya semua gejala tersebut saling timbal balik satu dengan yang lainnya.

Berdasarkan pengertian kecemasan diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah merupakan keadaan emosi tidak menyenangkan terhadap obyek atau sumber yang tidak jelas. Keadaan emosi ini bersifat subyektif yang ditandai dengan khawatir, emosional, serta gangguan dan hambatan tugas dari individu sendiri.

2. Faktor-faktor Kecemasan

Faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan menurut Nevid (2003) kecemasan dipengaruhi beberapa faktor, yaitu:

- a. Faktor kognitif dan kecerdasan emosi meliputi konflik psikologis yang tidak terselesaikan (Freud atau teori Psikodinamika) faktor-faktor kognitif seperti prediksi berlebihan tentang ketakutan, keyakinan-keyakinan yang

self defeating atau irasional, sensitivitas berlebih terhadap ancaman, sensitivitas kecemasan, salah atribusi dari sinyal tubuh, dan self efikasi

- b. Faktor biologis meliputi predisposisi genetik, iregularitas dalam fungsi neurotransmitter dan abnormalitas dalam jalur otak yang memberi sinyal bahaya atau yang menghambat tingkah laku repetitif.
- c. Faktor perilaku meliputi pemasangan stimuli aversif dan stimuli yang sebelumnya netral, kelegaan dari kecemasan karena melakukan ritual kompulsif atau menghindari stimuli fobik, dan kurangnya kesempatan untuk pemunahan karena penghindaran terhadap objek atau situasi yang ditakuti.
- d. Faktor sosial lingkungan meliputi pemaparan terhadap peristiwa yang mengancam atau traumatis, mengamati respon takut pada orang lain, dan kurangnya dukungan sosial.

Adler dan Rodman (dalam Gufron & Rini, 2016) menyatakan terdapat dua faktor yang menyebabkan adanya kecemasan, yaitu pengalaman yang negatif dan pikiran yang tidak rasional.

- a. Pengalaman negatif pada masa lalu

Pengalaman ini merupakan hal yang tidak menyenangkan pada masa lalu mengenai peristiwa yang dapat terulang lagi pada masa mendatang, apabila individu tersebut menghadapi situasi atau kejadian yang sama dan juga tidak menyenangkan.

b. Pikiran yang tidak rasional

Para psikolog memperdebatkan bahwa kecemasan terjadi bukan karena suatu kejadian, melainkan kepercayaan atau keyakinan tentang kejadian itulah yang menjadi penyebab kecemasan.

Menurut Durand dan Barlow (2006) faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya kecemasan adalah sebagai berikut:

- a. Kontribusi Biologis Kontribusi-kontribusi kecil dari banyak gen di wilayahwilayah kromosom yang berbeda secara kolektif membuat seseorang rentan mengalami kecemasan.
- b. Kontribusi Psikologis Perasaan ketidakmampuan mengontrol yang berkembang dari pengalaman-pengalaman awal maka seseorang akan sangat rentan terhadap kecemasan di kehidupan.
- c. Kontribusi Sosial Peristiwa yang menimbulkan stress memicu kerentanan kita terhadap kecemasan. Tekanan sosial dapat menimbulkan stress yang cukup kuat sehingga memicu terjadinya kecemasan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan menurut Nedvid (2003) adalah faktor kognitif dan kecerdasan emosi, faktor biologis, faktor perilaku, dan faktor sosial lingkungan. Selanjutnya faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan menurut Adler dan Rodman (dalam Gufron & Rini, 2016) adalah pengalaman negatif pada masa lalu, pikiran yang tidak rasional. Menurut Durand dan Barlow (2006) adalah kontribusi biologis, kontribusi psikologis, kontribusi sosial. Faktor lain yang mempengaruhi kecemasan.

3. Aspek-Aspek Kecemasan

Deffenbacher dan Hazaleus (dalam Ghufron & Risnawita, 2016) mengemukakan bahwa kecemasan, meliputi hal-hal di bawah ini antara lain:

- a. Kekhawatiran (*worry*) merupakan pikiran negatif tentang dirinya sendiri, seperti perasaan negatif bahwa ia lebih jelek dibandingkan dengan teman-temannya.
- b. Emosionalitas (*imosionality*) sebagai reaksi diri terhadap rangsangan saraf otonomi, seperti jantung berdebar-debar, keringat dingin, dan tegang.
- c. Gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (*task generated interference*) merupakan kecenderungan yang dialami seseorang yang selalu tertekan karena pemikiran yang rasional terhadap tugas.

Calhoun dan Acocella (dalam Safaria, 2009) mengemukakan aspek-aspek kecemasan dalam tiga reaksi, yaitu sebagai berikut:

- a. Reaksi emosional yaitu komponen kecemasan yang berkaitan dengan persepsi individu terhadap pengaruh psikologis dari kecemasan, seperti perasaan keprihatinan, ketegangan, sedih, mencela diri sendiri atau orang lain, rasa tidak mampu.
- b. Reaksi kognitif yaitu ketakutan dan kekhawatiran yang berpengaruh terhadap kemampuan berpikir sehingga mengganggu dalam memecahkan masalah dan mengatasi tuntutan lingkungan sekitarnya.
- c. Reaksi fisiologis yaitu reaksi yang ditampilkan oleh tubuh terhadap sumber ketakutan dan kekhawatiran. Reaksi ini berkaitan dengan sistem syaraf yang mengendalikan berbagai otot dan kelenjar tubuh.

Shah (dalam Ghufon & Risnawita, 2016) membagi kecemasan menjadi tiga komponen yaitu sebagai berikut:

- a. Fisik seperti pusing, sakit perut, tangan berkeringat, perut mual, mulut kering, grogi, dan lain-lain.
- b. Emosional seperti panik dan takut.
- c. Mental atau kognitif, seperti gangguan perhatian dan memori, kekhawatiran, ketidakteraturan dalam berpikir, dan bingung.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kecemasan menurut Deffenbacher dan Hazelus (dalam Gufron & Rini, 2016) adalah aspek kekhawatiran, aspek emosionalitas, gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas. selanjutnya menurut Calhoun dan Acocella (dalam Safaria, 2009) adalah reaksi emosionalitas, reaksi kognitif, reaksi fisiologis Deffenbacher dan Hazelus (dalam Gufron & Rini, 2016) adalah aspek kekhawatiran, aspek emosionalitas, gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas. Aspek lain dari kecemasan menurut Shah (dalam Ghufon & Risnawita, 2016) yaitu fisik, emosional, mental dan kognitif.

4. Gejala Kecemasan

Berdasarkan pendapat Blackburn dan Davidson (dalam Namora, 2009) tanda dan gejala psikologis adanya kecemasan adalah sebagai berikut:

- a. Suasana hati yaitu keadaan yang menunjukkan ketidaktenangan psikis, seperti mudah marah, perasaan sangat tegang
- b. Pikiran yaitu keadaan pikiran yang tidak menentu, seperti khawatir, sukar konsentrasi, pikiran kosong, membesar-besarkan ancaman, memandang diri sebagai sangat sensitif, merasa tidak berdaya.

- c. Motivasi yaitu dorongan untuk mencapai sesuatu, seperti menghindari situasi, ketergantungan yang tinggi, ingin melarikan diri, lari dari kenyataan.
- d. Perilaku gelisah, yaitu keadaan diri yang tidak terkendali seperti gugup, kewaspadaan yang berlebihan, sangat sensitif.
- e. Reaksi-reaksi biologis yang tidak terkendali, seperti berkeringat, gemetar, pusing, berdebar-debar, mual, mulut kering.

Menurut Priest (dalam Namora, 2009) pada saat menghadapi kecemasan, tubuh menghadapi reaksi fisik meliputi:

a. Gemetar

Seseorang mungkin menemukan diri dalam keadaan goyah atau goncang, terutama jika mengalami *shock*, Tangan atau lutut gemetar ketika berusaha melakukan sesuatu dan terhuyung-huyung. Ini semua tanda dari ketakutan.

b. Berdebar-debar

Ketika dibawah pengaruh stress, seseorang akan merasakan jantung terpacu dengan cepat.

c. Ketegangan

Tanda yang paling utama dari kecemasan adalah ketegangan. Saraf dibelakang leher sangat kencang dan menegang, dan ini akan menyebabkan rasa tersiksa. Ketegangan saraf pada kulit kepala, merupakan salah satu penyebab timbulnya pusing yang akan mengantarkan pada keresahan. Seseorang mungkin juga merasakan bahwa ketegangan bukanlah keadaan yang terlalu istimewa, tetapi merupakan perasaan yang tak menentu dan samar. Ketegangan ini mengakibatkan diri tidak dapat rileks.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa gejala kecemasan menurut Blackburn dan Davidson (dalam Namora, 2009) adalah suasana hati, pikiran, motivasi, perilaku gelisah dan reaksi-reaksi biologis. Kemudian gejala kecemasan menurut Priest (dalam Namora, 2009) yaitu gemetar, berdebar-debar, ketegangan dan gemetar.

5. Ciri-ciri Kecemasan

Menurut Nevid (2013) Ada beberapa ciri-ciri kecemasan yaitu:

- a. Ciri fisik ditandai kegelisahan, kegugupan, tangan atau anggota tubuh yang gemetar, jantung yang berdebar, wajah memerah, suara bergetar dan mudah marah dan keringat dingin.
- b. Ciri behavioral ditandai menghindari, ketergantungan dan takut sehingga meninggalkan situasi yang membuat cemas.
- c. Ciri kognitif ditandai khawatir tentang sesuatu, sulit berkonsentrasi ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, berfikir bahwa semua nya tidak bisa dikendalikan, berfikir bahwa harus bisa kabur dari keramaian, berfikir bahwa semuanya terasa sangat membingungkan tanpa bisa diatasi dan pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan.

Sejalan dengan teori sebelumnya Dadang Hawari (2006) mengemukakan ciri-ciri kecemasan diantaranya:

- a. Cemas, khawatir, tidak tenang, ragu dan bimbang.
- b. Memandang masa depan dengan rasa was-was (khawatir).
- c. Kurang percaya diri, gugup apabila tampil di muka umum (demam panggung).
- d. Sering merasa tidak bersalah, menyalahkan orang lain.

- e. Tidak mudah mengalah, suka ngotot.
- f. Gerakan sering serba salah, tidak tenang bila duduk, gelisah.
- g. Mudah tersinggung, suka membesar-besarkan masalah yang kecil (dramatisasi).
- h. Dalam mengambil keputusan sering diliputi rasa bimbang dan ragu.
- i. Bila mengemukakan sesuatu atau bertanya seringkali diulang-ulang.
- j. Kalau sedang emosi sering kali bertindak histeris.

6. Macam-macam Kecemasan

Menurut Lazarus (dalam Ghufroon & Risnawati, 2016) membedakan perasaan cemas menurut penyebabnya menjadi dua yaitu:

a. *State anxiety*

State anxiety adalah reaksi emosi sementara yang timbul pada situasi tertentu yang dirasakan sebagai ancaman, misalnya mengikuti tes, menjalani operasi, atau lainnya. Keadaan ini ditentukan oleh perasaan tegang yang bersifat subjektif.

b. *Trait anxiety*

Trait anxiety adalah disposisi untuk menjadi cemas dalam menghadapi berbagai macam situasi (gambaran kepribadian), hal ini merupakan ciri atau sifat yang cukup stabil yang mengarahkan individu atau menginterpretasikan suatu keadaan menetap pada individu (bersifat bawaan) dan berhubungan dengan kepribadian.

Freud (dalam Feist & Feist, 2010) mengatakan bahwa kecemasan dibagi menjadi tiga yaitu:

a. Kecemasan neurosis (*neurotic anxiety*)

Kecemasan neurosis adalah rasa cemas akibat bahaya yang tidak diketahui. Perasaan itu sendiri berada pada ego, tetapi muncul dari dorongan-dorongan id. Seseorang bisa merasakan kecemasan neurosis akibat keberadaan guru, atasan, atau figur otoritas lain karena sebelumnya mereka merasakan adanya keinginan tidak sadar untuk menghancurkan salah satu atau kedua orang tua. Semasa kanak-kanak, perasaan marah ini sering kali diikuti oleh rasa takut akan hukuman dan rasa takut ini digeneralisasikan ke dalam kecemasan neurosis tidak sadar.

b. Kecemasan moral (*moral anxiety*)

Berakar dari konflik antara ego dan superego biasanya di usia lima atau enam tahun mereka mengalami kecemasan yang tumbuh dari konflik antara kebutuhan realistik dan perintah superego. Misalnya, kecemasan moral bisa muncul dari godaan seksual jika anak meyakini bahwa menerima godaan tersebut adalah salah secara moral. Kecemasan ini juga bisa muncul karena kegagalan bersikap konsisten dengan apa yang mereka yakini benar secara moral. Misalnya, tidak mampu mengurus orang tua yang memasuki usia lanjut.

c. Kecemasan realistik (*realistic anxiety*) terkait erat dengan rasa takut.

Kecemasan ini didefinisikan sebagai perasaan yang tidak menyenangkan dan tidak spesifik yang mencakup kemungkinan bahaya itu sendiri. Misalnya, kita bisa mengalami kecemasan realistik pada saat berkendara dengan cepat dalam lalu lintas yang padat di kota asing yaitu situasi yang mencakup bahaya yang objektif dan nyata. Akan tetapi, kecemasan realistik ini berbeda dari rasa takut karena tidak mencakup objek spesifik yang ditakuti. Misalnya, kita merasa takut pada saat

berkendara kita tiba-tiba tergelincir dan tak bisa dikontrol di jalan bebas hambatan yang licin akibat lapisan es.

Menurut Nevid (2003) macam-macam kecemasan diantaranya:

a. Kecemasan Ringan

Berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari, kecemasan ini menyebabkan individu menjadi waspada dan meningkatkan lapangan persepsinya. Kecemasan ini dapat memotivasi belajar dan menumbuhkan kreativitas.

b. Kecemasan Sedang

Memungkinkan individu untuk berfokus pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain. Kecemasan ini mempersempit lapang persepsi individu. Dengan demikian, individu. Dengan demikian, individu mengalami tidak perhatian yang selektif namun dapat berfokus pada lebih banyak area jika diarahkan untuk melakukannya.

c. Kecemasan Berat

Sangat mengurangi lapang persepsi individu. Individu cenderung berfokus pada sesuatu yang rinci dan spesifik serta tidak berfikir tentang hal lain. Semua perilaku ditunjukkan untuk mengurangi ketegangan. Individu tersebut memerlukan banyak arahan untuk berfokus pada area lain.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa macam-macam kecemasan menurut Lazarus (dalam Ghufon & Risnawati, 2016) yaitu *State anxiety Trait anxiety*. Kemudia menurut Freud (dalam Feist & Feist, 2010) yaitu Kecemasan neurosis (*neurotic anxiety*) Kecemasan moral (*moral anxiety*),

kecemasan realistik (*realistic anxiety*). Selanjutnya menurut Nevid (2003) yaitu: kecemasan ringan, sedang, berat.

7. Penanggulangan Kecemasan

Kita termotivasi kuat untuk melakukan sesuatu guna meredakan keadaan yang tidak menyenangkan itu. Ada dua cara utama untuk menanggulangi kecemasan(dalam Nevid, 2003) yaitu :

1. Menitikberatkan Masalahnya, individu menilai situasi yang menimbulkan kecemasan dan kemudian melakukan sesuatu untuk mengubah atau menghindarinya.
2. Menitikberatkan Emosinya, individu berusaha mereduksi perasaan cemas melalui berbagai macam cara dan tidak secara langsung menghadapi masalahnya yang menimbulkan kecemasan itu.

Banyak sekali orang yang memiliki kecemasan, apabila sudah dikategorikan dewasa. Karena masa dewasa ini sudah memiliki tanggung jawab. Dan penjelasan diatas seputar tentang penanggulangan kecemasan dengan menitikberatkan masalahnya dan emosinya

C. Dewasa Dini

1. Pengertian Dewasa Dini

Istilah *adult* berasal dari kata kerja Latin, seperti juga istilah *adolescens-adolescere* yang berarti “tumbuh menjadi kedewasaan”. Akan tetapi kata *adult* berasal dari bentuk lampau partisipel dari kata kerja *adultus* yang berarti “telah tumbuh menjadi kekuatan dan ukuran yang sempurna” atau “telah menjadi dewasa”. Orang dewasa adalah individu yang telah menyelesaikan

pertumbuhannya dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya (Hurlock, 2000).

Kebudayaan membuat perbedaan usia seseorang mencapai status dewasa secara resmi. Kebudayaan kuno mencapai status dewasa apabila pertumbuhan pubertas sudah selesai dan apabila organ kelamin anak telah berkembang dan mampu memproduksi. Dalam kebudayaan Amerika seorang anak belum resmi dianggap dewasa kalau belum mencapai umur 21 tahun.

Kedewasaan sebagai suatu fase dalam perkembangan Wijngaarden (1963), dan Andriesen (1974), (dalam Rahayu, 2004) Perkembangan lalu dianggap menyimpang bila tidak memperlihatkan sikap menerima kehidupan. Dewasa dalam bahasa Belanda adalah “volwassen” “Vol” sama dengan penuh “wassen” sama dengan tumbuh, sehingga “volwassen” berarti “sudah tumbuh dengan penuh” atau “selesai tumbuh”. Di Nederland, begitu pula di Indonesia, maka usia 21 tahun dianggap sebagai batas kedewasaan. Dengan begitu Erikson (1964), (dalam Rahayu, 2004) mengemukakan bahwa orang dewasa yang tidak dapat berhasil dalam tugas-tugas perkembangan akan mengalami isolasi.

Seperti pemaparan diatas dapat ditarik kesimpulan dewasa adalah masa dimana seseorang sudah mempunyai tanggung jawab, peran serta mengambil keputusannya sendiri. Tetapi di masa dewasa ini juga bisa menimbulkan berbagai permasalahan, dimana seseorang sudah harus bisa menyesuaikan diri dengan masyarakat.

2. Pembagian Masa Dewasa

Terdapat pembagian masa dewasa (dalam Hurlock, 2000) yaitu:

a. Masa Dewasa Dini

Masa Dewasa Dini dimulai pada umur 18 tahun sampai kira – kira umur 40 tahun, saat perubahan fisik dan psikologis yang menyertai berkurangnya kemampuan reproduksi.

b. Masa Dewasa Madya

Masa Dewasa Madya masa dimulai pada umur 40 tahun sampai pada umur 60 tahun yakni saat baik menurunnya kemampuan fisik dan psikologis yang jelas nampak pada setiap orang.

c. Masa Dewasa Lanjut

Masa Dewasa Lanjut (*senescence*) atau usia lanjut dimulai pada umur 60 tahun sampai kematian. Pada waktu ini baik kemampuan fisik maupun psikologis cepat menurun tetapi teknik pengobatan modern, serta upaya dalam hal berpakaian dan dandanan memungkinkan pria dan wanita berpenampilan, bertindak, dan berperasaan seperti kala mereka masih lebih muda.

Uraian diatas terdapat berbagai pembagian massa dewasa sesuai dengan tingkat usia misalnya : dewasa dini usia 18 – 40 tahun, dewasa madya usia 40 – 60 tahun, dan dewasa madya usia 60 tahun.

Secara umum Papalia Olds & Feldman (2004) (dalam Dariyo, 2014) membagi perkembangan manusia dewasa menjadi beberapa tahap yakni :

a. Masa Dewasa Muda (*Young Adulthood*)

Masa yang umunya tergolong dewasa muda ialah mereka yang berusia 22 – 40 tahun. Dari sisi perkembangan kognitif sudah matang.

b. Masa Dewasa Tengah (*Middle Adulthood*)

Masa ini merupakan masa yang penuh tantangan, karena kondisi fisik mereka mulai mengalami penurunan pada tingkat usia 40 – 52 tahun.

c. Masa Dewasa Akhir (*Late Adulthood*)

Masa ini merupakan tahap yang dialami oleh individu yang akan memasuki masa kematian tingkat usia ini merupakan usia dari 60 hingga kematian.

Berdasarkan uraian diatas terdapat berbagai pembagian massa dewasa sesuai dengan tingkat usia misalnya (dalam Hurlock,2000) : dewasa dini usia 18 – 40 tahun, dewasa madya usia 40 – 60 tahun, dan dewasa madya usia 60 tahun. Terdapat juga penjelasan diatas secara umum terdapat perkembangan manusia dewasa yakni : dewasa muda, dewasa tengah, dan dewasa akhir.

3. Tugas-tugas Perkembangan Dewasa Dini

Tugas perkembangan yang penting untuk berbagi tahapan rentang kehidupan seperti yang di ungkapkan oleh Havighurst (dalam Hurlock, 2000)

Awal Masa Dewasa yaitu :

- a. Mulai bekerja
- b. Memilih pasangan
- c. Belajar kehidupan dengan pasangan
- d. Mulai membina keluarga
- e. Mengasuh anak
- f. Mengolah rumah tangga
- g. Mengambil tanggung jawab sebagai warga negara
- h. Mencari kelompok sosial yang menyenangkan

Levinson dkk (1978) (dalam Hurlock 2000) mempelajari fase – fase hidup manusia. Levinson membedakan menjadi empat periode. Termasuk salah satunya Masa Dewasa Awal 17 – 45 tahun. Antara 17 – 22 tahun seseorang ada dalam dua masa. Masa dimana meninggalkan masa pra-dewasa dan memasuki masa dewasa awal yang mencakup periode. Periode pertama adalah periode pengenalan dengan dunia orang dewasa (22 – 28 tahun), periode kedua pada usia (28 – 33 tahun) pilihan struktur kehidupan ini menjadi lebih tetap dan stabil, periode ketiga fase kemantapan (33 – 44 tahun) orang dengan keyakinan menemukan tempatnya dalam masyarakat dan berusaha untuk memajukan karir sebaik-baiknya, fase 40 tahun tercapailah puncak masa dewasa. Sesudah itu mulailah peralihan ke arah masa dewasa madya.

Berdasarkan uraian diatas berdasarkan rentang kehidupan terdapat tugas perkembangan masa dewasa dini yaitu : Mulai bekerja, memilih pasangan, belajar kehidupan dengan pasangan, mulai membina keluarga, mengasuh anak, mengolah rumah tangga, mengambil tanggung jawab sebagai warga negara, dan mencari kelompok sosial yang menyenangkan.

4. Ciri-ciri Masa Dewasa Dini

Orang dewasa mudah diharapkan memainkan peran baru, seperti peran suami/istri, orang tua, dan pencari nafkah, dan mengembangkan sikap-sikap baru, keinginan-keinginan, dan nilai-nilai sesuai dengan tugas-tugas baru ini. Periode ini sangat sulit sebab sejauh ini sebagian besar anak mengalami ketergantungan. Sekarang, sebagai orang dewasa mereka diharapkan mengadakan penyesuaian diri secara mandiri (Hurlock, 2000).

Dibawah ini di uraikan secara ringkas ciri-ciri yang menonjol dalam tahun-tahun masa dewasa ini. Dari uraian ini dapat dimaksud kenapa penyesuaian diri dalam masa dewasa dini biasanya menemui banyak kesulitan pendapat (dalam Hurlock, 2000) yaitu :

- a. Masa Dewasa Dini Sebagai Masa Pengaturan
- b. Masa Dewssa Dini Sebagai Usia Reproduksi
- c. Masa Dewasa Dini Sebagai Masa Bermasalah
- d. Masa Dewasa Dini Sebagai Masa Keteganga Emosi
- e. Masa Dewasa Dini Sebagai Masa Keterasingan Sosial
- f. Masa Dewasa Dini Sering Merupakan Masa Ketergantungan
- g. Masa Dewasa Dini Sebagai Masa Perubahan Nilai
- h. Masa Dewasa Dini Sebagai Masa Penyesuaian Diri Dengan Cara Hidup baru
- i. Masa Dewasa Dini Sebagai Masa Kreatif

Berdasarkan uraian diatas dapat ditarik kesimpulan ciri – ciri masa dewasa dini memiliki peran yang berbeda dan dimasa dewasa dini terdapat berbagai kesulitan yaitu : masa pengaturan, usia reproduktif, masa bermasalah, masa ketegangan emosi, ketersaingan sosial, masa ketergantungan, masa perubahan nilai, masa penyesuaian diri dengan cara hidup baru, dan masa kreatif.

D. Pemilihan Pasangan

a. Pengertian Pemilihan Pasangan

Menurut DeGenova (Dian Wisnuwardhani dan Sri Fatmawati Mashoedi, 2012) ada beberapa teori pemilihan pasangan hidup yaitu :

1. The Stimulus-Value-Role Theory

Pemilihan merupakan proses di mana seseorang tertarik pada calon pasangannya berdasarkan stimulus tertentu. Stimulus tersebut berupa daya tarik fisik dan bekerja sebagai magnet yang mendekatkan dua orang sehingga mendorong mereka untuk menjalin hubungan yang dekat. Setelah seseorang menjalin hubungan berdasarkan stimulus tertentu, hubungan tersebut akan berlanjut pada proses dimana pasangan saling menilai, mengevaluasi, dan membandingkan satu sama lain. Agama, politik, kecenderungan terhadap uang, pekerjaan, pemilihan gaya hidup, dan perasaan mengenai karakter dan kepribadian satu sama lain (Dian Wisnuwardhani dan Sri Fatmawati Mashoedi, 2012). Setelah pasangan saling mengenal dan membandingkan satu sama lain, seseorang akan mulai membandingkan bagaimana peran satu sama lain dalam hubungan, memenuhi harapan satu sama lain, mengetahui perasaan dan tingkah laku satu sama lain agar hubungan dapat bertahan.

2. Teori Psikodinamika

Teori psikodinamika mengatakan bahwa pengalaman di masa kecil dan latar belakang keluarga berpengaruh terhadap pemilihan pasangan (Dian Wisnuwardhani dan Sri Fatmawati Mashoedi, 2012). Ada dua teori yang mendasari teori psikodinamika. *Parent Image Theory* dan *Ideal Mate Theory* berdasarkan pada konsep psikoanalisis *Oedipus Complex* dan *Electa Complex* milik Freud yang mengatakan bahwa pria cenderung akan menikah dengan orang yang cenderung mirip dengan ibunya dan wanita cenderung akan menikah dengan orang yang mirip dengan ayahnya. *Ideal Mate Theory* mengatakan bahwa seseorang membentuk kriteria mengenai pasangan yang ideal berdasarkan pada

awal kanak-kanak mereka. Menurut R. Schwartz (Dian Wisnuwardhani dan Sri Fatmawati Mashoedi, 2012) mengatakan bahwa seseorang membentuk bayangan mengenai hubungan yang ideal berdasarkan pada bagaimana bentuk kedekatan mereka dengan orang disekitarnya ketika mereka masih kecil.

3. Teori Kebutuhan

Konsep Hierarki Kebutuhan yang diungkapkan Maslow beranggapan bahwa kebutuhan-kebutuhan di level rendah harus terpenuhi atau cukup terpenuhi terlebih dahulu sebelum kebutuhan-kebutuhan di level yang lebih tinggi menjadi hal yang memotivasi (Feist dan Feist, 2010). Maslow mengungkapkan bahwa kebutuhan dasar manusia terbagi dalam lima tingkatan. Dari lingkungan yang paling rendah hingga yang paling tinggi ada kebutuhan fisiologis, kebutuhan keamanan, kebutuhan cinta, dan keberadaan, kebutuhan penghargaan, dan aktualisasi diri.

Kebutuhan paling dasar manusia adalah kebutuhan fisiologis seperti seseorang membutuhkan makanan, minuman, air, dan udara. Kebutuhan fisiologis selalu terpenuhi. Misalnya saja makan, seseorang akan dengan mudah mendapatkan makanan jika lapar, mendapatkan minuman jika haus, mendapatkan air untuk mandi, dan menghirup udara secara bebas. Kebutuhan dasar ini akan terus menerus muncul dalam diri seseorang dan orang tersebut harus segera memenuhinya. Kebutuhan akan keamanan, yang termasuk didalamnya adalah keamanan fisik, stabilitas, ketergantungan, perlindungan, dan kebebasan dari kekuatan-kekuatan yang mengancam, seperti perang, terorisme, penyakit, rasa takut, kecemasan, bahaya, kerusuhan, dan bencana alam (Feist dan Feist, 2010).

4. Exchange Theory

Menurut Dian Wisnuwardhani dan Sri Fatmawati Mashoedi (2012) mengatakan bahwa pada teori ini sumber daya seseorang adalah hal penting dalam menjalin hubungan dengan orang lain. Sumber daya tersebut dapat berupa pendapatan yang baik dan kepandaian. Karena dengan adanya kepandaian dan pendapatan yang baik orang tersebut akan dihargai oleh orang lain, itu menjadikan pasangannya juga ikut dihargai oleh orang lain. Pasangan ini akan saling menghargai dan tertarik satu sama lain karena adanya persetujuan mengenai apa yang dapat diberi dan apa yang didapatkan pasangannya.

5. Filter Theory

Menurut Kerkchoff dan Davis (Dian Wisnuwardhani dan Sri Fatmawati Mashoedi, 2012) bahwa dalam teori ini seseorang memilih pasangan hidup menggunakan pertimbangan atau kriteria tertentu untuk mendapatkan calon pasangan. Perlu adanya proses untuk saling mengenal satu sama lain ketika seseorang melakukan pemilihan pasangan hidup. Sebuah proses di antara dua orang yang di mulai dengan ketertarikan awal secara fisik berdasarkan kecantikan atau ketampanan, selanjutnya menjadi perkenalan biasa dan berlanjut kehubungan yang lebih serius. Jika keduanya merasa nyaman maka keduanya akan memerlukan komitmen jangka panjang yang berakhir pada pernikahan. Proses pemilihan pasangan biasanya ditentukan berdasarkan kedekatan geografis, daya tarik, latar belakang sosial budaya, pendidikan, suku, ras, kelas, sosial-ekonomi, agama, dan penyesuaian diri, kemudian pengaruh kepada hubungan yang lebih serius yaitu pernikahan.

Menurut Adonai Filisia Arumdina (2013) *filter theory* menjelaskan bahwa pemilihan pasangan hidup merupakan serangkaian dari proses seleksi dan penyaringan yang dilalui seseorang dalam menentukan pasangan hidupnya dari beberapa calon yang telah memenuhi kriteria tertentu. Pada tahap awal proses pemilihan pasangan, seseorang memilih pasangannya berdasarkan pada faktor seberapa dekat seseorang dengan pasangannya secara geografis. Kedekatan bisa berupa kedekatan lingkungan kerja, tempat kuliah, tempat nongkrong atau tempat dimanapun mereka terlibat dalam aktivitas yang sama. Daya tarik fisik masih merupakan hal yang dipandang penting bagi seseorang untuk menentukan pasangan hidupnya. Daya tarik kepribadian juga termasuk yang menjadi salah satu pertimbangan seseorang memilih pasangan hidupnya. Wanita akan tertarik pada pria mapan sehingga masa depan pernikahannya akan lebih terjamin. Kemapanan pria ditunjukkan oleh keadaannya, ambisi dan hubungan sosial yang baik dengan teman sekitarnya. Pria cenderung memilih wanita yang mempunyai fisik menarik, cantik, berambut panjang, dan berkulit bersih. Bagi, pria kondisi fisik seperti itu menunjukkan bahwa wanita tersebut sehat sehingga mampu memberikan keturunan bagi keluarga dimasa yang akan datang.

Sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Kerlchoff dan Davis yaitu *filter theory* bahwa perlu adanya kriteria tertentu dalam memilih pasangan hidup. Peneliti menyadari bahwa di dalam pemilihan pasangan terdapat kriteria yang diharapkan baik dari pria terhadap pasangannya. Hal ini digunakan bagi pasangan untuk memperkokoh keyakinan yang dimiliki terhadap pasangannya. Proses pemilihan pasangan ini merupakan proses yang berlanjut dari jenjang perkenalan hingga berujung ke pernikahan hal ini sesuai dengan *filter theory*.

b. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kesulitan Pemilihan Pasangan

Terdapat faktor atau hambatan terhadap pemilihan pasangan (dalam Hurlock, 2000) yaitu :

- a. Persiapan yang terbatas untuk perkawinan, walaupun dalam kenyataan sekarang penyesuaian seksual lebih mudah ketimbang pada masa lalu, karena banyak informasi tentang seks yang tersedia baik di rumah, sekolah, universitas dan lainnya. Kebanyakan pasangan suami istri hanya menerima sedikit persiapan di bidang keterampilan domestik, mengasuh anak, dan manajemen uang.
- b. Peran dalam perkawinan, kecenderungan terhadap perubahan peran dalam perkawinan bagi lelaki dan wanita. Konsep berbeda tentang peran ini yang dianut kelas sosial dan kelompok religius yang berbeda membuat penyesuaian dalam perkawinan semakin sulit sekarang dari pada di masa lalu ketika peran masih begitu ketat dianut.
- c. Kawin muda, perkawinan dan kedudukan sebagai orangtua sebelum orang muda menyelesaikan pendidikan mereka dan secara ekonomis independen membuat mereka tidak mempunyai kesempatan untuk mempunyai pengalaman yang dipunyai oleh teman-teman yang tidak kawin atau orang-orang yang telah mandiri sebelum menikah. Hal ini mengakibatkan sifat iri hati
- d. Konsep yang tidak realistis tentang perkawinan, orang dewasa yang bekerja di sekolah dan perguruan tinggi, dengan sedikit/ tanpa pengalaman kerja, cenderung mempunyai konsep yang tidak realistis

tentang makna perkawinan berkenaan dengan pekerjaan, deprivasi, pembelajaran, atau perubahan dalam pola hidup.

- e. Perkawinan campur, penyesuaian terhadap kedudukan sebagai orang tua dan dengan para saudara dari pihak istri dan begitu sebaliknya, jauh lebih sulit dalam perkawinan antar agama daripada bila keduanya berasal dari latar belakang budaya yang sama.
- f. Pacaran yang dipersingkat, periode atau masa pacaran lebih singkat sekarang ketimbang masa dulu, dan karena itu pasangan hanya punya sedikit waktu untuk memecahkan banyak masalah tentang penyesuaian sebelum mereka melangsungkan perkawinan.
- g. Konsep perkawinan yang romantis, banyak orang dewasa yang mempunyai konsep perkawinan yang romantis yang berkembang pada masa remaja. Harapan yang berlebihan tentang tujuan dan hasil perkawinan sering membawa kekecewaan yang menambah kesulitan penyesuaian terhadap tugas dan tanggung jawab perkawinan.
- h. Kurangnya identitas, apabila seseorang merasa bahwa keluarga, teman, dan rekannya memperlakukannya sebagai “ibu rumah tangga”. Walaupun dia seorang wanita karir yang berhasil, maka bisa saja kehilangan identitas diri sebagai individu yang sangat dijunjung tinggi dan dinilai tinggi sebelum perkawinan.

Berdasarkan uraian diatas terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi kesulitan pemilihan pasangan yaitu : persiapan yang terbatas untuk perkawinan, peran dalam perkawinan, kawin muda, konsep yang tidak realistis tentang

perkawinan, perkawinan campur, pacaran yang disingkat, konsep perkawinan yang romantis, dan kurangnya identitas.

c. Penyesuaian Terhadap Pasangan

Sangat penting bagi setiap pasangan melakukan penyesuaian terlebih dahulu. Hubungan interpersonal memainkan peran yang penting dalam perkawinan yang pentingnya sama dengan hubungan persahabatan dan hubungan bisnis.

Yang mempengaruhi penyesuaian pasangan (dalam Hurlock, 2000) sebagai berikut :

a. Konsep pasangan yang ideal

Dalam memilih pasangan, baik pria maupun wanita sampai sejauh tertentu dibimbing oleh konsep pasangan ideal yang dibentuk dalam masa dewasa.

b. Pemenuhan kebutuhan

Apabila penyesuaian yang baik dilakukan pasangan harus memenuhi kebutuhan yang berasal pengalaman awal. Apabila orang dewasa perlu pengenalan, pertimbangan, prestasi dan status sosial agar bahagia, pasangan harus membantu pasangan lainnya untuk memenuhi kebutuhan tersebut.

c. Kesamaan latar belakang

Semakin sama latar belakang suami dan istri, semakin mudah untuk saling menyesuaikan diri.

d. Minat dan kepentingan bersama

Kepentingan yang saling bersamaan tentang suatu hal yang dapat dilakukan pasangan cenderung membawa penyesuaian yang baik dari kepentingan bersama yang sulit dilakukan dan dibagi secara bersama.

e. Kesepakatan nilai

Pasangan yang menyesuaikan diri dengan baik mempunyai nilai yang lebih serupa dari pada mereka yang penyesuaian dirinya buruk. Barangkali latar belakang yang sama menghasilkan nilai yang sama pula.

f. Konsep peran

Setiap lawan pasangan mempunyai konsep yang pasti mengenai bagaimana seharusnya peranan seorang suami dan istri, atau setiap orang mengharapkan pasangannya memainkan perannya. Jika harapan terhadap peran tidak terpenuhi, akan mengakibatkan konflik dan penyesuaian yang buruk.

g. Perubahan dalam pola hidup

Penyesuaian terhadap pasangan berarti mengorganisasikan pola kehidupan, merubah persahabatan dan kegiatan-kegiatan sosial, serta merubah persyaratan pekerjaan, terutama bagi seorang istri. Penyesuaian – penyesuaian ini seringkali diikuti oleh konflik.

Menurut penjelasan diatas terdapat pengaruh penyesuaian terhadap pasangan misalnya : konsep pasangan yang ideal, pemenuhan kebutuhan, kesamaan latar belakang, minat dan kepentingan bersama, kesepakatan nilai, konsep peran, dan perubahan dalam pola hidup.

d. Penyesuaian Dengan Pihak Keluarga Pasangan

Masalah penyesuaian penting dalam kehidupan pernikahan, setiap orang dewasa akan secara otomatis memperoleh sekelompok keluarga. Mereka adalah anggota keluarga pasangan dengan usia yang berbeda, mulai dari bayi, nenek/kakek, yang kerap kali mempunyai minat dan nilai yang berbeda, bahkan

sering sekali sangat berbeda dari segi pendidikan, budaya, dan latar belakang sosialnya (dalam Hurlock, 2000).

Pasangan harus mempelajari dan menyesuaikan diri dengan keadaan bila dia atau tidak menginginkan hubungan yang tegang dengan sanak saudara. Sebaliknya pihak pasagan juga sulit menyesuaikan diri dengan mereka karena sejumlah faktor yang berasal dari keluarga itu sendiri atau generasi terdahulunya (dalam Hurlock, 2000).

Menurut uraian diatas dapat ditarik kesimpulan penyesuaian tidak hanya pada pasangan saja tetapi juga pada pihak keluarga pasangan.

5. Kecemasan Dalam Memilih Pasangan

Kecemasan adalah perasaan campuran berisikan kekuatan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut, Chaplin (2006). Selain itu Atkinson (2001), (dalam Nevid, 2003) menyebutkan bahwa kecemasan adalah perasaan tidak menyenangkan, yang ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut yang kadang-kadang dialami dalam tingkatan yang berbeda-beda. menunjukkan adanya. Terdapat kecemasan pada saat memilih pasangan.

Terdapat pada penelitian sebelumnya oleh Delima, Universitas Gunadarma, tahun 2007 yang berjudul “Kecemasan Memperoleh Pasangan Hidup Pada Wanita Dewasa Awal yang Mengalami Obesitas” dalam rangka meneliti gambaran kecemasan memperoleh pasangan hidup dan faktor penyebabnya. Dan hasil ini menunjukan bahwa kedua subjek memiliki gambaran kecemasan memperoleh pasangan hidup yaitu akibatnya tubuhnya obesitas menjadi tidak mau berkumpul

dengan teman sebaya, dan khawatir hingga tua nanti belum memperoleh kekasih dan hasil faktor-faktor penyebab kecemasan yaitu bersumber dari keadaan fisiknya yang obesitas sehingga menjadi penghambat untuk memperoleh kekasih dan sulit beradaptasi karena sering dihina oleh orang – orang dilingkungannya mengenai tubuhnya obesitas.

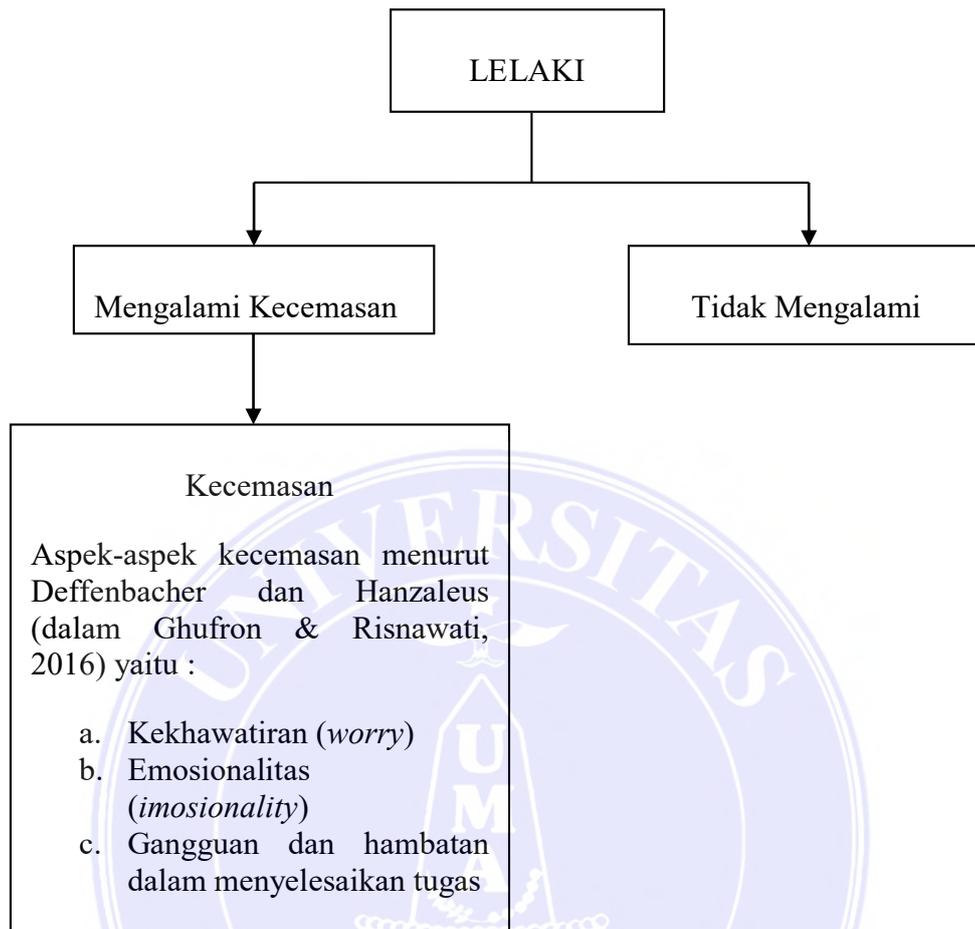
Penelitian oleh Putri, Universitas Udayana tahun 2018 yang berjudul “Perbedaan Tingkat Kecemasan Dalam Memilih Pasangan Pada Wanita Triwangsa Dewasa Awal Di Bali Yang Ditinjau Berdasarkan Pola Asuh Otoritarian” yang bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan dalam pemilihan pasangan pada wanita triwangsa dewasa awal di Bali yang ditinjau dari pola asuh otoritarian. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa pola asuh otoritarian dan triwangsa memberi kontribusi terhadap tingkat kecemasan dalam pemilihan pasangan pada wanita triwangsa. Kecemasan dalam memilih pasangan akan timbul ketika wanita triwangsa tidak memenuhi tuntutan dari orang tua untuk memilih pasangan dari wangsa yang sepadan atau tinggi, dalam pola asuh otoritarian.

Penelitian oleh Kusumanigtyas, Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, tahun 2010 yang berjudul “ Hubungan Konsep Diri Dengan Kecemasan Dalam Memilih Pasanagn Hidup Pada Wanita Dewasa Awal” penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konsep diri dengan kecemasan dalam memilih pasangan hidup pada wanita dewasa awal. Terdapat hasil ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara konsep diri dengan kecemasan dalam memilih pasangan hidup pada wanita.

Berdasarkan penjabaran diatas dapat ditarik kesimpulan adanya kecemasan memilih pasangan dengan faktor-faktor yang berbeda baik dari diri sendiri, maupun lingkungan. Terdapat banyaknya penelitian kecemasan pada wanita. Dari hasil ini peneliti tertarik untuk meneliti Gambaran Kecemasan Pada Lelaki Dalam Memilih Pasangan. Karena peneliti melihat sangat jarang penelitian tentang lelaki, sehingga membuat peneliti merasa tertarik serta mencari tau tentang kecemasan lelaki.



E. KERANGKA KONSEPTUAL



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif. Berdasarkan pada permasalahan yang diteliti, metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Survei. Dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Sugiyono menjelaskan bahwa variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dan orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (dalam Arikunto,2013). Dalam penelitian ini hanya terdapat satu variabel (variabel tunggal) yaitu Gambaran Kecemasan pada lelaki dalam memilih pasangan.

B. Identifikasi Variabel

Pada penelitian deskriptif variabel yang digunakan adalah variabel mandiri atau tunggal. Maka dalam penelitian ini variabel tunggal tersebut adalah kecemasan.

C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian

Dalam operasional adalah defenisi yang didasarkan atas sifat – sifat variabel tersebut yang dapat diamati sehingga membuka kemungkinan bagi orang lain untuk melakukan hal yang serupa dan dapat diuji oleh orang lain. Dengan kata lain, defenisi operasional ini memberi petunjuk perincian mengenai kegiatan penelitian dalam melakukan pengukuran terhadap variabel penelitian (dalam Arikunto, 2013).

1. Kecemasan

Berdasarkan pengertian kecemasan dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah keadaan emosi tidak menyenangkan terhadap objek atau sumber tidak jelas. Keadaan emosi ini bersifat subyektif yang ditandai dengan perasaan khawatir, emosional, serta gangguan hambatan tugas individu tersendiri.

Aspek pengambilan data dapat diukur melalui kecemasan menurut Deffenbacher dan Hazaelus (dalam Ghufon & Risnawati, 2016) yaitu Kekhawatiran (*worry*), Emosionalitas (*imosionality*), dan Gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (*task generated interference*).

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2010), Populasi adalah merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek subyek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah lelaki di Kota Tebing Tinggi sebanyak 35 lelaki pada usia 30 – 40 tahun.

2. Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu pengambilan sejumlah sampel berdasarkan adanya tujuan tertentu, dimana sampel yang diambil harus memiliki ciri-ciri atau karakteristik yang sama dengan populasi. Alasannya menggunakan *purposive sampling* karena pengambilan jumlah sampel penelitian disesuaikan dengan apa yang dikehendaki oleh peneliti. Maka peneliti mengambil kriteria tertentu. Adapun kriterianya yaitu:

1. Lelaki dengan usia 30 – 40 tahun
2. Sudah bekerja
3. Belum Menikah

Jadi jumlah subjek dalam penelitian sebanyak 35 orang lelaki.

E. Metode Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah bagian instrument pengumpulan data yang menentukan berhasil atau tidaknya suatu penelitian. Dalam penelitian ini penulis menggunakan instrument penelitian sebagai berikut:

a. Metode Wawancara

Wawancara adalah sebuah dialog yang dilakukan iter (pewawancara) kepada itee (terwawancara) untuk memperoleh informasi yang berkaitan dengan penelitian yang nantinya akan digunakan oleh peneliti sebagai informasi yang mendukung dalam penelitiannya. Dimana pertanyaan yang diajukan peneliti mengarah kepada sasaran yang diinginkan oleh peneliti mengenai informasi yang dibutuhkan(Arikunto,2013).

b. Metode Skala

1. Skala Kecemasan

Untuk variabel Kecemasan menggunakan skala psikologi yang berpedoman pada skala likert. Skala likert mencakup pernyataan *Favorable* (Pernyataan yang mendukung) dan *Unfavorable* (pernyataan tidak mendukung). Skala likert memiliki empat alternatif jawaban, yaitu: Sangat setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju(STS). Pemberian skor pada masing-masing aitem *Favorable* diberi rentangan nilai 4-1 sedangkan yang bersifat *Unfavorable* diberi rentangan nilai 1-4.

Tabel 1.1
Skor Skala Likert

No	Favorable	Skor	Unfavorable	Skor
1.	Sangat Setuju (SS)	4	Sangat Setuju (SS)	1
2.	Setuju (S)	3	Setuju (S)	2
3.	Tidak Setuju (TS)	2	Tidak Setuju (TS)	3
4.	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	Sangat Tidak Setuju (STS)	4

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Validitas merupakan persyaratan yang harus dipenuhi oleh sebuah alat ukur. Validitas ini menyatakan ketepatan, keakuratan maupun kecermatan alat ukur dalam menjalankan fungsi pengukurannya. Suatu alat ukur dianggap valid apabila alat ukur dan tujuan dari pengukuran (Azwar, 2013).

Validitas berasal dari kata “validity” yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan (mampu mengukur apa yang hendak diukur) dan kecermatan suatu *instrument* pengukuran melakukan fungsi ukurnya, yaitu dapat memberikan gambaran mengenai perbedaan yang sekecil – kecilnya antar subjek yang lain (Azwar, 2013). Sebuah alat ukur dapat dinyatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat ukur tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dikenakannya alat ukur tersebut. Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur adalah teknik korelasi product moment dari Karl Pearson, dengan formulanya sebagai berikut (Hadi, 2001).

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY (\sum X) (\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{xy} = koefisien koreksi antara butir dengan total.

$\sum X^2$ = jumlah kwadrat dengan nilai butir.

$\sum Y^2$ = jumlah kwadrat nilai total.

XY = jumlah hasil skor X dan Y

N = jumlah subjek

Nilai validitas setiap butir (koefisien r product moment person) sebenarnya masih perlu dikoreksi karena kelebihan bobot. Kelebihan bobot ini terjadi karena skor butir yang dikorelasikan dengan skor total ikut sebagai komponen skor total, dan hal ini menyebabkan koefisien r menjadi lebih besar (Hadi,2001). Formula untuk membersihkan kelebihan bobot ini dipakai formula *whole* dengan rumus sebagai berikut :

$$R_{pq} = \frac{r \cdot pq \cdot SD_y - SD_x}{SD^2_y + SD^2_x - 2r \cdot SD_x \cdot SD_y}$$

Keterangan :

R_{pq} = koefisien korelasi antar x dan y setelah dikorelasi

R_{tp} = koefisien product moment

SD_y = Deviasi standar total

SD_x = Deviasi standar factor

2. Reliabilitas

Reliabilitas adalah suatu indeks yang menunjukkan sejauh mana alat ukur dapat dipercaya atau diandalkan. Reliabilitas menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran tetap konsisten bila dilakukan pengukuran yang sama (Hadi, 2001). Mengetahui reliabilitas suatu alat ukur dapat diperoleh dengan cara mengelolah hasil pengetesan yang berbeda, baik alat yang sama maupun yang berbeda, namun dapat juga dengan cara menganalisis dari satu kali pengetesan (Arikunto,2013).

Pendekatan yang dipergunakan terhadap dengan reliabilitas dengan satu kali pengukuran adalah teknik analisis varians yang dikembang kan oleh Hoyt. Teknik ini digunakan tidak terbatas penggunaanya pada single trial saja, tetapi dapat juga digunakan pada tes – retes maupun alternative form, dapat digunakan pada pengukuran yang mana skor untuk masing – masing butir tidak bersifat dikotom melainkan bermacam – macam. Rumus Alpha Cronbach sebagai berikut (Sugiono,2012):

$$\alpha = \left(\frac{K}{K-1} \right) \left(\frac{Sr - \sum S_i^2}{S_{\bar{X}}^2} \right)$$

Keterangan

α = koefisien reliabilitas Alpa Cronbach

K = jumlah item pertanyaan yang diuji

$\sum S_i^2$ = jumlah varians skor item

sx^2 = varians skor – skor tes (seluruh item K)

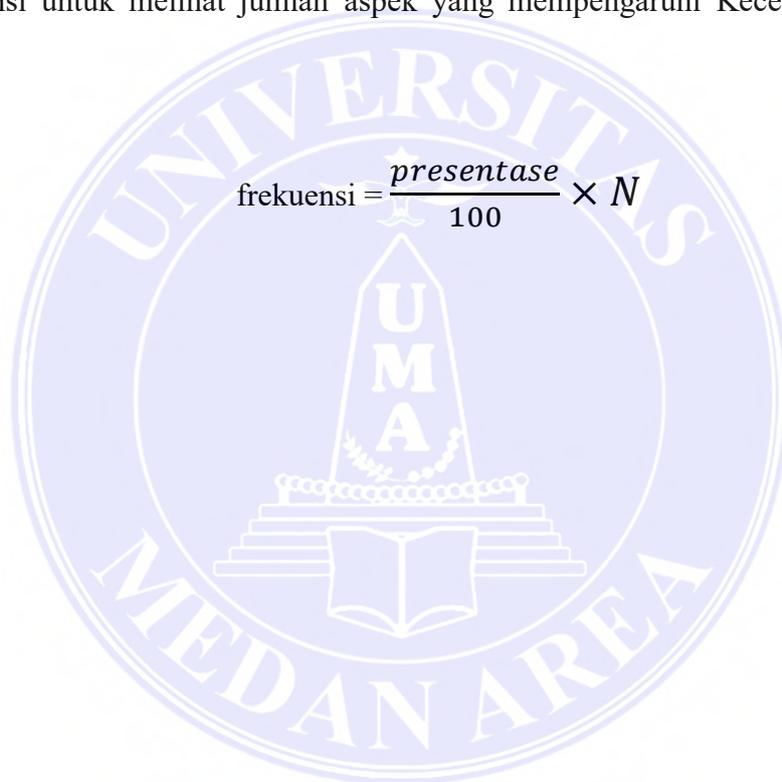
G. Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan adalah statistic deskriptif karena umumnya untuk melihat GambaranKecemasan Lelaki Dalam Memilih Pasangan dengan rumus :

$$F = \frac{\text{jumlah jawaban skala}}{\text{total jawaban skala}} \times 100\%$$

Selanjutnya setelah diketahui % setiap aspek, maka dilakukan perhitungan frekuensi untuk melihat jumlah aspek yang mempengaruhi Kecemasan dengan rumus:

$$\text{frekuensi} = \frac{\text{presentase}}{100} \times N$$



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan diuraikan kesimpulan dan saran-saran sehubungan dengan hasil yang diperoleh penelitian ini. Pada bagian pertama akan dijabarkan simpulan dari penelitian ini dan pada bagian akhir akan ditemukan saran-saran yang mungkin dapat berguna bagi peneliti yang akan datang dengan topik yang sama.

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil-hasil yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat di simpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Aspek yang paling mempengaruhi kecemasan pada lelaki dalam memilih pasangan di Kota Tebing Tinggi, aspek yang berkontribusi besar yaitu gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (*task generated interference*) sebanyak 51% tertinggi, kemudian aspek yang kedua yaitu aspek kekhawatiran (*worry*) sebanyak 24% sedang, aspek ketiga yaitu emosionalitas (*emosionality*) sebanyak 23% rendah.
2. Dari 35 lelaki yang diteliti, aspek tertinggi gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (*task generated interference*) yang mempengaruhi kecemasan lelaki dalam memilih pasangan di Kota Tebing Tinggi.

B. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dalam penelitian ini, maka peneliti mengemukakan saran-saran diantaranya yaitu :

1. Untuk Subjek Peneliti

Untuk para lelaki lebih memanfaatkan waktu dan memikirkan hal yang lebih positif dan menerima baik serta buruknya pasangan yang dipilih untuk menjadi pendamping dimassa hidupnya. Lebih semangat dan mendekatkan diri kepada yang maha kuasa, karena kita manusia hanya bisa berikhtiar selebihnya hanya Allah Swt yang tau mana yang terbaik untuk umatnya dan mana yang tidak.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik pada kecemasan lelaki dalam memilih pasangan, sebaiknya peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian berdasarkan variabel faktor-faktor kecemasan yaitu faktor kognitif, biologis serta perilaku. Kemudian bisa ditambahkan pengaruh dari culture, dan etnis sehingga memperoleh data yang lebih spesifik serta mengkaji ulang terkait pemilihan teori, pemilihan sampel/subjek dan instrumen penelitian sehingga kualitas penelitian yang dihasilkan dapat lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, I. A. R. P. , David, H. T. 2017. Perbedaan Tingkat Kecemasan Dalam Memilih Pasangan Pada Wanita Triwangsa Dewasa Awal di Bali yang Ditinjau Berdasarkan Pola Asuh Otoritarian. *Jurnal Psikologi Undayana*. Vol.5, No. 1, Halaman 99 – 10
- Adonai Filisia Arumdina. (2013). Pengaruh Kesepian terhadap Pemilihan Pasangan Hidup pada Dewasa Awal yang Masih Lajang. *Jurnal Psikologi Universitas Airlangga*. Vol.2, No.03. Hlm. 160-169
- Agoes Dariyo. (2004). *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta: Grasindo.
- Arikunto, S. 2016. *Manajemen Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Aryadilla (2017). Kecemasan dalam Public Speaking. *Jurnal Cakrawala* (Vol. XVI No. 2). Universitas Bhayangkara. Hlm. 198-206.
- Asri Dewi Arifianti. PENENTU PEMILIHAN PASANGAN HIDUP PADA MAHASISWA. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Atkinson, Rajiv D. Banker, Robert S. Kaplan, Mark Young (2001). Edisi 3. *Management Accounting*. New Jersey: Prentice Hall, inc
- Azwar, S. 2013. *Sikap Manusia :Teori dan Pengukurannya..* Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Chaplin, J.P. 2006. *Kamus Lengkap Psikologi*. Penerjemah Kartini Kartono. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Delima, V. S. 2013. *Kecemasan Memperoleh Pasangan Hidup Pada Wanita Dewasa Awal yang Mengalami Obesitas*. Fakultas Psikologi. Universitas Gunadarma, Jawa Barat
- Dian Wisnuwardhani & Sri Fatmawati Mashoedi (2012). *Hubungan Interpersonal* Jakarta : Salemba Humanika.
- Durand, V.M & Barlow, D.H. 2006. *Intisari Psikologi Abnormal*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Fakih, Mansour. 2013. *Analisis Gender & Transformasi Sosial*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar
- Feist, J & Feist, G.J. 2008. *Theories of Personality*. Edisi Keenam. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

- Ghufron M. Nur & Risnawati Rini. 2016. *Teori-teori Psikologi*. Cetakan III. Yogyakarta : Ar-Ruzz Media.
- Hurlock, Elizabeth B. (2000). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga
- Hadi, Sutrisno. 2001. *Metodologi Research* Jilid III. Yogyakarta. Andi Offset.
- Kusnadi Jaya. 2018. *Keperawatan Jiwa*. Binarupa Aksara
- Kusumaningtyas, C. G. 2010. Hubungan Konsep Diri Dengan Kecemasan Dalam Memilih Pasangan Hidup Pada Wanita Dewasa Awal. Psikologi Unika Soegijapranata, Semarang
- Monks, F. J.A.M.P. Knoers, da Siti Rahayu Haditono (2004). *Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Revisi ketiga. Gadjah Mada University Press.
- Namora. L. 2009. *Depresi Tinjauan Psikologi*. Jakarta : Kencana.
- Nevid, J.S, Rathus, S.A & Greene, B. 2003. *Psikologi Abnormal*. Edisi Kelima, Jilid 1. Jakarta : Erlangga.
- Papalia, D.E, Olds, S.W., & Feldman, R.D.(2004). *Human Development* (9th ed). New York:McGraw Hill
- Pieter,dkk. (2011). *Pengantar Psikopatologi untuk Keperawatan* . Jakarta Kencana Prenada Media Group
- Safaria, T & Saputra, N, E. 2009. *Manajemen Emosi*. Jakarta : Bumi Aksara
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kualitatif Kualitatif dan R&B*. Bandung. Alfabeta
- Sulaiman, Subhi. 2012. *Rahasia Lelaki Dari A – Z*. Jakarta Timur. Pustaka Al-Kautsar
- Syafruddin.(2007). *Organisasi dan Manajemen Pelayanan Kesehatan dalam Kebidanan*, Jakarta: Trans Info Media
- Wiramihardja. A. Sutardjo 2015. *Pengantar Psikologi Abnormal* edivi revisi. PT. Refika Aditama

**LAMPIRAN A
ALAT UKUR PENELITIAN**

DATA IDENTITAS DIRI

Selamat pagi saya ucapkan kepada Bapak yang telah meluangkan waktunya untuk membantu saya menyelesaikan pendidikan S1 dengan mengisi angket ini sesuai dengan kebenaran yang ada di diri Bapak.

Semoga kebaikan bapak dibalas Tuhan Yang Maha Esa. Untuk mempermudah pengisian mohon Bapak baca terlebih dahulu petunjuk yang telah dibuat.

Identitas Diri

Nama/Inisial	
Usia	
Status	

PETUNJUK PENGISIAN

1. Isilah identitas bapak dengan benar pada kolom yang telah disediakan di atas (identitas ini akan dijaga kerahasiannya).
2. Jawablah semua pertanyaan dalam skala ini (jangan sampai ada nomor yang terlewatkan).
3. Bapak diminta untuk memilih salah satu jawaban yang ada di samping pernyataan dengan cara menceklis (√) jawaban yang bapak pilih. Pilihan jawabannya adalah :

SS : Jika pernyataan **Sangat Setuju** dengan diri Anda

S : Jika pernyataan **Setuju** dengan diri Anda

TS : Jika pernyataan **Tidak Setuju** dengan diri Anda

STS : Jika pernyataan **Sangat Tidak Setuju** dengan diri Anda

Contoh Pengisian :

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa pasangan saya mencintai saya	√			

Isilah angket berikut ini :

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Dalam memperkenalkan diri, saya khawatir orang tua pasangan saya tidak akan menerima saya				
2.	Jantung berdebar kencang saat bersalaman dengan lawan jenis saya				
3.	Saya curiga pasangan saya tidak bisa menerima saya saat usia saya tidak muda lagi				
4.	Saya belum bisa bersikap adil antara keluarga baru dan orang tua				
5.	Saya mengalami kaku pada bagian tubuh saat berbicara dengan pasangan saya				
6.	Ketakutan timbul ketika pasangan saya tidak setia dalam pernikahan yang akan dibina				
7.	Selalu timbul fikiran buruk tentang pasangan saya				
8.	Muka menjadi merah (pucat) ketika bertemu pasangan saya				
9.	Saya takut pasangan saya tidak menerima diri saya, ketika saya tidak bisa bekerja				
10.	Rasa ragu muncul saat pasangan membahas tentang pernikahan				
11.	Merasa lemas ketika dihadapkan orang tua dari pasangan saya				
12.	Jika saya menatap pasangan, saya selalu memikirkan pasangan tidak bisa menerima seksualitas saya yang tidak seperti massa muda saya				
13.	Rasa khawatir muncul dengan apa yang difikirkan orang lain mengenai pasangan				
14.	Sikap gelisah ketika orang tua pasangan saya membahas tentang pernikahan				
15.	Jika saya menikah akankah saya bahagia				
16.	Dalam memenuhi kebutuhan, saya takut tak mampu memenuhi kebutuhan ekonomi pasangan saya				
17.	Rasa takut kehilangan kontrol diri dalam menghadapi pernikahan dalam hubungan saya				
18.	Jika aroma tubuh saya tidak wangi, maukah pasangan saya menerima				
19.	Tingkat seksualitas pada umur >30 tahun mulai berkurang				
20.	Saya takut gagal dalam menghadapi hubungan baru saya				
21.	Dengan keadaan yang tak muda lagi, pasangan saya tidak mencintai saya seperti waktu kami memulai				

	hubungan pernikahan di masa dahulu				
22.	Saya percaya diri dalam memperkenalkan diri saya kepada orang tua pasangan				
23.	Tidak ada perubahan dalam detak jantung saya ketika bersalaman dengan lawan jenis				
24.	Saya percaya terhadap pasangan saya				
25.	Hal yang mudah bagi saya untuk berbuat adil antara keluarga baru dan orang tua				
26.	Tubuh saya tidak merasakan hal apapun saat berbicara dengan pasangan saya				
27.	Tidak ada yang saya takutkan dalam kesetiaan dalam pernikahan				
28.	Sangat mempercayai pasangan saya				
29.	Bibir merasa selalu ingin tersenyum ketika bertemu dengan pasangan saya				
30.	Pasangan saya akan mengerti kenapa diri saya tidak bekerja lagi				
31.	Senang jika pasangan membahas ke arah yang lebih serius (pernikahan)				
32.	Bersehat ketika ingin bertemu orang tua pasangan saya				
33.	Saya percaya diri dalam menerima pendapat pasangan saya tentang seksualitas saya				
34.	Selalu menerima setiap pendapat dari lingkungan tentang pasangan saya				
35.	Penantian yang saya tunggu, saat orang tua pasangan saya membahas tentang pernikahan				
36.	Saya percaya pernikahan membawa kebahagiaan				
37.	Saya mampu memenuhi kebutuhan ekonomi pasangan saya				
38.	Saya percaya diri dalam menghadapi pernikahan dalam hubungan saya				
39.	Aroma tubuh bukan menjadi hal yang harus dikhawatirkan				
40.	Bagi saya faktor umur tidak mempengaruhi tingkat seksualitas				
41.	Saya tidak pernah merasa takut dalam menghadapi hubungan baru saya				
42.	Saya layak untuk mendampingi pasangan baik di masa yang tidak muda lagi				

LAMPIRAN B
DISTRIBUTOR SKOR UJI COBA SKALA KECEMASAN

ASPEK : KEKHAWATIRAN (WORRY)														
INDIKATOR : PIKIRAN NEGATIF TENTANG DIRINYA SENDIRI														
No.	A1	A4	A7	A10	A13	A16	A19	A22	A25	A28	A31	A34	A37	A40
1	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3
2	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3
3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4
4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
5	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3
6	3	2	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
7	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
8	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
9	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
10	1	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
11	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
12	3	3	3	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	3
13	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3
14	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
15	3	4	4	3	2	3	4	2	3	3	3	4	3	4
16	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4
17	4	4	4	3	4	4	3	3	3	2	2	3	4	4
18	4	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	4	3
19	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3
20	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	3	3	4
21	2	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	2	3	4
22	1	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4
23	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4
24	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	3	4	3
25	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	3	4	3
26	3	4	3	3	2	3	4	4	3	4	4	3	4	3
27	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4
28	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	2	4
29	2	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4
30	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	4	3	4
31	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4
32	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3
33	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4
34	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	3
35	2	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4
	105	114	115	123	120	121	124	120	121	124	120	123	119	125

ASPEK : EMOSIONALITAS (IMOSIONALITY)														
INDIKATOR : SEBAGAI REAKSI DIRI TERHADAP RANSANGAN SARAF OTONOMI														
No.	A2	A5	A8	A11	A14	A17	A20	A23	A26	A29	A32	A35	A38	A41
1	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3
2	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3
3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4
4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
5	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3
6	3	2	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
7	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
8	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
9	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3

10	1	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
11	1	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
12	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3
13	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3
14	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
15	3	4	4	4	2	4	4	2	3	3	3	4	3	4
16	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4
17	4	4	4	3	4	4	3	3	3	2	2	3	4	4
18	4	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	4	3
19	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3
20	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4
21	2	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	2	4	4
22	1	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4
23	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
24	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3
25	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	3	4	4
26	3	4	3	3	2	3	4	4	3	4	4	3	4	4
27	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4
28	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	2	3
29	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4
30	4	3	3	3	3	4	2	3	3	4	4	4	3	4
31	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4
32	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3
33	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4
34	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4
35	2	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4
	111	118	119	126	122	127	125	122	123	126	129	123	121	127

ASPEK : GANGGUAN & HAMBATAN DALAM MENYELESAIKAN TUGAS (TASK GENERATED INTERFERENCE)														
INDIKATOR : SESEORANG YANG SELALU TERTEKAN KARENA PEMIKIRAN YANG RASIONAL TERHADAP PASANGAN														
No.	A1	A4	A7	A10	A13	A16	A19	A22	A25	A28	A31	A34	A37	A40
1	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3
2	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3
3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4
4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4
5	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3
6	3	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
7	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
8	4	4	4	3	2	4	3	3	4	3	3	3	4	3
9	2	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3
10	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
11	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4
12	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	4
13	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4
14	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
15	3	4	4	3	2	3	4	2	3	3	3	4	3	4
16	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4
17	4	4	4	3	4	4	3	3	3	2	2	3	4	4
18	4	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	4	3
19	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3
20	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	3	3	4
21	2	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	2	3	4
22	1	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4
23	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
24	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	3	4	3
25	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3

26	3	4	3	3	2	3	4	4	3	4	4	3	4	3
27	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4
28	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	2	4
29	2	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4
30	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	4	3	4
31	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4
32	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3
33	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4
34	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	2	3
35	2	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4
	114	123	129	123	120	128	125	122	123	124	123	125	122	128

LAMPIRAN C
HASIL UJI COBA REALIBILITAS VALIDITAS AITEM SKALA

Reliability
Scale: Skala KECEMASAN

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100,0
	Excluded ^a	0	0,0
	Total	35	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,845	42

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3,00	,939	35
VAR00002	2,97	,707	35
VAR00003	2,97	,891	35
VAR00004	3,26	,561	35
VAR00005	2,37	,877	35
VAR00006	3,60	,553	35
VAR00007	3,57	,502	35
VAR00008	3,17	,568	35
VAR00009	2,49	,853	35

VAR00010	3,29	,667	35
VAR00011	3,34	,591	35
VAR00012	3,46	,657	35
VAR00013	2,80	,933	35
VAR00014	3,57	,502	35
VAR00015	3,63	,547	35
VAR00016	3,43	,558	35
VAR00017	3,66	,539	35
VAR00018	3,71	,458	35
VAR00019	3,17	,707	35
VAR00020	3,60	,553	35
VAR00021	3,66	,482	35
VAR00022	3,57	,502	35
VAR00023	3,11	,963	35
VAR00024	3,74	,443	35
VAR00025	3,46	,561	35
VAR00026	3,20	,833	35
VAR00027	3,74	,443	35
VAR00028	3,26	,611	35
VAR00029	1,89	,832	35
VAR00030	3,46	,505	35
VAR00031	2,69	,796	35
VAR00032	2,34	1,136	35
VAR00033	3,63	,598	35
VAR00034	1,60	,812	35
VAR00035	2,14	,810	35
VAR00036	1,66	,539	35
VAR00037	1,60	,695	35
VAR00038	2,09	1,040	35
VAR00039	2,26	,780	35
VAR00040	2,43	,502	35
VAR00041	2,86	,494	35
VAR00042	2,03	,296	35

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	122,46	31,726	,345	,810
VAR00002	122,49	32,963	,314	,821

VAR00003	122,49	35,081	,364	,866
VAR00004	122,20	36,047	,373	,868
VAR00005	123,09	33,198	,322	,834
VAR00006	121,86	32,067	,451	,898
VAR00007	121,89	35,339	,366	,855
VAR00008	122,29	33,445	,317	,825
VAR00009	122,97	31,499	,310	,801
VAR00010	122,17	33,146	,309	,823
VAR00011	122,11	36,163	-,185	,871
VAR00012	122,00	33,706	,339	,833
VAR00013	122,66	34,173	,314	,854
VAR00014	121,89	35,222	,347	,853
VAR00015	121,83	34,205	,308	,837
VAR00016	122,03	33,617	,396	,827
VAR00017	121,80	35,576	,324	,860
VAR00018	121,74	35,138	,328	,850
VAR00019	122,29	31,857	,356	,800
VAR00020	121,86	34,008	,337	,834
VAR00021	121,80	33,635	,338	,825
VAR00022	121,89	35,575	-,105	,859
VAR00023	122,34	34,526	-,023	,861
VAR00024	121,71	34,445	,317	,838
VAR00025	122,00	33,059	,383	,817
VAR00026	122,26	32,020	,363	,810
VAR00027	121,71	34,445	,407	,838
VAR00028	122,20	36,988	,391	,884
VAR00029	123,57	33,134	,343	,831
VAR00030	122,00	34,529	,369	,842
VAR00031	122,77	33,887	,373	,842
VAR00032	123,11	29,928	,320	,887
VAR00033	121,83	34,558	,040	,845
VAR00034	123,86	33,420	,319	,835
VAR00035	123,31	33,339	,329	,833
VAR00036	123,80	37,341	,370	,886
VAR00037	123,86	35,479	-,092	,864
VAR00038	123,37	32,358	,349	,829
VAR00039	123,20	32,929	,385	,824
VAR00040	123,03	37,617	,434	,889
VAR00041	122,60	32,659	,407	,808
VAR00042	123,43	33,723	,404	,823

mean hipotetik : $(37 \times 1) + (37 \times 4) : 2 = 92,5$

NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		KOSONG
N		35
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	125,46
	Std. Deviation	5,933
	Absolute	,131
Most Extreme Differences	Positive	,131
	Negative	-,083
Kolmogorov-Smirnov Z		1,773
Asymp. Sig. (2-tailed)		,588

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Factor Analysis

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	Analysis N
Kekhawatiran	41,11	3,188	35
Emosionalitas	40,31	3,367	35
TaskGeneratedInterference	44,03	2,854	35

Correlation Matrix^a

		Kekhawatiran	Emosionalitas	TaskGeneratedInterference
Correlation	Kekhawatiran	1,000	,065	-,240
	Emosionalitas	,065	1,000	,443
	TaskGeneratedInterference	-,240	,443	1,000
Sig. (1-tailed)	Kekhawatiran		,355	,083
	Emosionalitas	,355		,004
	TaskGeneratedInterference	,083	,004	

a. Determinant = ,729

Inverse of Correlation Matrix

	Kekhawatiran	Emosionalitas	TaskGeneratedInterference
Kekhawatiran	1,104	-,235	,368
Emosionalitas	-,235	1,294	-,629
TaskGeneratedInterference	,368	-,629	1,367

--	--	--	--

KMO and Bartlett's Test

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		,422
Approx. Chi-Square		10,188
Bartlett's Test of Sphericity	Df	3
	Sig.	,000

Communalities

	Initial	Extraction
Kekhawatiran	1,000	,931
Emosionalitas	1,000	,822
TaskGeneratedInterference	1,000	,780

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Frequencies

		Statistics		
		Kekhawatiran	Emosionalitas	TaskGeneratedInterference
N	Valid	35	35	35
	Missing	1	1	1
Mean		41,11	40,31	85,61
Std. Error of Mean		,539	,569	41,585
Median		41,00	40,00	45,00
Mode		39	45	46
Std. Deviation		3,188	3,367	249,511
Variance		10,163	11,339	62255,787
Skewness		,057	-,044	5,999
Std. Error of Skewness		,398	,398	,393
Kurtosis		-,205	-,694	35,990
Std. Error of Kurtosis		,778	,778	,768
Range		14	13	1505
Minimum		34	34	36

Maximum		48	47	1541
Sum		1439	1411	3082
Percentiles	25	39,00	38,00	42,25
	50	41,00	40,00	45,00
	75	43,00	43,00	46,00

Frequency Table

Kekhawatiran				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	34	1	2,8	2,9
	36	1	2,8	5,7
	37	3	8,3	14,3
	38	1	2,8	17,1
	39	7	19,4	37,1
	40	1	2,8	40,0
	41	5	13,9	54,3
	42	5	13,9	68,6
	43	3	8,3	77,1
	44	3	8,3	85,7
	45	2	5,6	91,4
	46	1	2,8	94,3
	47	1	2,8	97,1
	48	1	2,8	100,0
	Total	35	97,2	100,0
Missing	System	1	2,8	
Total		36	100,0	

Emosionalitas				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	34	1	2,8	2,9
	35	3	8,3	11,4
	36	2	5,6	17,1
	37	1	2,8	20,0
	38	3	8,3	28,6
	39	4	11,1	40,0

	40	4	11,1	11,4	51,4
	41	4	11,1	11,4	62,9
	42	4	11,1	11,4	74,3
	43	3	8,3	8,6	82,9
	45	5	13,9	14,3	97,1
	47	1	2,8	2,9	100,0
	Total	35	97,2	100,0	
Missing	System	1	2,8		
Total		36	100,0		

Task Generated Interference

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	34	1	2,8	2,9	2,9
	35	3	8,3	8,6	11,4
	36	2	5,6	5,7	17,1
	37	1	2,8	2,9	20,0
	38	3	8,3	8,6	28,6
	39	4	11,1	11,4	40,0
Valid	40	4	11,1	11,4	51,4
	41	4	11,1	11,4	62,9
	42	4	11,1	11,4	74,3
	43	3	8,3	8,6	82,9
	45	5	13,9	14,3	97,1
	47	1	2,8	2,9	100,0
	Total	35	97,2	100,0	
Missing	System	1	2,8		
Total		36	100,0		

LAMPIRAN D PEDOMAN WAWANCARA

Pedoman wawancara

1. Bagaimana awalnya anda bisa memutuskan untuk memilih pasangan?
2. Bagaimana diri anda sebelum dan sesudah memilih pasangan ?
3. Bisa ceritakan tujuan dan motivasi anda dalam memilih pasangan ?
4. Hambatan – hambatan apa saja yang anda hadapi selama memilih pasangan ?
5. Bagaimana cara anda mengatasi hambatan tersebut ?
6. Bagaimana hubungan anda dengan orangtua dan teman anda ?
7. Bagaimana perasaan anda jika teman anda mendahului anda dalam pernikahan ?
8. Dapatkah anda ceritakan apa yang anda pikirkan, rasakan dan lakukan ketika menghadapi masalah ?
9. Menurut anda bagaimana seharusnya seorang memilih pasangan bersikap atau bertingkah laku ?

LAMPIRAN E SURAT IZIN PENELITIAN

 **PEMERINTAH KOTA TEBING TINGGI**
DINAS KEPENDUDUKAN DAN PENCATATAN SIPIL
JALAN GUNUNG BROMO NO.5 KOTA TEBING TINGGI 20614 TEL. 0621-327302

Tebing Tinggi, 15 Maret 2020

Nomor : 470/ 916 /DUKCAPIL/2019
Sifat : Penting
Lampiran : -
Perihal : Penyampaian Data

Kepada Yth :
Dekan Bidang Akademik
Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area
di -
MEDAN.

Menindaklanjuti Surat Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Nomor: 454/FPSI/01-10/III/2020 tanggal 6 Pebruari 2020 perihal Pengambilan Data guna penyusunan skripsi mahasiswa an. **AGNES FAUZIAH LUBIS, NPM 158600116**, Program Studi Ilmu Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area.

Bersama ini kami menyampaikan terlampir permintaan data tersebut

Demikian kami sampaikan dan atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

**KEPALA DINAS
KEPENDUDUKAN DAN PENCATATAN SIPIL
KOTA TEBING TINGGI**


MUHAMMAD FACHRY, S.STP, MAP
NIP. 19751217 199511 1 001