

**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN
KECEMASAN MENGHADAPI MASA DEPAN PADA
MAHASISWA AKHIR FAKULTAS PSIKOLOGI DI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

SKRIPSI

OLEH :

Khine Bias Gialin
198600160



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2024**

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 26/3/24

Access From (repository.uma.ac.id)26/3/24

**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN
KECEMASAN MENGHADAPI MASA DEPAN PADA
MAHASISWA AKHIR FAKULTAS PSIKOLOGI DI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

SKRIPSI

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana di Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area

OLEH:

KHINE BIAS GIALIN

198600160

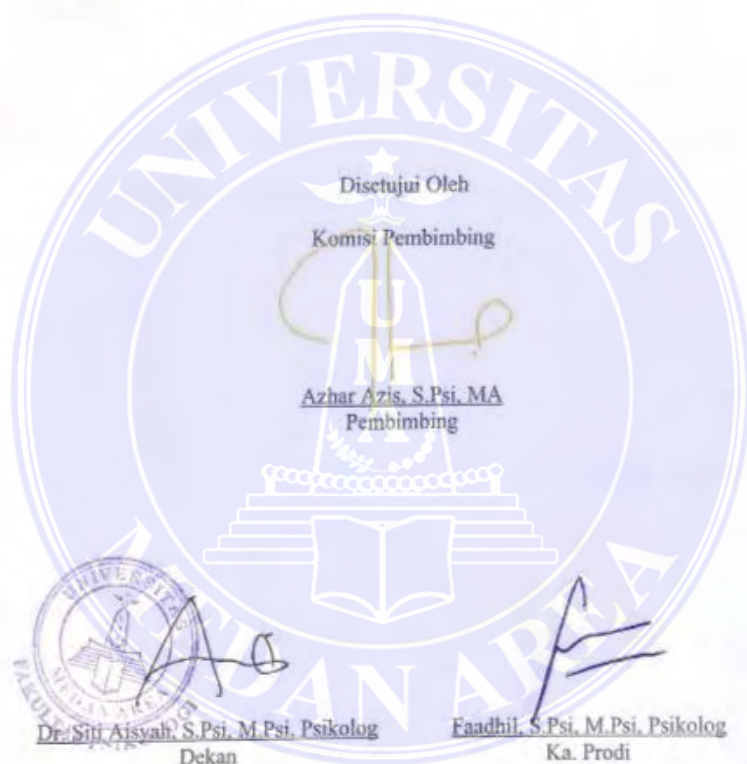


**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2024**

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Pada Mahasiswa Akhir Fakultas Psikologi di Universitas Medan Area

Nama : Khine Bias Gialin
NPM : 198600160
Fakultas : Psikologi



Tanggal Lulus : 18 Desember 2023

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan 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.



HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKSI
TUGAS AKHIR SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademis Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Khine Bias Gialin
Npm : 198600160
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul : Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Pada Mahasiswa Akhir Fakultas Psikologi di Universitas Medan Area, beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Medan

Pada Tanggal: 30 Oktober 2023


(Khine Bias Gialin)

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI MASA DEPAN PADA MAHASISWA AKHIR FAKULTAS PSIKOLOGI DI UNIVERSITAS MEDAN AREA

Oleh :

Khine Bias Gialin

198600160

Email : khinebiasgialin22@gmail.com

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi masa depan pada mahasiswa akhir fakultas psikologi. Sampel dalam penelitian adalah mahasiswa akhir stambuk 2018-2019 yang berjumlah 110 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian dengan menggunakan Teknik Korelasi *Product Moment Koefesian Determinan* diketahui sebesar $-0,511$ dengan $p = 0,0003 < 0,010$. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi masa depan, yang menunjukkan semakin rendah penerimaan diri mahasiswa maka semakin tinggi kecemasan menghadapi masa depan yang dilakukan sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima. Diketahui bahwa penerimaan diri mahasiswa tergolong rendah dengan mean hipotetik (55) $>$ mean empirik ($40,66$) melebihi bilangan satu SD ($10,573$). Serta kecemasan menghadapi masa depan mahasiswa fakultas psikologi universitas medan area tergolong tinggi dimana mean hipotetik (90) $<$ mean empirik ($105,74$) selisihnya melebihi bilangan satu SD ($10,392$). Adapun penerimaan diri berkontribusi terhadap kecemasan menghadapi masa depan sebesar $26,1\%$.

Kata Kunci : Penerimaan Diri, Kecemasan Menghadapi Masa Depan

ABSTRACT

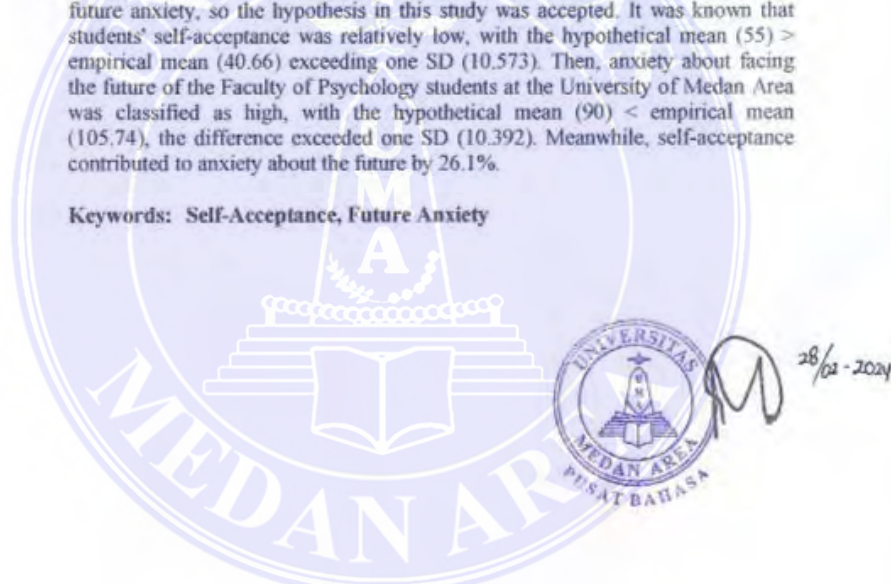
THE CORRELATION BETWEEN SELF-ACCEPTANCE AND FUTURE ANXIETY IN THE FINAL-YEAR STUDENTS OF THE FACULTY OF PSYCHOLOGY AT UNIVERSITY OF MEDAN AREA

By:

Khine Bias Gialin
198600160

The purpose of this research was to find the correlation between self-acceptance and anxiety about facing the future in the final-year students of the Faculty of Psychology. The sample of the research consisted of 110 final-year students of the academic year 2018-2019. The sampling technique used was the purposive sampling technique. The research results using the Correlation Technique of the Determinant Coefficient Product Moment were -0.511 with $p\ 0.0003 < 0.010$. There was a significant negative correlation between self-acceptance and future anxiety, which showed that the lower a student's self-acceptance, the higher their future anxiety, so the hypothesis in this study was accepted. It was known that students' self-acceptance was relatively low, with the hypothetical mean (55) $>$ empirical mean (40.66) exceeding one SD (10.573). Then, anxiety about facing the future of the Faculty of Psychology students at the University of Medan Area was classified as high, with the hypothetical mean (90) $<$ empirical mean (105.74), the difference exceeded one SD (10.392). Meanwhile, self-acceptance contributed to anxiety about the future by 26.1% .

Keywords: Self-Acceptance, Future Anxiety



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Medan pada tanggal 22 Agustus tahun 2001 dari bapak Agung Guliono S.E dan ibu Ernilawati. Penulis merupakan anak ke empat dari lima bersaudara. Pada tahun 2019 penulis lulus dari SMAN 2 Medan dan tahun itu pula penulis terdaftar sebagai mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Selama mengikuti perkuliahan, penulis berkesempatan untuk mengikuti program Kampus Mengajar dari Kemendikbud yang berlangsung kurang lebih selama lima bulan di SMPN 27 Medan.



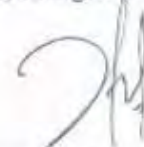
KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Pada Mahasiswa Akhir Fakultas Psikologi di Universitas Medan Area” sebagai salah satu syarat dalam meraih gelar sarjana Strata Satu (S1) Program Ilmu Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Terima kasih penulis sampaikan kepada Bapak Azhar Azis S.Psi, M.A, Psikolog selaku dosen pembimbing atas bimbingannya selama ini. Teruntuk teman-teman mahasiswa akhir terima kasih telah meluangkan waktu untuk membantu penulis melaksanakan penelitian. Kepada keluarga penulis, terima kasih atas segala doa dan perhatiannya. Kepada sahabat-sahabat penulis Puspita, Jihan, Audi, Adra, Pojan, Very, Bombom terima kasih karena saling memberi dukungan.

Peneliti menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan, oleh karena itu peneliti sangat mengharapkan saran yang bersifat mendidik serta membangun sehingga skripsi penelitian ini bisa menjadi lebih baik.

Medan, 02 Agustus 2023



Khine Bias Gialin

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS ..	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKSI	Error! Bookmark not defined.
TUGAS AKHIR SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Hipotesis	7
1.5 Manfaat Penelitian	7
BAB II	8
TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Kecemasan	8
2.1.1 Pengertian Kecemasan	8
2.1.2 Kecemasan Menghadapi Masa Depan	10
2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Menghadapi Masa Depan	11

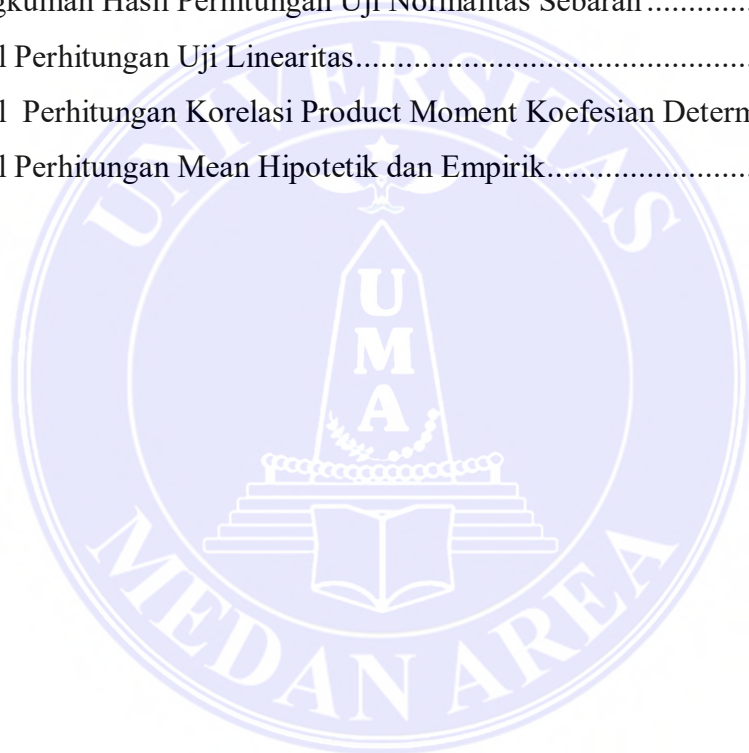
2.1.4	Aspek-Aspek Kecemasan Menghadapi Masa Depan	14
2.2	Penerimaan Diri	16
2.2.1	Pengertian Penerimaan Diri	16
2.2.2	Faktor-Faktor Penerimaan diri	17
2.2.3	Aspek-Aspek Penerimaan Diri	21
2.2.4	Dampak Penerimaan Diri	25
2.3	Hubungan Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Pada Mahasiswa akhir Fakultas Psikologi Di Universitas Medan Area	25
2.4	Kerangka Konseptual.....	28
BAB III.....		29
METODE PENELITIAN.....		29
3.1	Waktu dan Tempat Penelitian	29
3.2	Bahan dan Alat	29
3.3	Metodologi Penelitian.....	30
3.3.1	Penerimaan Diri.....	31
3.3.2	Kecemasan Dalam Masa Depan	31
3.4	Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	31
3.4.1	Populasi Penelitian	31
3.4.2	Sampel Penelitian	32
3.4.3	Teknik Pengambilan Sampel.....	32
3.5	Prosedur Penelitian	33
3.5.1	Persiapan Penelitian.....	33
3.5.2	Persiapan Alat Ukur Penelitian	34
3.5.3	Pelaksanaan Penelitian.....	37
3.5.4	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	38
3.5.5	Metode Analisis Data.....	39
BAB IV		41
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		41
4.1	Hasil Penelitian.....	41
4.1.1	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	41

4.1.2	Uji Asumsi	44
4.1.3	Hasil Perhitungan Korelasi Product Moment Koefesian Determinan.....	46
4.1.4	Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Empirik	47
4.2	Pembahasan.....	51
BAB V.....		55
SIMPULAN DAN SARAN		55
5.1	Simpulan	55
5.2	Saran	56
DAFTAR PUSTAKA.....		58
LAMPIRAN		61



DAFTAR TABEL

1. Blue print skala penerimaan diri sebelum uji coba	34
2. Blue print skala kecemasan menghadapi masa depan sebelum uji coba.....	36
3. Skala Penerimaan diri setelah uji coba.....	41
4. Skala kecemasan menghadapi masa depan setelah uji coba	43
5. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran	44
6. Hasil Perhitungan Uji Linearitas.....	45
7. Hasil Perhitungan Korelasi Product Moment Koefesien Determinan	46
8. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Empirik.....	50



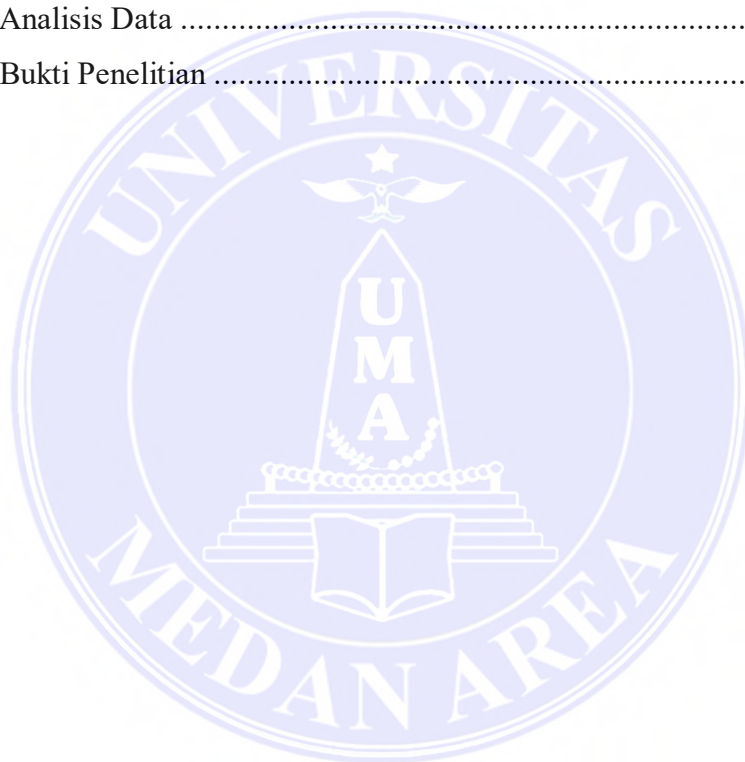
DAFTAR GAMBAR

1. Kurva Normal Variabel Penerimaan Diri 49
2. Kurva Normal Variabel Kecemasan Menghadapi Masa Depan..... 49



DAFTAR LAMPIRAN

1. Screening Penelitian.....	61
2. Skala Penelitian.....	65
3. Data Penelitian	74
4. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	80
5. Hasil Analisis Data	96
6. Surat Bukti Penelitian	100



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa depan yang cerah, memiliki pekerjaan yang tetap, dan menjalani hidup yang layak adalah impian setiap individu. Individu telah memiliki rencana untuk masa depan yang telah dipikirkan sejak jauh hari, seperti belajar di universitas dengan harapan menyelesaikan gelar sarjana, atau mencari pekerjaan yang akan membantu mereka memenuhi kebutuhan masa depan mereka. Hal tersebut tidak luput dari pemikiran mahasiswa tingkat akhir yang akan menyelesaikan pendidikan dimana mahasiswa akan memikirkan bagaimana kehidupannya kelak dimasa depan.

Seorang individu yang akan menjalankan proses studi di perguruan tinggi yakni mahasiswa diharapkan akan menjadi individu yang lebih baik dan kompeten sebagai sumber manusia yang memiliki daya saing di masa yang akan datang. Saat berada di perguruan tinggi, mahasiswa diharapkan dapat mencari ilmu sebanyak mungkin, berpikir kritis dan dapat mengembangkan diri untuk mencari potensi dan bekal agar mempermudah fase kehidupan selanjutnya dimasa depan.

Hal tersebut telah diatur dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 12 tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi Bab I pasal 5 bahwa pendidikan tinggi bertujuan sebagai berikut: berkembangnya potensi Mahasiswa agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, terampil, kompeten, dan berbudaya

untuk kepentingan bangsa; dihasilkannya lulusan yang menguasai cabang Ilmu Pengetahuan dan atau Teknologi untuk memenuhi kepentingan nasional dan peningkatan daya saing bangsa. (Nadira & Zarfiel, 2013)

Berdasarkan pada beberapa penelitian yang berkaitan dengan kehidupan mahasiswa, para peneliti mengungkapkan bahwa mahasiswa menghadapi berbagai macam situasi yang menyebabkan mereka mengalami stres (Ceyhan & Ceyhan, 2010). Karasar et al (dalam Ceyhan & Ceyhan, 2010) mengatakan bahwa alasan mengapa mahasiswa dapat mengalami situasi yang *stressful* dapat berhubungan dengan akomodasi, nutrisi, masalah keuangan, distres yang berhubungan dengan hubungan interpersonal dan kecemasan akan masa depan mereka. Dari beberapa alasan yang dapat menyebabkan mahasiswa berada dalam situasi *stressful* tersebut, ada alasan terkait kecemasan mereka terhadap masa depan yang akan mereka jalani kelak sebab mahasiswa yang mengalami kecemasan biasanya belum memiliki gambaran yang jelas tentang masa depannya (Hanim, Lailatul & Sa'Adatul, 2020).

Ketidakpastian juga dapat membuat para mahasiswa takut pada apa yang akan terjadi di masa depan dan ketidakpastian ini juga akan membuat mahasiswa khawatir akan seperti apa masa depan mereka, sebab mahasiswa semester akhir dituntut memiliki kesiapan mental untuk menghadapi masa depan seperti dunia kerja dan lainnya. Faktor eksternal seperti tekanan sosial, ekspektasi keluarga, atau tuntutan pekerjaan juga dapat berkontribusi pada kecemasan.

Dunia kerja menjadi salah satu alasan mahasiswa merasakan cemas dikarenakan beberapa hal seperti keterbatasan lapangan kerja, kemampuan yang belum memenuhi tuntutan, dan kesulitan beradaptasi (Atmadja, 2013).

Persaingan dalam dunia kerja juga menjadi perhatian bagi mahasiswa, dimana semakin ketat nya persaingan membuat lulusan perguruan tinggi harus meningkatkan daya saing agar dapat memperoleh pekerjaan yang sesuai dengan harapan. Dalam kondisi seperti ini, kemampuan intelektual dan akademik yang tinggi saja tidak cukup untuk mudah mendapatkan pekerjaan. Lulusan harus mampu memahami kompetensi yang dibutuhkan dunia kerja, menggali kemampuan diri, serta membangun citra diri dalam menghadapi proses seleksi, agar lebih mudah mendapatkan pekerjaan (Masril et al., 2021). Hal tersebut lah yang membuat mahasiswa cenderung lebih cemas untuk menghadapi proses memulai jenjang dalam dunia pekerjaan.

Baumgartner, Pieters, dan Bagozzi (2008) menyatakan bahwa biasanya individu merasa khawatir tentang sesuatu yang tidak diharapkan dapat terjadi di masa depan, dan mereka membayangkan perilaku-perilaku yang dapat mereka lakukan untuk mencegah bahaya yang akan datang dan menggambarkan kesenangan ketika hal-hal yang buruk tersebut tidak menjadi kenyataan.

Sejalan dengan pendapat diatas, Nevid, Rathos, dan Green (2005) juga menjelaskan bahwa kecemasan sangat erat hubungannya dengan masa depan. Karena kecemasan merupakan kondisi emosi kekhawatiran, ketakutan dan keprihatinan individu terhadap kondisi atau situasi yang akan datang. Jadi apabila individu merasa cemas maka kecemasannya itu berhubungan dengan kondisi dan situasi yang belum dialami dan belum dilalui seperti dunia kerja.

Kemunculan kecemasan pada diri individu akan membuat individu tersebut merasa rendah diri, meremehkan diri sendiri, merasa tidak mampu, menganggap dirinya tidak menarik dan menganggap dirinya tidak menyenangkan untuk orang lain. Diketahui bahwa kecemasan menghadapi masa depan disebabkan karena individu menilai dirinya tidak memiliki sumber daya atau kemampuan untuk mengatasi situasi yang diperkirakan akan muncul.

Kecemasan pada mahasiswa akhir terhadap masa depan ini dapat dikurangi apabila mahasiswa tersebut memiliki penerimaan diri yang tinggi. Namun adanya pemikiran negative, takut pada kelemahan diri sendiri serta tidak percaya akan kemampuan yang dimiliki sering kali menjadi pemicu mahasiswa tidak dapat menerima keadaan dirinya sendiri.

Peneliti melakukan survey awal kepada 222 Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area untuk melihat fenomena yang ditemukan. Terdapat hasil bahwa 85% dari 222 mahasiswa merasa gelisah ketika sedang memikirkan masa depan, 90 % dari 222 mahasiswa merasa khawatir saat memikirkan masa depan, serta sering memiliki pemikiran negatif sebanyak 64% dari 234 mahasiswa.

Untuk memperjelas fenomena ini, peneliti juga melakukan wawancara berdasarkan studi pendahuluan pada mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area dan didapatkan hasil wawancara sebagai berikut :

“Saya cemas akan masa depan saya karena saya terlalu banyak memikirkan hal hal yang membuat saya takut, saya selalu takut masa depan saya tidak sesuai ekspektasi saya, merasa takut apabila cita-cita saya tidak tergapai. Saya selalu cemas jika ada orang yang menanyakan sehabis kuliah akan kerja apa dan ingin kerja dimana, hal yang seperti itu yang membuat saya cemas. Kecemasan itu selalu ada dalam diri saya dimasa masa sekarang dimana saya cemas dalam hal apa pun.” (P. 31 Oktober 2022, Mahasiswi Akhir Fakultas Psikologi Universitas Medan Area).

Dari hasil penelitian dan wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa subjek merasa cemas, merasa gelisah dan memiliki pemikiran yang negatif dimana hal tersebut merupakan aspek-aspek dari kecemasan menghadapi masa depan.

(Hurlock, 1972) mengungkapkan salah satu faktor yang mempengaruhi munculnya kecemasan adalah penerimaan diri. Menurut Pannes (dalam Purwanto, 2004) penerimaan diri yaitu keadaan dimana seseorang sadar akan karakter dari pribadinya sehingga ia ingin hidup dengan keadaan tersebut. Individu yang dapat menerima diri diartikan sebagai individu yang tidak bermasalah dengan diri sendiri. Individu ini tidak akan malu dengan kekurangan dan kelemahan yang ada pada dirinya, serta tidak menyalahkan kondisi-kondisi yang tidak dapat diubah. Dalam penelitian tentang efek dari penerimaan diri tanpa syarat pada tingkat kesehatan psikologis, Flett et al (dalam Macinnes, 2006) menemukan bahwa tingkat penerimaan diri tanpa syarat yang rendah memiliki asosiasi dengan tingkat depresi yang tinggi, sementara Chamberlain dan Haaga (2001) menyimpulkan bahwa tingkat penerimaan diri tanpa syarat yang rendah memiliki asosiasi dengan depresi dan kecemasan.

Dari penjelasan diatas serta beberapa penelitian ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif antara penerimaan diri dan kecemasan, sehingga dapat diasumsikan bahwa individu yang lebih menerima dirinya akan lebih memiliki harapan yang sesuai dengan kemampuannya, termasuk mengetahui kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya, sehingga ia tidak merasa cemas dengan masa depan yang akan ia jalani kelak. Namun tidak semua hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan itu menghasilkan hubungan negatif. Dalam penelitian yang sudah dilakukan (Wahyudi & Uyun, 2007) pada remaja panti asuhan diketahui tidak

ada hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dan kecemasan terhadap masa depan pada remaja panti asuhan. Dari penjelasan diatas dapat dipahami bahwa semakin tinggi penerimaan diri seseorang maka akan semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami dan sebaliknya jika semakin rendah penerimaan diri seseorang maka akan semakin tinggi tingkat kecemasan yang akan dialami.

Berdasarkan pada pemaparan latar belakang yang telah diuraikan diatas, peneliti ingin mengetahui lebih lanjut apakah ada hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi masa depan pada mahasiswa akhir di Universitas Medan Area. Terkait dengan hal tersebut, maka judul yang diajukan peneliti untuk penelitian ini adalah “Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Pada Mahasiswa Akhir Fakultas Psikologi Di Universitas Medan Area”

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan alasan pemilihan judul yang telah diuraikan diatas, maka permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: apakah ada hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi masa depan pada Mahasiswa Akhir Fakultas Psikologi di Universitas Medan Area.

1.3 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang akan diteliti maka dapat diperoleh tujuan penelitian untuk mengetahui apakah ada hubungan penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi masa depan pada Mahasiswa Akhir Fakultas Psikologi Di Universitas Medan Area.

1.4 Hipotesis

Dari tinjauan teori di atas dan berdasarkan uraian permasalahan yang dikemukakan, maka dapat dibuat hipotesis penelitian sebagai berikut : ada Hubungan negatif penerimaan diri terhadap kecemasan menghadapi masa depan. Dengan asumsi semakin rendah penerimaan diri maka semakin tinggi kecemasan menghadapi masa depan, sebaliknya jika semakin tinggi penerimaan diri maka semakin rendah kecemasan menghadapi masa depan pada Mahasiswi Akhir Psikologi Universitas Medan Area.

1.5 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu psikologi serta menambah literatur, khususnya dalam bidang psikologi klinis yaitu menambah wawasan mengenai hubungan penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi masa depan.

2. Manfaat Praktis

Secara Praktis, Penelitian ini diharapkan dapat membantu mahasiswa agar mampu memahami dan menerima diri sendiri dalam keadaan apapun agar dapat mengembangkan diri lebih baik lagi sehingga dapat menjalani hidup sesuai dengan apa yang diinginkan. Penelitian ini juga diharapkan dapat mengurangi perasaan cemas terhadap masa depan yang di dasari oleh rendahnya penerimaan diri pada mahasiswa.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kecemasan

2.1.1 Pengertian Kecemasan

Menurut Cervone (2012), kecemasan adalah mengenali bahwa suatu peristiwa yang dihadapi oleh seseorang berada diluar jangkauan kenyamanan pada sistem konstruk seseorang. Lalu menurut Craig (dalam Indiyani 2006) Kecemasan dapat diartikan sebagai suatu perasaan yang tidak tenang, rasa khawatir, atau ketakutan terhadap sesuatu yang tidak jelas atau tidak diketahui. Sedangkan Lazarus (1976) berpendapat bahwa kecemasan merupakan reaksi individu terhadap hal-hal yang dihadapinya, dimana kecemasan merupakan suatu perasaan yang menyakitkan seperti kegelisahan, kebingungan, dan lain-lain, yang berhubungan dengan aspek subjektif emosi. Menurut Lazarus, kecemasan dapat dianggap sebagai suatu respon sebagai unpleasant affective state atau suatu keadaan perasaan yang tidak menyenangkan. Perasaan ini ditandai oleh adanya rasa was-was, gelisah, khawatir, bingung dan perasaan tertekan sehingga sukar di mengerti dengan pasti.

Atkinson dkk (2001) 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. Serupa dengan pernyataan tersebut, Hurlock (1997) mendefinisikan kecemasan sebagai keadaan mental yang tidak enak berkenaan dengan sakit yang mengancam atau yang dibayangkan, yang ditandai dengan kekhawatiran,

ketidakenakan, dan prarasa yang tidak baik, yang tidak dapat dihindari oleh seseorang. Kedua pengertian tersebut nampaknya lebih jelas dalam menggambarkan keadaan yang tidak menyenangkan seperti apa yang bisa disebut sebagai cemas.

Sama halnya dengan penjelasan diatas Kecemasan menurut Arijani (1998) dapat diartikan sebagai reaksi terhadap adanya ancaman, hambatan terhadap keinginan pribadi atau perasaan tertekan yang dapat disebabkan oleh perasaan kecewa, rasa tidak puas, tidak aman dan sikap permusuhan dengan orang lain. Sekalipun demikian, kecemasan dapat bersifat menguntungkan jika berfungsi menyadarkan orang akan bahaya yang datang dari luar atau dari dalam dirinya. Dalam keadaan seperti ini individu akan lebih waspada dan berusaha mengatasi masalahnya dengan mengadakan perencanaan yang efektif terhadap tindakannya.

Sedangkan (Shaw, 1971) mengemukakan bahwa kecemasan merupakan kekhawatiran mengenai ketidakpastian atau kejadian yang akan datang, dimana kejadian di sini dimungkinkan dalam bentuk nyata atau kabur dan dapat bersifat realistis atau tidak realistis. (Rochman, 2010) juga mengatakan bahwa kecemasan menimbulkan perasaan yang tidak menyenangkan yang nantinya akan menimbulkan atau disertai perubahan fisiologis dan psikologis. Lalu Sullivan (Arijani, 1998) memberi pendapat dalam memahami masalah kecemasan. Ia berpendapat bahwa kecemasan merupakan hasil hubungan interpersonal yang diakibatkan oleh adanya ancaman terhadap rasa aman pada diri individu. Tanpa adanya kecemasan kesulitan interpersonal akan dapat diselesaikan dengan baik.

Dari beberapa teori yang telah dikemukakan di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan keadaan emosional yang kompleks (Lindgren, 1979) yang merupakan reaksi individu terhadap hal-hal yang dihadapinya, yang berhubungan dengan aspek subjektif emosi (Lazarus, 1976). Biasanya kecemasan timbul karena adanya kekhawatiran mengenai ketidakpastian atau kejadian yang akan datang, dimana kejadian di sini dimungkinkan dalam bentuk nyata atau kabur dan dapat bersifat realistis atau tidak realistis (Shaw, 1971).

2.1.2 Kecemasan Menghadapi Masa Depan

Kecemasan masa depan mengandung sebuah keadaan ketakutan, ketidakpastian, kekhawatiran dan kegeliasahan akan perubahan yang tidak diinginkan di masa depan pada diri seseorang (Zaleski, 1996).

Kecemasan (*Anxiety*) merupakan respon emosional dari diri kita yang timbul akibat kejadian-kejadian yang dihadapi, memikirkan kejadian di masa yang akan datang ataupun mengingat masa lalu yang pernah dialaminya. Seperti diungkapkan (Jeffers, 2004) bahwa, “*sesungguhnya penyebab utama dari romantisme dan kecemasan manusia adalah kesalahan membaca masa lalu dan masa depan manusia*”. Ketika orang mengingat masa lalunya yang suram, maka ia akan cenderung cemas terhadap apa yang dialaminya pada masa lalu akan terjadi kembali. Sebaliknya ketika orang mengkhayalkan yang manis pada masa yang akan datang namun ternyata yang dialaminya pada saat ini berbeda, maka juga akan merasa cemas apa yang dicita-citakannya tidak berhasil.

Norman (1998) menyebutkan khawatir dapat didefinisikan sebagai bagian kecemasan pikiran, sebagai serangkaian pikiran dan gambaran yang penuh dengan emosi, namun semuanya negatif. Norman juga mengatakan bahwa kekhawatiran pada dasarnya berpusat pada masa depan. Nevid, Rathos, dan Green (2005) juga menjelaskan bahwa kecemasan sangat berhubungan dengan masa depan. Karena kecemasan merupakan kondisi emosi, kekhawatiran, ketakutan dan keprihatinan individu terhadap kondisi atau situasi yang akan datang. Jadi apabila individu merasa cemas maka kecemasannya itu berhubungan dengan kondisi dan situasi yang belum dialami dan belum dilalui.

Individu cemas apakah kehidupannya di masa depan akan lebih baik atau malah menjadi semakin buruk. Jika individu bersikap negatif terhadap harapan-harapan terutama terhadap masa depan, individu akan merasa masa depannya suram dan individu merasa tidak dapat mencapai harapan pada masa depan serta merasa gagal sehingga individu hanya bisa pasrah, tidak mampu berjuang dan tidak memiliki harapan yang selanjutnya dikemudian hari dapat menimbulkan gejala-gejala kecemasan untuk menghadapi masa depan (Samudi, 2009).

Dari teori di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan masa depan adalah keadaan khawatir, kegelisahaan dan ketakutan yang berkaitan dengan masa yang akan datang dan hal ini disebabkan karena individu bersikap negatif terhadap harapan-harapan di masa mendatang.

2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Menghadapi Masa Depan

Menurut Hurlock (1972) Penerimaan diri merupakan faktor yang dapat mempengaruhi munculnya kecemasan. Selain itu, Adler dan Rodman (dalam

Ghufron, 2010) menyatakan terdapat dua faktor yang menyebabkan adanya kecemasan, yakni pengalaman yang negatif pada masa lalu dan pikiran yang tidak rasional. Adapun penjelasan dari kedua faktor tersebut sebagai berikut:

1. 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 seseorang menghadapi situasi atau kejadian yang sama dan juga tidak menyenangkan, misalnya pernah gagal dalam tes. Hal tersebut merupakan pengalaman umum yang menimbulkan kecemasan seseorang dalam menghadapi tes.

2. 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. Ellis (dalam Ghufron, 2010) memberi daftar kepercayaan atau keyakinan kecemasan sebagai contoh dari pikiran yang tidak rasional yang disebut buah pikiran yang keliru, yakni kegagalan katastrofik, kesempurnaan, persetujuan, dan generalisasi yang tidak tepat. Adapun penjelasan dari pernyataan tersebut dapat dilihat sebagai berikut:

a. Kegagalan katastrofik

Kegagalan katastrofik, yakni adanya asumsi dari dalam diri seseorang bahwa akan terjadi sesuatu yang buruk pada dirinya. Individu mengalami kecemasan dan perasaan-perasaan ketidakmampuan serta tidak sanggup mengatasi permasalahan.

b. Kesempurnaan

Setiap orang menginginkan kesempurnaan. Individu ini mengharapkan dirinya berperilaku sempurna dan tidak cacat. Ukuran kesempurnaan dijadikan target dan sumber inspirasi bagi setiap orang. Apabila target ukuran kesempurnaan itu tidak tercapai, orang tersebut akan mengalami kecemasan.

c. Persetujuan

Persetujuan adanya keyakinan yang salah didasarkan pada ide bahwa terdapat hal virtual yang tidak hanya diinginkan, melainkan juga untuk mencapai persetujuan dari orang lain.

d. Generalisasi tidak tepat

Keadaan ini juga member istilah generalisasi yang berlebihan. Hal ini terjadi pada orang yang mempunyai sedikit pengalaman.

Sedangkan Wolman dan Stricker (1994) mengemukakan ada beberapa faktor pencetus timbulnya kecemasan, antara lain:

1. Masalah fisik dan zat-zat beracun

Masalah fisik dapat menyebabkan gejala seperti kelelahan atau depresi yang dapat mempengaruhi ambang toleransi individu dalam menangani penyebab stres sehari-hari.

2. Stressor eksternal yang berat

Kemunculan stressor yang berat seperti kepergian orang-orang yang dicintai atau kehilangan pekerjaan dapat memunculkan reaksi kecemasan.

3. Stressor eksternal yang berkepanjangan dan kronis

Stressor dapat saja berlangsung terus menerus dalam waktu yang lama sehingga melemahkan usaha coping seseorang.

4. Kepekaan Emosi

Stressor dapat menyerang individu pada tingkat kepekaan emosi tertentu. Hal ini salah satu hal yang menimbulkan kecemasan pada seseorang namun belum tentu terjadi pada orang lain.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu pengalaman yang negatif pada masa lalu dan pikiran yang tidak rasional serta mengalami stress yang berat dan berkepanjangan.

2.1.4 Aspek-Aspek Kecemasan Menghadapi Masa Depan

Kecemasan menghadapi masa depan adalah keadaan khawatir, kegelisahan dan ketakutan yang berkaitan dengan masa yang akan datang. Menurut Daradjat (Hapsari, 1999), bahwa umumnya individu yang merasa cemas ditandai dengan aspek-aspek fisiologis dan psikologis.

- a. Aspek-aspek fisiologis, diantaranya: berkeringat, mulut terasa kering, jantung berdebar-debar, dada berdebar atau terasa sakit, pening, sakit kepala, nafsu makan berkurang atau menurun atau bahkan hilang, ujung-ujung jari terasa dingin, kurang enak badan, terasa ingin kencing, terasa ingin buang air besar, muka memerah, tidak dapat tidur nyenyak (sulit tidur), otot menegang, serta ketegangan pada syaraf dibelakang leher.
- b. Aspek-aspek psikologis, diantaranya: rasa takut, gelisah, khawatir, was-was, tidak aman, tidak tenang, tidak tenteram, bingung, mudah marah atau tersinggung, ragu-ragu, tidak berdaya, rendah diri, tertekan, stress,

kurang percaya diri, tidak puas, kecewa, tidak berdaya, panik, tidak dapat berkonsentrasi pada suatu pekerjaan, ingin lari dari kenyataan hidup, bicara tidak lancar.

Sedangkan Herber dan Runyon (1984) mengungkap empat aspek kecemasan sebagai berikut:

a. Kognitif

Respon terhadap kecemasan dalam pikiran individu, dengan indikator; kebingungan dengan hal yang tidak diketahui atau dikenal; ketidak mampuan untuk konsentrasi atau mengambil kesimpulan, sulit tidur berpikir bahwa semuanya tidak bisa dikendalikan, dan kehilangan kontrol.

b. Motorik

Reaksi kecemasan dalam bentuk perilaku manusia, dengan indikator; gelisah, kejang otot yang tidak dapat dikontrol, bibir gemetar, jari tangan yang gemetar, lemas atau menjadi tidak berdaya, gugup, dan kelihatan bingung.

c. Somatik

Reaksi terhadap kecemasan dari dalam tubuh individu, dengan indikator; sulit bernafas, mulut kering, tangan dan kaki yang dingin, diare dan mencret, sering buang air kecil, banyak keringat, ketegangan otot (terutama dikepala dan leher, bahu dan pada dada), dan pencernaan yang salah.

d. Afektif

Reaksi perasaan individu, bagaimanapun yang paling nyata manifestasinya adalah wilayah afektif; yaitu suatu perasaan tegang yang kuat, perasaan-perasaan tidak menentu, gelisah dan perasaan was-was.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dalam kecemasan meliputi aspek fisiologis dan psikologis Daradjat (Hapsari, 1999). Sedangkan menurut Herber dan Runyon (1984) aspek kecemasan dibagi menjadi 4 yakni kognitif, motorik, somatik dan afektif.

2.2 Penerimaan Diri

2.2.1 Pengertian Penerimaan Diri

Penerimaan diri merupakan kondisi dimana individu menghargai segala kelebihan dan kekurangannya, mengikuti standar yang dibuat sendiri untuk menjalani hidupnya, dan memiliki sikap positif dalam diri (Wulandari & Susilawati, 2016). Hurlock (1980) mengungkapkan penerimaan diri merupakan suatu tingkat dimana individu benar-benar mempertimbangkan karakteristik pribadi dan mau hidup dengan karakteristik tersebut. Dengan penerimaan diri (*self acceptance*), individu dapat menghargai segala kelebihan dan kekurangan yang ada di dalam dirinya. Individu yang memiliki *self-acceptance* memandang kelemahan atau kekurangan diri sebagai hal yang wajar dan dimiliki setiap individu, karena individu yang memiliki *self-acceptance* akan bisa berpikir positif tentang dirinya bahwa setiap individu memiliki kelemahan atau kekurangan dan hal tersebut tidak akan menjadi penghambat individu untuk mengaktualisasikan diri (Heriyadi, 2013).

Sedangkan menurut Chaplin (2004), dalam kamus lengkap Psikologi penerimaan diri didefinisikan sebagai sikap yang pada dasarnya merasa puas akan kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri, serta pengakuan akan keterbatasan diri. Berdasarkan pengertian tersebut dapat diketahui bahwa individu dengan penerimaan diri tidak merasa malu ataupun merasa bersalah dengan segala keterbatasan yang ada pada dirinya, sehingga individu dapat memunculkan sikap puas yang mencerminkan perasaan senang terhadap segala kondisi yang ada pada dirinya.

Dari definisi-definisi diatas, maka dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri adalah ketika seseorang telah mengetahui karakteristik personalnya baik itu kelebihan maupun kekurangannya dan dapat menerima karakteristik tersebut dalam kehidupannya sehingga membentuk integritas pribadinya.

2.2.2 Faktor-Faktor Penerimaan diri

Hurlock (1992) mengemukakan bahwa ada faktor-faktor yang mempengaruhi dalam penerimaan diri pada seorang individu, yaitu sebagai berikut:

- a. Adanya pemahaman tentang diri sendiri

Seorang individu yang dapat mengetahui kemampuan dan ketidakmampuan yang ia miliki akan lebih memahami dirinya sendiri baik kelebihan maupun kurang yang ia miliki. Pemahaman diri pada seorang individu sejalan dengan penerimaan diri individu tersebut, artinya semakin seorang individu memahami dirinya, maka semakin dapat ia menerima dirinya.

b. Adanya harapan yang realistik

Seorang individu akan menentukan sendiri harapan yang ia miliki yang disesuaikan dengan pemahamannya akan kemampuan yang ia miliki dan tidak diarahkan oleh orang lain. Ketika seseorang dapat menentukan harapannya yang disesuaikan dengan ukuran pemahaman dan kemampuan yang dimiliki dalam mencapai tujuannya yang realistik, maka harapan itu akan lebih mudah untuk ia capai, dan ketika harapan yang diinginkan bisa dicapainya hal ini akan menimbulkan kepuasan diri yang merupakan hal penting dalam penerimaan diri.

c. Tidak adanya hambatan di dalam lingkungan

Meskipun seorang individu sudah memiliki harapan yang realistik, tetapi bila lingkungan disekitarnya menghalangi maka individu akan sulit mencapai harapannya tersebut. Biasanya disebabkan karena adanya diskriminasi (ras, gender, kepercayaan, suku, budaya). Jika hambatan-hambatan dari lingkungan dapat di hilangkan maka individu akan dapat mencapai tujuan realistik yang pastinya akan berdampak pada penerimaan dirinya.

d. Sikap-sikap anggota masyarakat yang menyenangkan

Sikap-sikap orang lain yang menyenangkan dengan tidak adanya prasangka dan adanya penghargaan terhadap kemampuan sosial orang lain serta kesediaan individu mengikuti kebiasaan lingkungan. Seseorang yang mendapatkan sikap yang positif atau perlakuan baik dari masyarakat akan lebih dapat menerima dirinya lebih baik, begitupun sebaliknya apabila orang tersebut tidak mendapatkan dukungan dari lingkungan maka individu akan sulit menerima dirinya sendiri.

e. Tidak adanya gangguan emosional yang berat

Gangguan emosional yang berat dapat membuat individu tidak mampu berfungsi dengan baik dan akan selalu merasa tidak bahagia serta tidak puas terhadap dirinya. Tekanan yang terus menerus diterima individu yang terjadi dilingkungan rumah, sekolah, kerja, semakin lama akan membuat kondisi emosinya tidak baik yang akan mengakibatkan gangguan yang berat. Kondisi-kondisi seperti ini memberikan sumbangan bagi penilaian terhadap lingkungan sosial yang menjadi dasar dari evaluasi diri dan terhadap penerimaan diri.

f. Pengaruh keberhasilan yang dialami

Keberhasilan yang dicapai oleh seorang individu dapat menimbulkan penerimaan diri pada individu karena dapat dilihat sebagai umpan balik untuk meningkatkan kemampuan yang sudah dimiliki. Pengaruh kegagalan dapat mengarah kepada penolakan diri, dan pengaruh kesuksesan dapat mengarah kepada penerimaan diri. Kegagalan yang seringkali dirasakan seseorang akan membuat kesuksesan diartikan lebih bermakna walaupun jumlah kegagalan lebih banyak.

g. Identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik

Individu yang mengidentifikasi dirinya dengan individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik dapat membangun sikap-sikap positif terhadap diri sendiri dan berperilaku yang mengarah kepada penilaian dan penerimaan diri.

h. Adanya perspektif diri yang luas

Seorang individu yang melihat dirinya secara keseluruhan, bukan melihat pada satu sisi yang ia miliki, sisi kelebihan atau sisi kekurangan yang ada pada dirinya.

i. Pola asuh di masa kecil yang baik

Inti dari konsep diri yang menentukan penyesuaian diri seseorang di masa depan berawal dari masa kanak-kanak, dimana pola asuh sangat penting dalam menentukan penerimaan dirinya yang dilihat dari bagaimana cara pandang anak terhadap pengasuhan yang diberikan oleh orang tuanya. Anak yang diasuh secara demokrasi akan cenderung berkembang sebagai orang yang dapat menghargai dirinya sendiri.

j. Konsep diri yang stabil

Individu yang tidak memiliki konsep diri yang stabil akan sulit menunjukkan pada orang lain siapa dia sebenarnya, sebab ia sendiri bingung terhadap dirinya. Konsep diri yang baik mengarah kepada penerimaan diri, sedangkan konsep diri yang buruk mengarah kepada penolakan diri. Jika seseorang mengembangkan kebiasaan untuk menerima dirinya, maka hal itu akan menguatkan konsep diri yang baik sehingga penerimaan diri akan menjadi suatu kebiasaan bagi individu tersebut.

Berdasarkan uraian diatas disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri menurut Hurlock (1992) yaitu adanya pemahaman tentang diri sendiri, adanya harapan yang realistis, tidak adanya hambatan dalam lingkungan, sikap-sikap anggota masyarakat yang menyenangkan, tidak adanya gangguan emosional yang berat, pengaruh keberhasilan yang dialami, identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik, adanya perspektif diri yang luas, pola asuh di masa kecil yang baik, serta konsep diri yang stabil.

2.2.3 Aspek-Aspek Penerimaan Diri

Dalam Cronbach (1963), Elizabeth Sheerer mengatakan bahwa aspek-aspek penerimaan diri meliputi hal-hal sebagai berikut:

1. Perasaan sederajat

Individu menganggap dirinya berharga dengan manusia yang sederajat dengan orang lain, sehingga individu tidak merasa sebagai orang yang istimewa atau menyimpang dari orang lain. Individu merasa dirinya mempunyai kelemahan dan kelebihan seperti orang lain.

2. Percaya kemampuan diri

Individu yang mempunyai kemampuan untuk menghadapi kehidupan. Hal ini tampak dari sikap individu yang percaya diri, lebih suka mengembangkan sikap baiknya dan mengeliminasi sifat buruknya dari pada ingin menjadi orang lain, sehingga individu merasa puas pada dirinya sendiri.

3. Bertanggung jawab

Individu berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya, sehingga menerima diri apa adanya.

4. Orientasi keluar diri

Individu lebih mempunyai orientasi keluar diri daripada kedalam. Individu lebih suka memperhatikan dan toleran terhadap orang lain, sehingga mendapatkan penerimaan sosial dari lingkungannya.

5. Berpendirian

Individu lebih suka mengikuti standarnya sendiri dari pada bersikap nyaman (*conform*) terhadap tekanan sosial, oleh karena itu individu yang mampu menerima diri mempunyai sikap dan kepercayaan diri pada tindakannya.

6. Menyadari keterbatasan

Individu tidak menyalahkan diri akan keterbatasannya atau mengingkari kelebihanannya.

7. Menerima sifat kemanusiaan

Individu tidak menyangkal emosi. Individu mengenali perasaan marah, takut dan cemas, tanpa menganggap sebagai sesuatu yang harus diingkari atau ditutupi.

Sedangkan Menurut Jersild (1978), terdapat beberapa aspek dalam penerimaan diri, yaitu sebagai berikut:

a. Persepsi mengenai diri dan sikap terhadap penampilan

Individu yang memiliki penerimaan diri berpikir lebih realistis tentang penampilan dan bagaimana ia terlihat dalam pandangan orang lain.

b. Sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain

Individu yang memiliki penerimaan diri memandang kelemahan dan kekuatan dalam dirinya, lebih baik dari pada individu yang tidak memiliki penerimaan diri.

c. Perasaan inferioritas sebagai gejala penolakan diri

Seseorang individu yang terkadang merasakan inferioritas atau disebut dengan inferiority complex adalah seseorang individu yang tidak memiliki sikap penerimaan diri dan hal tersebut akan menunggu penilaian yang realistis atas dirinya.

d. Respon atas penolakan dan kritikan

Individu yang memiliki penerimaan diri tidak menyukai kritikan, namun demikian ia mempunyai kemampuan untuk menerima kritikan bahkan dapat mengambil hikmah dari kritikan tersebut.

e. Keseimbangan antara real self dan ideal self

Individu yang memiliki penerimaan diri mempertahankan harapan dan tuntutan dari dalam dirinya dengan baik dalam batas-batas kemungkinan yang dapat diraih oleh individu tersebut.

f. Penerimaan diri dan penerimaan orang lain

Hal ini berarti apabila seorang individu menyayangi dirinya, dan mampu menerima segala kekuatan dan kekurangan diri, maka akan lebih memungkinkan baginya untuk menyayangi orang lain dan menerima orang lain dengan baik.

g. Menuruti kehendak dan menonjolkan diri

Apabila seorang individu menerima dirinya, hal tersebut bukan berarti ia memanjakan dirinya, akan tetapi ia akan menerima bahkan menuntut kelayakan dalam kehidupannya dan tidak akan mengambil yang bukan haknya.

h. Spontanitas dan menikmati hidup

Individu dengan penerimaan diri mempunyai lebih banyak keleluasaan untuk menikmati hal-hal dalam hidupnya. Individu tersebut tidak hanya leluasa menikmati sesuatu yang dilakukannya, akan tetapi juga leluasa untuk menolak atau menghindari sesuatu yang tidak ingin dilakukannya.

i. Aspek moral penerimaan diri

Individu dengan penerimaan diri bukanlah individu yang berbudi baik dan bukan pula individu yang tidak mengenal moral, tetapi memiliki fleksibilitas dalam pengaturan hidupnya.

j. Sikap terhadap penerimaan diri

Individu yang dapat menerima hidupnya akan menunjukkan sikap menerima apapun kekurangan yang dimilikinya tanpa harus malu ketika berada di lingkungan sosialnya.

Berdasarkan dari pemaparan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa aspek-aspek dalam penerimaan diri menurut Elizabeth Sheerer dalam Cronbach (1963) sebagai berikut: perasaan sederajat, percaya kemampuan diri, bertanggung jawab, orientasi keluar diri, berpendirian, menyadari keterbatasan, dan menerima sifat kemanusiaan. Sedangkan Menurut Jersild (1978), terdapat beberapa aspek dalam penerimaan diri yakni persepsi mengenai diri dan sikap terhadap penampilan, sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain, perasaan inferioritas sebagai gejala penolakan diri, respon atas penolakan dan kritikan, keseimbangan antara real self dan ideal self, Penerimaan diri dan penerimaan orang lain, menuruti

kehendak dan menonjolkan diri, spontanitas dan menikmati hidup, aspek moral penerimaan diri, dan sikap terhadap penerimaan diri.

2.2.4 Dampak Penerimaan Diri

Hurlock (1992) membagi dampak penerimaan diri menjadi dua kategori:

a. Dalam penyesuaian diri

Mampu mengenali kelebihan dan kekurangannya, memiliki keyakinan diri (*self confidence*) dan harga diri (*self esteem*), lebih bisa menerima kritik, penerimaan diri yang disertai dengan rasa aman memungkinkan seseorang untuk menilai dirinya secara lebih realistis sehingga dapat menggunakan potensinya secara efektif.

b. Dalam penyesuaian social

Orang yang memiliki penerimaan diri akan merasa aman untuk menerima orang lain, memberikan perhatiannya pada orang lain, menaruh minat terhadap orang lain, seperti menunjukkan rasa empati dan simpati.

2.3 Hubungan Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Pada Mahasiswa akhir Fakultas Psikologi Di Universitas Medan Area

Pada saat masa depan masih menjadi angan-angan dan menjadi sesuatu yang belum diyakini, akan dapat menimbulkan banyak masalah, salah satunya kecemasan (Wahyuni, 2013). Menurut (Halgin, 2010) kecemasan merupakan kondisi yang berorientasi pada masa depan dan bersifat umum, mengacu pada kondisi ketika individu merasakan kekhawatiran atau kegelisahan, ketegangan, dan

rasa tidak nyaman yang tidak terkendali mengenai kemungkinan akan terjadinya sesuatu yang buruk.

Sementara itu masa depan dapat dilihat sebagai suatu harapan atau ancaman dan ketika dianggap sebagai suatu ancaman, dapat memunculkan adanya kekhawatiran, ketakutan dan tekanan-tekanan yang pada akhirnya menyebabkan kecemasan, ketidakpastian dan gambaran tentang masa depan masih seperti sebuah angan-angan.

Sama halnya dengan pemaparan di atas (Shaw, 1971) Juga mengatakan bahwa biasanya kecemasan timbul karena adanya kekhawatiran mengenai ketidakpastian atau kejadian yang akan datang, dimana kejadian di sini dimungkinkan dalam bentuk nyata atau kabur dan dapat bersifat realistis atau tidak realistis. Kecemasan menghadapi masa depan sering kali muncul karena ketidakpastian dan rasa takut terhadap yang belum diketahui. Perasaan tidak percaya diri atau tidak mampu dapat meningkatkan tingkat kecemasan menghadapi masa depan. Faktor eksternal seperti tekanan sosial, ekspektasi keluarga, atau tuntutan pekerjaan juga dapat berkontribusi pada kecemasan.

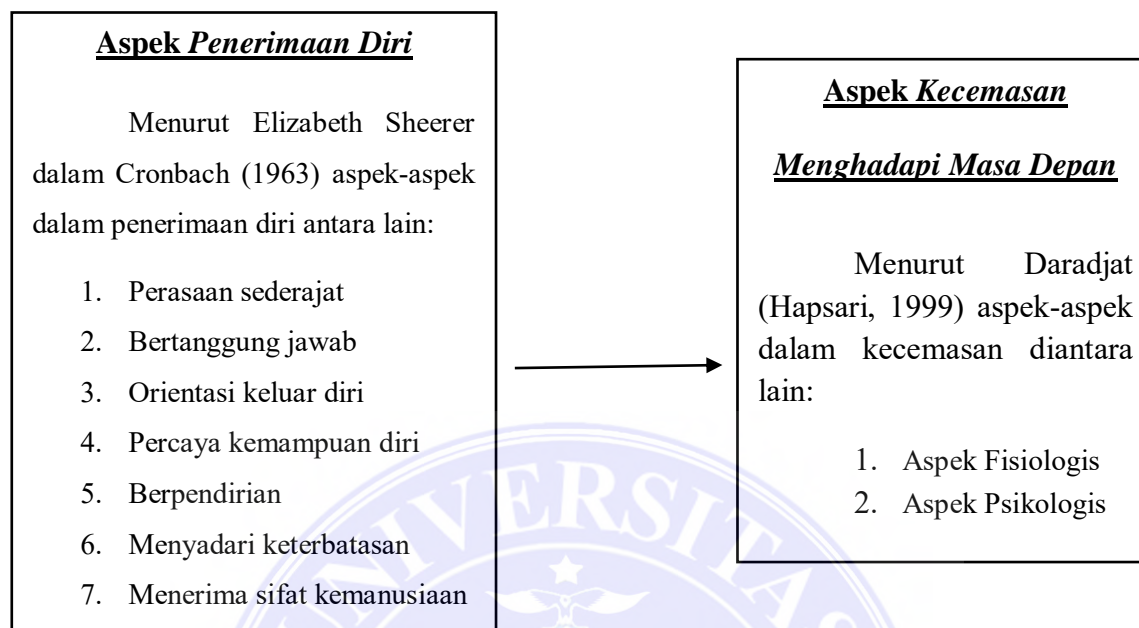
Salah satu cara untuk meminimalisir masalah yang dihadapi oleh individu dalam menghadapi kecemasan terhadap masa depan adalah dengan strategi penerimaan diri yang baik. Selain itu, menurut Hurlock (1972) Penerimaan diri juga merupakan faktor yang mempengaruhi munculnya kecemasan. Sedangkan menurut Horney (Alwisol, 2004), terdapat sepuluh kebutuhan neurotik, yakni kebutuhan yang timbul dalam sebagai akibat dari usaha menemukan pemecahan-pemecahan masalah gangguan hubungan antara manusia. Salah satu kebutuhan neurotik tersebut adalah kebutuhan kasih sayang dan penerimaan diri. Kebutuhan

penerimaan diri dijelaskan bahwa individu mengharapkan diterima baik orang lain, sehingga dapat bertingkah laku sesuai dengan harapan orang lain.

Dari pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi masa depan dimana jika seseorang memiliki penerimaan diri yang baik hal tersebut akan meminimalisir masalah yang dihadapi oleh individu dalam menghadapi kecemasan. Penerimaan diri yang baik juga dapat membantu individu mengembangkan ketangguhan mental, yang berguna dalam menghadapi tantangan dan perubahan.

Adapun penelitian terdahulu yang telah dilakukan yaitu : Hubungan antara Penerimaan Diri dan Kecemasan Menghadapi Masa Depan pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Indonesia yang dilakukan oleh Arifa Nadira dan Miranda Diponegoro Zarfiel. Mengenai gambaran umum skor total kecemasan menghadapi masa depan pada partisipan, sebesar 66,3% partisipan memiliki skor kecemasan menghadapi masa depan dalam kelompok rata-rata. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan memiliki kecemasan menghadapi masa depan yang tidak terlalu tinggi dan tidak terlalu rendah. Artinya, mahasiswa fakultas Psikologi UI yang menjadi partisipan memiliki tingkat kecemasan menghadapi masa depan yang sedang. Dapat disimpulkan bahwa, semakin tinggi penerimaan diri seseorang, maka semakin rendah kecemasan menghadapi masa depan yang dialaminya.

2.4 Kerangka Konseptual



BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Waktu dan Tempat Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilakukan di kampus I dan kampus II Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Kampus I Universitas Medan Area beralamat di Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate, Medan 20223 dan kampus II yang beralamat di jalan Setia Budi Nomor 79 B, Medan 20112. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 28 – 31 Juli 2023.

3.2 Bahan dan Alat

Bahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner berbentuk kertas, peneliti mencetak kuesioner dengan menggunakan seperangkat komputer dan printer. Kuesioner adalah daftar yang berisi pertanyaan atau pernyataan-pernyataan secara tertulis yang harus dijawab oleh responden secara tertulis (Supratik, 2015). Setelah itu peneliti membagikan kuesioner kepada para sampel atau Mahasiswa yang berada di tempat penelitian. Kemudian sampel tersebut mengisi pernyataan-pernyataan yang berada di kuesioner menggunakan alat tulis (pulpen). Adapun alat penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah perangkat keras dan perangkat lunak. Perangkat keras terdiri atas sebuah laptop dengan spesifikasi prosesor CORE i5 intel Iris xe, sedangkan perangkat lunak yang digunakan berupa sistem operasi Microsoft Windows 11. Adapun untuk keperluan analisis data dengan menggunakan SPSS versi 21.0 for windows.

Kemudian skor yang mewakili pilihan subjek pada setiap butir pernyataan dipindahkan ke tahap berikutnya yaitu Microsoft Excel 2021.

3.3 Metodologi Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Menurut (Sugiyono, 2019) penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivism, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Tipe penelitian yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan tipe penelitian korelasional. Tipe penelitian korelasional ini digunakan dengan tujuan untuk melihat hubungan antara satu atau beberapa variabel dengan satu atau beberapa variabel lainnya (Yusuf, 2014). Penelitian korelasional adalah hubungan asosiatif yang terbatas hanya untuk menguji dan membuktikan hubungan antar variabel tanpa mencoba untuk menjelaskan bagaimana pengaruh (hubungan kausalitas atau sebab akibat) antar variabel tersebut.

Defenisi operasional variable penelitian dimaksudkan agar pengukuran variabel-variabel penelitian dapat terarah sesuai dengan metode pengukuran yang dipersiapkan. Adapun operasional variabel penelitian ini adalah sebagai berikut :

3.3.1 Penerimaan Diri

Penerimaan diri adalah suatu sikap yang pada dasarnya merasa puas terhadap karakteristik pribadinya sehingga memandang diri seperti apa adanya dan adanya kemauan untuk hidup dengan keadaan tersebut. Adapun aspek-aspek dalam penerimaan diri menurut Elizabeth Sheerer dalam (Cronbach, 1963) meliputi perasaan sederajat, percaya kemampuan diri, bertanggung jawab, orientasi keluar diri, berpendirian, menyadari keterbatasan, dan menerima sifat kemanusiaan.

3.3.2 Kecemasan Dalam Masa Depan

Kecemasan menghadapi masa depan adalah keadan khawatir, kegelisahaan dan ketakutan yang berkaitan dengan masa yang akan datang dan hal ini disebabkan karena individu bersikap negatif terhadap harapan-harapan di masa mendatang. Adapun aspek-aspek dalam kecemasan meliputi aspek fisiologis dan psikologis Daradjat (Hapsari, 1999).

3.4 Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel

3.4.1 Populasi Penelitian

Menurut (Yusuf, 2014) populasi merupakan totalitas semua nilai-nilai yang mungkin daripada karakteristik tertentu sejumlah objek yang ingin dipelajari sifatnya. Bailey (dalam Yusuf, 2014) menyatakan populasi atau *universe* ialah jumlah keseluruhan dari unit analisis. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa populasi merupakan keseluruhan objek yang dapat terdiri dari orang, benda, kejadian, waktu, dan tempat dengan ketentuan karakteristik dalam penelitian harus sama. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa akhir Fakultas

Psikologi Universitas Medan Area stambuk 2018 – 2019 yang mana berjumlah 535 mahasiswa aktif. Jumlah populasi ini terbagi dengan stambuk 2018 berjumlah 185 dan stambuk 2019 berjumlah 350.

3.4.2 Sampel Penelitian

Menurut (Yusuf, 2014) sampel adalah sebagian dari populasi yang terpilih dan mewakili populasi yang sudah ditetapkan awalnya oleh peneliti. Sampel diartikan sebagai sebagian dari populasi yang terpilih sesuai dengan ketentuan peneliti (Sugiyono, 2019). Warwick (dalam Yusuf, 2014) berpendapat bahwa sampel merupakan sebagian dari suatu generalisasi yang luas yang mana dipilih untuk dapat mewakili populasi. Pemilihan sampel harus dilakukan dengan berbagai pertimbangan agar diperoleh sampel yang benar-benar mewakili populasi.

3.4.3 Teknik Pengambilan Sampel

Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel, untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian. Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling* dengan *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel untuk memperoleh informasi yang didapat dengan pertimbangan atau karakteristik tertentu (Sugiyono, 2019). Adapun karakteristik sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mahasiswi aktif Fakultas Psikologi Universitas Medan Area St. 2018 - 2019
2. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi
3. Mahasiswa yang memiliki kecemasan terhadap masa depan

Setelah dilakukannya screening, maka didapatkan hasil dari 222 mahasiswi yang mengisi data penelitian terdapat 110 mahasiswi yang paling sesuai dengan penelitian.

3.5 Prosedur Penelitian

Pada penelitian ini, prosedur atau langkah pada penelitian ini yang akan dijalankan yaitu :

3.5.1 Persiapan Penelitian

Sebelum skala penelitian disebar kepada sampel penelitian, langkah pertama yang peneliti lakukan yaitu melengkapi persyaratan-persyaratan guna dikeluarkannya surat pengantar izin penelitian dan pengambilan data dari pihak Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang diajukan kepada Wakil Rektor Bidang Administrasi Universitas Medan Area. Surat ini digunakan agar terlaksananya penelitian dan lancarnya proses pengambilan data di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Setelah keluarnya surat pengantar izin penelitian dari Fakultas Psikologi Universitas Medan Area dengan nomor surat 1867/FPSI/01.10/VII/2023. Selanjutnya, Wakil Rektor Bidang Administrasi mengeluarkan surat balasan terkait diizinkan penelitian dan pengambilan data dengan nomor surat 1428/UMA/B/01.7/VIII/2023. Setelah itu, peneliti melakukan pengambilan data dan setelah selesai proses pengambilan data penelitian, Wakil Rektor Bidang Administrasi mengeluarkan surat keterangan yang menyatakan bahwa peneliti sudah selesai melakukan penelitian di Fakultas Psikologi Universitas Medan area dengan nomor surat 1512/UMA/B/01.7/VIII/2023.

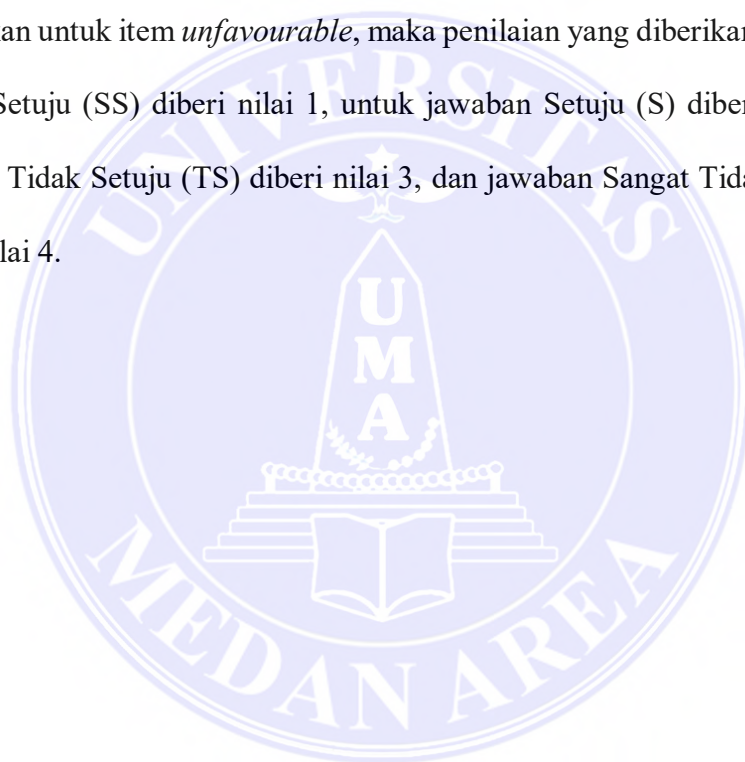
3.5.2 Persiapan Alat Ukur Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti mempersiapkan alat ukur yang akan digunakan untuk penelitian, yakni dimulai dengan penyusunan alat ukur. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala, yaitu skala penerimaan diri dan kecemasan menghadapi masa depan.

Tabel 1. Blue print skala penerimaan diri sebelum uji coba

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favourabel	Unfavourabel	
Perasaan sederajat	Merasa dirinya sama dengan orang lain.	1,8	15,22	4
Percaya kemampuan diri	Yakin dengan kemampuan yang dimiliki	2,9	16,23	4
Bertanggung jawab	Individu bertanggung jawab terhadap dirinya	3,10	17,24	4
Orientasi keluar diri	Individu tidak malu untuk mengaktualisasikan diri	4,11	18,25	4
Berpendirian	Individu lebih suka mengikuti standarnya sendiri.	5,12	19,26	4
Menyadari keterbatasan	Individu menerima keterbatasan pada dirinya.	6,13	20,27	4
Menerima sifat kemanusiaan	Individu mengenali perasaan dirinya sendiri.	7,14	21,28	4
Total Aitem				28

Skala penerimaan diri merupakan skala yang menggunakan format skala empat atau skala likert yang terdiri dari empat pilihan jawaban yaitu “Sangat Sesuai” (SS), “Sesuai” (S), “Tidak Sesuai” (TS) dan “Sangat Tidak Sesuai” (STS). Subjek hanya diperkenankan memilih salah satu dari empat alternatif jawaban yang paling sesuai dengan keadaan dirinya. Penelitian yang diberikan untuk jawaban *favourable*, yakni Sangat Setuju (SS) diberi nilai 4, jawaban Setuju (S) diberi nilai 3, jawaban Tidak Setuju (TS) diberi nilai 2, dan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) diberi nilai 1. Sedangkan untuk item *unfavourable*, maka penilaian yang diberikan untuk jawaban Sangat Setuju (SS) diberi nilai 1, untuk jawaban Setuju (S) diberi nilai 2, untuk jawaban Tidak Setuju (TS) diberi nilai 3, dan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) diberi nilai 4.



Tabel 2. Blue print skala kecemasan menghadapi masa depan sebelum uji coba

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favourabel	Unfavourabel	
Aspek Fisiologis	Berkeringat	7	3	2
	Jantung berdebar-debar	11	8	2
	Tidak dapat tidur nyenyak	1	5	2
	Sakit kepala	2	10	2
	Nafsu makan kurang	6	13	2
	Mual-mual	12	4	2
	Dada berdebar	14	9	2
Aspek Psikologis	Rasa takut	21	18	2
	Gelisah	15	24	2
	Khawatir	16	19	2
	Was-was	22	25	2
	Tidak tenang	17	20	2
	Bingung	23	26	2
	Mudah marah atau tersinggung	31	29	2
	Rendah diri	27	34	2
	Tertekan	32	30	2
	Stress	28	38	2
	Kurang percaya diri	36	33	2
	Panik	40	37	2
Tidak berkonsentrasi pada pekerjaan	35	39	2	

Skala kecemasan menghadapi masa depan merupakan skala yang menggunakan format skala likert yang terdiri dari empat pilihan jawaban yaitu “Sangat Sesuai” (SS), “Sesuai” (S), “Tidak Sesuai” (TS) dan “Sangat Tidak Sesuai” (STS). Subjek hanya diperkenankan memilih salah satu dari empat alternatif jawaban yang paling sesuai dengan keadaan dirinya. Penelitian yang diberikan untuk jawaban *favourable*, yakni Sangat Setuju (SS) diberi nilai 4, jawaban Setuju (S) diberi nilai 3, jawaban Tidak Setuju (TS) diberi nilai 2, dan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) diberi nilai 1. Sedangkan untuk item *unfavourable*, maka penilaian yang diberikan untuk jawaban Sangat Setuju (SS) diberi nilai 1, untuk jawaban Setuju (S) diberi nilai 2, untuk jawaban Tidak Setuju (TS) diberi nilai 3, dan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) diberi nilai 4

3.5.3 Pelaksanaan Penelitian

Sebelum peneliti menyebarkan kuesioner kepada sampel penelitian, peneliti melakukan screening terlebih dahulu untuk mendapat data awal serta mengetahui berapa sampel yang akan diambil dalam penelitian ini, yang mana sampel dipilih berdasarkan dengan karakteristik penelitian yang ada. Setelah mendapat sampel penelitian yang sesuai, peneliti melaksanakan penelitian mulai dari tanggal 31 Juli – 15 Agustus 2023 kepada mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas Medan Area stambuk 2018-2019 yang sudah memenuhi kriteria sampel yaitu sebanyak 110 mahasiswa. Penyebaran skala dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Dalam kuesioner yang disebarkan peneliti terdapat pernyataan ketersediaan dan petunjuk dalam pengisian skala serta skala yang akan diisi. Adapun rata-rata waktu pengisian skala adalah 8-10 menit. Setelah menyebarkan skala penelitian, selanjutnya peneliti

memindahkan jawaban sampel ke *Microsoft excel* dan memberikan skor kepada jawaban skala yang sudah diinput serta dilanjutkan dengan pengolahan data agar peneliti dapat mengetahui uji normalitas, linieritas dan uji hipotesis dengan menggunakan bantuan program SPSS 21.0 for Windows

3.5.4 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Validitas dan reliabilitas alat ukur yang digunakan dalam suatu kegiatan penelitian merupakan suatu hal yang penting, sehingga sebelum alat ukur tersebut digunakan maka penting kiranya dilakukan uji validitas dan reliabilitas dahulu. Hal ini dilakukan agar alat tes yang digunakan benar-benar valid dan reliabel artinya dapat menghasilkan informasi yang akurat dan dapat dipertanggungjawabkan, sehingga informasi yang diperoleh merupakan informasi yang tepat, tidak keliru dan dapat memberikan gambaran subjek yang sebenarnya (Azwar, 1997).

Validitas didefinisikan sebagai seberapa cermat suatu tes melakukan fungsi ukur. Suatu alat ukur yang nilai validitasnya tinggi akan memiliki kesalahan pengukuran yang kecil. Validitas kedua skala diuji dengan menggunakan teknik validitas isi. Teknik validitas isi yaitu pengujian validitas skala dengan analisis rasional atau dengan persetujuan ahli di bidang yang diukur (Azwar, 1997).

Reliabilitas merupakan penerjemahan dari kata *reliability* yang mempunyai asal kata *realy* dan *ability*. Walaupun reliabilitas memiliki berbagai nama lain seperti keterpercayaan, keandalan, keajegan, kestabilan, konsistensi dan sebagainya, namun ide pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauhmana hasil pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 1997).

Hasil pengukuran dapat dipercaya hanya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama, selama aspek yang diukur dalam diri subjek memang belum berubah. Dalam hal ini relatif sama berarti tetap adanya toleransi terhadap perbedaan-perbedaan kecil diantara hasil beberapa kali pengukuran. Bila perbedaan itu sangat besar dari waktu ke waktu, maka hasil pengukuran tersebut tidak dapat dipercaya dan dikatakan sebagai tidak reliabel (Azwar, 1997).

Reliabilitas alat pengumpul data ditunjukkan dengan koefisien reliabilitas. Pengukuran koefisien reliabilitas skala kecemasan terhadap masa depan dan skala penerimaan diri dalam penelitian ini menggunakan *Alpha Cronbach*. Instrumen dikatakan reliabel apabila nilai koefisien korelasi minimal 0,60 (Burhan Nurgiyantoro, Gunawan, Marzuki, 2009).

3.5.5 Metode Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah teknik korelasi dari Karl Pearson, yaitu teknik korelasi *Product Moment*. Alasan peneliti menggunakan teknik ini karena peneliti memiliki tujuan untuk melihat hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

Pada analisis data *Product Moment*, peneliti melakukan uji asumsi penelitian terlebih dahulu yang mana meliputi:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk melihat apakah variabel penelitian telah menyebar secara normal. Uji normalitas dilakukan dengan bantuan program IBM *Statistic SPSS* versi 21.0 *for windows*.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk memastikan data dari variabel bebas sudah memiliki hubungan yang linier dengan data variabel terikat. Uji linearitas dilakukan dengan bantuan program IBM *Statistic SPSS* versi 21.0 *for windows*.



BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

Pembahasan yang terdapat dalam bab ini ialah uraian simpulan dan saran-saran yang mana berhubungan dengan hasil yang didapat dalam penelitian ini. Pada bagian pertama akan dijelaskan simpulan dari penelitian ini dan selanjutnya akan dipaparkan saran-saran yang kiranya dapat digunakan bagi pihak tertentu.

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil analisis dengan metode Analisis Korelasi *r Product Moment* Koefisien Determinan, diketahui terdapat hubungan negatif yang signifikan antara penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi masa depan, dimana $r_{xy} = -0,511$ dengan signifikansi $p = 0,003 < 0,010$. Artinya semakin rendah penerimaan diri maka semakin tinggi kecemasan menghadapi masa depan yang dilakukan.
2. Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antara variabel bebas X dan variabel terikat Y adalah $r^2 = 0,261$. Ini menunjukkan bahwa penerimaan diri berkontribusi terhadap kecemasan menghadapi masa depan sebesar 26,1%. Selebihnya 73,9% kecemasan masa depan dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti dalam penelitian ini.

3. Dari hasil penelitian ini dapat disampaikan bahwa penerimaan diri mahasiswa fakultas psikologi universitas medan area tergolong rendah dimana mean hipotetik (55) > mean empirik (40,66) dan selisihnya melebihi bilangan satu SD (10,573). Serta kecemasan menghadapi masa depan mahasiswa fakultas psikologi universitas medan area tergolong tinggi dimana mean hipotetik (90) < mean empirik (105,74) dan selisihnya melebihi bilangan satu SD (10,392).

5.2 Saran

1. Bagi Mahasiswa

Diharapkan untuk para mahasiswa agar dapat membangun citra diri yang positif, meningkatkan kemampuan/*skill* serta kompetensi diri, mampu menerima dan menghargai diri sendiri dalam kondisi apapun agar dapat mengembangkan diri lebih baik lagi sehingga dapat menjalani hidup sesuai dengan apa yang diinginkan di masa depan.

2. Bagi Universitas/Fakultas Psikologi

Saran peneliti untuk universitas/fakultas psikologi, perlu diadakannya program pendampingan atau *mentorship* untuk mahasiswa agar mahasiswa dapat berbicara tentang kekhawatiran serta dapat membantu mahasiswa merencanakan masa depan mereka dengan lebih baik. Universitas/fakultas psikologi juga diharapkan dapat mengadakan pengembangan keterampilan *soft skills* dan *workshop* bagi mahasiswa tentang keterampilan hidup seperti manajemen waktu, pengambilan keputusan, dan perencanaan karir sehingga dapat membantu mahasiswa merasa lebih percaya diri dalam menghadapi masa depan.

3. Bagi Peneliti

Peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya agar menggunakan teori-teori terbaru yang relevan dengan penelitian ini. Peneliti selanjutnya juga diharapkan untuk mengkaji lebih banyak sumber maupun referensi yang terkait dengan penerimaan diri maupun kecemasan menghadapi masa depan agar hasil penelitiannya dapat lebih baik dan lebih lengkap lagi.



DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. 2004. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press
- Arijani, E. B. 1998. *Kecemasan dan Kreativitas Pada Anak-Anak. Skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada
- Atkinson, J.W. (1996). *Pengantar Psikologi*. Cetakan ketiga. Jakarta. Erlangga
- Atkinson, R.L., Atkinson, R.C., Hilgard, E.R. 2001. *Pengantar Psikologi*. Jilid Dua. Alih Bahasa : Widjaja Kusuma. Batam : Interaksara.
- Azwar, S. 1997. *Reliabilitas dan Validitas*, edisi ke-3, Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar
- Baumgartner, H., Pieters, R., & Bagozzi, R. P. (2008). Future-oriented emotions: conceptualization and behavioral effects. *European Journal of Social Psychology* 38, 685-696
- Burhan Nurgiyantoro, Gunawan, Marzuki. (2009). *Statistik Terapan*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press
- Cervone, D., dan Lawrence A. P. (2012). *Kepribadian: Teori dan Penelitian*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Ceyhan, A. A & Ceyhan, E. (2010). Investigation of university students' self-acceptance and learned resourcefulness: a longitudinal study. *Springer Science Business Media B.V*, 22 Juli
- Chamberlain, J. M. & Haaga, D. A. F. (2001). Unconditional self-acceptance and psychological health. *Journal of Rational-emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, Vol 19, No. 3
- Chaplin, J.P. 2004. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Cronbach, L.J. 1963. *Educational Psychology*. New York: Harcourt, Brace & World, Inc
- Ghufron, M. Nur & Rinirisnawita. S. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta : Ar-Ruzz Media. Yogyakarta, 2010
- Greenberger, D & Padesky, A.C. (1995). *Manajemen Pikiran*. Bandung :Kaifa.
- Halgin, R.P. & Whitbourne, S. K. (2010). *Psikologi abnormal perspektif klinis pada gangguan psikologis* (Ed. 6). Jakarta: Salemba Humanika
- Hanim, Lailatul M., and Sa'Adatul Ahlas. "Orientasi Masa Depan dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa." *Jurnal Penelitian Psikologi*, vol. 11, no. 1, 2020, pp. 41-48, doi:[10.29080/jpp.v11i1.362](https://doi.org/10.29080/jpp.v11i1.362).

- Hapsari, D. T. 1999. Hubungan Antara Kecemasan Dengan Perilaku Coping Pada Wanita Yang Melahirkan Bayi Prematur. Skripsi (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Universitas Gajah Mada
- Heriyadi, A. (2013). Meningkatkan Penerimaan Diri (Self Acceptance) Siswa Kelas Viii Melalui Konseling Realita Di SMP Negeri 1 Bantarbolang Kabupaten Pemalang Tahun Ajaran 2012/2013. Skripsi Yang Tidak Diterbitkan. Fakultas Ilmu Pendidikan, Jurusan Bimbingan dan Konseling, Univesitas Negeri Semarang.
- Hurlock, E. B. 1972. *Child Development (Fifth Edition)*. USA: Mc. Graw Hill. Inc
- Hurlock, E. B. (1992). *Personality development* (5th Ed). New Delhi: Tata McGraw-Hill Publishing Company Ltd.
- Hurlock, E.B. 1997. *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Alih Bahasa : Istiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.
- Indiyani, Novita Eka., Listiara, Anita. 2006. Efektivitas Metode Pembelajaran Gotong royong (Cooperative Learning) untuk Menurunkan Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Pelajaran Matematika. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro* Vol.3 No. 1, 10-28.
- Jeffers. Susan, 2004. *Dari Kelemahan Menuju Kekuatan, Strategi Mengatasi Kecemasan dan Menjadikannya Sebagai Kekuatan Jiwa*, Tugu Publisher. Yogyakarta.
- Jersild, A.T. 1974. *The Psychology of Adolescent*. New York: The Mc Millan.
- Lazarus, R. 1976. *Pattern of Adjusment and Human Effectiveness*. Tokyo: Mc Graw Hill Kogakusha
- Lindgren. 1979. *Psychology of Personality*. Mc Graw-Hill Companies Inc.
- Macinnes, D. L. (2006). Self-esteem and self-acceptance: an examination into their relationship and their effect on psychological health. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 13, 483-489
- Masril, M., Menhard, M., Zubir, Z., Nusyirwan, N., Hidayat, R., Jefriyanto, J., Sari, M. R., Yusuf, M., & Jonnedi, J. (2021). Persiapan Menghadapi Dunia Kerja bagi Mahasiswa Tingkat Akhir dan Lulusan Baru. *Jurnal Abdidas*, 2(5), 1092–1098. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i5.431>
- Nevid J.S, Rathos S.A, Green E.B, 2005. *Psikologi Abnormal*, jilid I edisi ke-5. Alih Bahasa Tim Fakultas Psikologi UI. Erlangga. Jakarta.
- Norman, W. 1998. *Meredakan Emosi Jiwa*. Penerbit: Yayasan ANDI. Yogyakarta.
- Purwanto, A. S. 2004. Hubungan Antara penerimaan Diri Dengan Kecemasan Psikologis Dalam Menghadapi Masa Pensiun Pada pegawai Bali Pelestarian

Peninggalan Purbakala Yogyakarta. *Naskah Publikasi*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia

- Rochman, Kholil Lur. (2010). *Kesehatan Mental*. Purwokerto: Fajar Media Press.
- Samudi. 2009. Hubungan antara Konsep Diri dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan pada Mahasiswa Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kaim Riau. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Sarafino, Edward P. & Timothy W. Smith. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions (Ed. 7)*. United States of America
- Shaw, M. E. 1971. *Group Dynamics*. New York: Mc Graw-Hill, Inc
- Stuart. 2006. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Sutopo (ed.); 2nd ed.). Alfabeta.
- Taylor, J.A. (1953). “ *A Personality Scale of Manifest Anxiety* “. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 48, 285-190.
- Taylor, S.E. (2009). *Health psychology*. New York: McGraw Hill.
- Wahyudi, A. & Uyun, Q. (2007). *Penerimaan diri dengan kecemasan terhadap masa depan pada remaja panti asuhan*. Yogyakarta : Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
- Wahyuni, E.S. (2013). Hubungan Adversity quotient dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Remaja yang Tinggal di Lingkungan Pondok Sosial (LIPONPES) Wonorejo Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. 2(1), 1-7.
- Wolman, B. B. & Stricker, G. (1994). *Anxiety and related disorders*. New York : John Wiley & Sons, Inc.
- Wulandari, A. R., & Susilawati, L. K. P. . (2016). Peran Penerimaan Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan Di Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(3), 135–144.
- Yusuf, M. (2014). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan* (1st ed.). Prenadamedia Group.
- A Yunita. 2006. Perbedaan Kecemasan Terhadap Malpraktek Dokter di Tinjau Dari Tingkat Pendidikan. *Naskah Publikasi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia
- Zaleski, Z. (1996). Future Anxiety: Concept, Measurement, and Preliminary Research. *Jurnal Psikologi*. 21(2). 165-174.



Lampiran 1
Screening Penelitian

NO	Pernyataan	Ya	Tidak
1.	Saya merasa gelisah ketika memikirkan masa depan	85,9%	14,1%
2.	Saya merasa khawatir terhadap masa depan	90,5%	9,5%
3.	Saya merasa waspada terhadap apa yang akan terjadi dimasa depan	73,7%	26,3%
4.	Saya merasa tidak nyaman ketika sedang membicarakan masa depan	42,9%	57,1%
5.	Saya memiliki pemikiran negatif terhadap masa depan	64,3%	35,7%
6.	Saya merasa panik ketika sedang memikirkan masa depan	55,1%	44,9%
7.	Saya merasa pusing ketika memikirkan masa depan	66,7%	33,3%
8.	Saya cenderung menghindar ketika sedang membicarakan masa depan	39%	61%

Data Scoring Screening

No.	Aitem 1	Aitem 2	Aitem 3	Aitem 4	Aitem 5	Aitem 6	Aitem 7	Aitem 8	Total	Keterangan
1	1	1	0	1	1	1	1	0	6	Cemas
2	1	0	1	0	0	0	0	1	3	Tidak Cemas
3	1	1	0	0	0	1	0	1	4	Tidak Cemas
4	1	1	1	0	1	1	1	0	6	Cemas
5	1	1	1	0	0	0	1	1	5	Cemas
6	0	1	1	0	1	0	0	0	3	Tidak Cemas
7	1	1	0	1	1	1	0	0	5	Cemas
8	0	1	0	1	1	1	1	0	5	Cemas
9	0	0	1	1	0	0	1	0	3	Tidak Cemas
10	1	1	0	1	1	1	1	0	6	Cemas
11	1	1	1	1	0	1	0	1	6	Cemas
12	1	0	1	0	0	1	0	0	3	Tidak Cemas
13	1	1	1	1	1	0	1	1	7	Cemas
14	0	0	1	0	1	1	1	0	4	Tidak Cemas
15	0	1	1	1	1	1	0	0	5	Cemas
16	1	1	1	1	0	1	1	0	6	Cemas
17	1	1	0	1	0	1	1	1	6	Cemas
18	1	1	1	0	1	1	1	0	5	Cemas
19	0	1	0	1	1	0	0	0	3	Tidak Cemas
20	1	1	1	1	0	1	1	0	6	Cemas
21	1	1	1	0	1	0	1	1	6	Cemas
22	1	1	0	1	1	0	1	1	6	Cemas
23	1	0	1	0	0	1	0	1	4	Tidak Cemas
24	1	1	1	0	0	1	1	0	5	Cemas
25	1	0	0	1	0	1	1	1	5	Cemas
26	0	1	0	1	0	0	1	0	3	Tidak Cemas
27	1	1	1	1	1	0	0	1	6	Cemas
28	1	1	1	1	1	1	1	0	7	Cemas
29	1	1	1	0	1	1	1	0	6	Cemas
30	1	1	0	1	1	1	1	0	6	Cemas
31	1	1	0	0	0	0	0	1	3	Tidak Cemas
32	1	0	1	0	1	0	1	0	4	Tidak Cemas
33	1	1	0	1	1	1	1	0	6	Cemas
34	0	0	1	0	1	1	1	1	5	Cemas
35	1	1	0	1	1	1	1	0	6	Cemas
36	1	1	1	0	0	1	1	1	6	Cemas
37	0	1	1	0	0	0	0	0	2	Tidak Cemas
38	0	0	0	1	0	0	0	1	2	Tidak Cemas
39	0	1	1	1	1	0	1	1	6	Cemas
40	1	0	1	0	0	1	0	0	3	Tidak Cemas
41	1	1	1	0	1	0	0	1	5	Cemas
42	0	1	0	0	0	1	1	0	3	Tidak Cemas
43	0	0	1	1	1	0	1	0	4	Tidak Cemas
44	1	1	1	1	1	0	1	0	6	Cemas
45	1	1	0	1	1	0	0	0	4	Tidak Cemas
46	1	1	1	0	1	1	1	1	7	Cemas
47	1	1	1	1	1	1	1	1	8	Cemas
48	1	1	0	0	1	1	0	1	5	Cemas
49	1	1	0	0	0	0	0	0	2	Tidak Cemas
50	1	1	1	1	1	0	1	0	4	Tidak Cemas
51	1	1	1	0	1	0	1	1	6	Cemas
52	1	1	1	1	1	0	1	0	6	Cemas
53	1	1	1	0	1	1	0	1	6	Cemas
54	1	1	1	0	0	0	0	1	4	Tidak Cemas
55	1	1	1	0	1	1	1	0	6	Cemas
56	0	1	1	1	1	1	0	0	5	Cemas
57	1	1	1	1	1	0	1	1	7	Cemas
58	0	0	1	1	0	0	1	0	3	Tidak Cemas
59	1	1	0	0	1	1	0	1	5	Cemas
60	0	1	0	0	0	1	1	0	3	Tidak Cemas
61	1	1	1	1	1	0	1	1	7	Cemas
62	1	1	0	0	1	0	0	1	4	Tidak Cemas
63	1	1	1	0	1	1	1	0	6	Cemas
64	0	0	1	0	0	1	0	0	2	Tidak Cemas
65	1	1	1	0	1	0	0	0	4	Tidak Cemas
66	1	1	1	1	0	0	0	0	4	Tidak Cemas
67	0	0	1	0	1	1	0	1	5	Cemas
68	0	0	0	0	1	1	1	1	4	Tidak Cemas
69	0	1	1	0	0	0	0	0	2	Tidak Cemas
70	1	0	1	1	0	1	1	0	5	Cemas
71	1	1	1	1	0	0	1	0	5	Cemas
72	0	1	0	1	0	0	0	1	3	Tidak Cemas
73	1	1	1	0	0	1	1	1	6	Cemas
74	1	1	1	0	1	1	1	1	7	Cemas

75	1	1	1	0	1	1	1	0	6	Cemas
76	0	1	0	0	1	0	1	0	3	Tidak Cemas
77	0	0	1	0	0	1	0	0	2	Tidak Cemas
78	1	1	0	1	1	0	0	1	5	Cemas
79	1	1	1	0	1	1	1	0	6	Cemas
80	1	1	0	0	1	1	1	1	6	Cemas
81	0	1	1	0	0	1	1	1	5	Cemas
82	0	0	0	1	0	0	1	0	2	Tidak Cemas
83	1	1	1	1	1	0	0	1	6	Cemas
84	1	1	1	1	0	1	0	0	5	Cemas
85	1	1	1	0	1	1	1	0	6	Cemas
86	1	1	1	1	1	1	0	1	7	Cemas
87	1	1	0	0	1	0	1	0	4	Tidak Cemas
88	0	1	0	0	1	1	1	0	4	Tidak Cemas
89	1	1	0	0	0	1	1	1	5	Cemas
90	0	1	0	1	1	0	1	0	4	Tidak Cemas
91	1	1	1	0	1	1	1	0	6	Cemas
92	1	1	1	1	1	0	1	1	6	Cemas
93	1	0	0	0	1	1	0	0	3	Tidak Cemas
94	1	0	1	0	1	1	0	0	4	Tidak Cemas
95	1	1	1	1	0	1	1	0	6	Cemas
96	1	1	0	1	0	0	1	1	5	Cemas
97	1	1	1	1	1	1	1	1	8	Cemas
98	0	0	0	0	1	0	0	0	1	Tidak Cemas
99	0	1	0	0	1	1	0	1	4	Tidak Cemas
100	0	1	1	1	1	1	0	0	5	Cemas
101	0	1	1	0	1	0	1	1	5	Cemas
102	1	1	1	1	0	1	0	1	6	Cemas
103	1	1	1	1	0	0	0	0	4	Tidak Cemas
104	1	1	1	0	1	0	1	0	5	Cemas
105	1	1	0	1	0	1	0	1	5	Cemas
106	1	1	1	0	0	0	0	0	3	Tidak Cemas
107	1	0	0	1	1	1	1	1	6	Cemas
108	0	1	1	0	0	0	1	0	3	Tidak Cemas
109	1	1	0	0	0	1	1	1	5	Cemas
110	1	1	1	1	0	0	0	0	4	Tidak Cemas
111	1	1	1	0	1	1	1	0	6	Cemas
112	1	1	1	1	0	1	1	0	6	Cemas
113	0	1	1	1	1	1	0	1	6	Cemas
114	0	0	1	1	1	1	0	0	4	Tidak Cemas
115	0	1	0	1	1	1	0	0	4	Tidak Cemas
116	0	1	1	1	0	1	1	0	5	Cemas
117	0	1	1	0	0	0	0	0	2	Tidak Cemas
118	1	1	0	0	0	0	1	0	3	Tidak Cemas
119	1	1	1	0	0	1	0	0	4	Tidak Cemas
120	1	1	1	0	1	0	1	1	6	Cemas
121	1	0	0	1	0	1	1	0	5	Tidak Cemas
122	1	1	0	1	1	1	0	1	6	Cemas
123	1	0	1	1	1	1	1	1	7	Cemas
124	1	1	1	1	1	0	1	0	6	Cemas
125	1	1	1	0	1	1	1	0	6	Cemas
126	1	1	1	0	1	0	1	1	6	Cemas
127	1	1	1	1	0	0	0	0	4	Tidak Cemas
128	1	1	1	1	1	0	1	0	6	Cemas
129	1	1	1	0	0	0	1	0	4	Tidak Cemas
130	1	1	1	0	0	1	1	0	5	Cemas
131	0	1	1	0	1	0	1	0	4	Tidak Cemas
132	1	1	1	0	1	1	1	1	7	Cemas
133	1	1	1	1	1	1	1	1	8	Cemas
134	1	1	1	0	1	0	1	1	5	Cemas
135	1	0	1	1	0	1	0	0	4	Tidak Cemas
136	1	1	0	0	0	0	0	0	2	Tidak Cemas
137	0	1	1	0	1	1	1	1	6	Cemas
138	0	1	0	1	1	0	1	0	4	Tidak Cemas
139	1	1	1	1	0	1	1	0	6	Cemas
140	1	1	0	1	0	0	0	1	4	Tidak Cemas
141	1	1	1	1	0	0	1	1	6	Cemas
142	1	0	1	1	0	0	0	0	3	Tidak Cemas
143	1	1	1	0	1	1	1	0	5	Cemas
144	1	1	1	0	0	0	0	0	3	Tidak Cemas
145	0	1	1	0	1	1	1	0	5	Cemas
146	0	1	1	1	1	0	0	0	4	Tidak Cemas
147	0	0	1	1	1	1	1	1	6	Cemas
148	0	0	0	0	0	1	1	0	2	Tidak Cemas

149	0	1	1	0	0	0	1	0	3	Tidak Cemas
150	0	1	1	1	1	1	1	1	6	Cemas
151	0	1	0	0	0	0	1	1	3	Tidak Cemas
152	0	1	0	0	0	0	1	0	2	Tidak Cemas
153	1	1	1	0	1	0	1	0	5	Cemas
154	1	1	0	0	0	0	1	0	3	Tidak Cemas
155	1	0	1	1	1	1	0	1	5	Cemas
156	1	1	1	0	1	1	1	0	6	Cemas
157	1	0	1	0	1	1	0	0	4	Tidak Cemas
158	1	0	1	1	1	1	0	1	6	Cemas
159	0	1	1	0	1	1	1	1	6	Cemas
160	1	1	1	1	1	1	1	0	7	Cemas
161	0	1	1	1	0	0	1	0	4	Tidak Cemas
162	1	1	1	0	1	0	0	1	5	Cemas
163	1	0	0	0	1	0	0	0	2	Tidak Cemas
164	1	1	1	0	1	1	1	0	6	Cemas
165	1	1	1	1	0	0	0	0	4	Tidak Cemas
166	0	1	0	1	0	1	1	1	5	Cemas
167	0	1	1	1	1	0	0	0	4	Tidak Cemas
168	1	1	1	0	1	1	1	0	6	Cemas
169	1	0	1	1	1	0	1	0	5	Cemas
170	1	1	1	1	1	1	0	0	6	Cemas
171	1	1	1	0	0	0	0	1	4	Tidak Cemas
172	1	0	1	1	0	0	1	1	5	Cemas
173	1	1	0	1	1	0	1	1	6	Cemas
174	0	1	0	0	1	1	1	0	4	Tidak Cemas
175	1	1	1	0	1	1	1	0	6	Cemas
176	1	1	1	0	1	0	1	1	6	Cemas
177	1	1	1	1	1	0	1	0	6	Cemas
178	1	1	1	0	1	1	1	1	7	Cemas
179	0	0	0	1	0	0	0	0	1	Tidak Cemas
180	1	1	1	1	1	1	1	0	7	Cemas
181	0	1	0	1	1	1	1	0	5	Cemas
182	1	1	1	1	1	0	0	0	5	Cemas
183	1	1	1	0	1	0	1	1	6	Cemas
184	1	1	1	0	1	0	0	1	5	Cemas
185	0	0	0	0	1	1	0	0	2	Tidak Cemas
186	1	1	1	1	1	1	1	1	8	Cemas
187	1	1	1	1	0	1	1	0	5	Cemas
188	1	1	1	0	1	1	1	0	6	Cemas
189	1	0	1	1	0	1	1	1	6	Cemas
190	1	1	1	0	0	0	1	0	4	Tidak Cemas
191	1	1	1	1	1	0	0	0	5	Cemas
192	1	1	0	1	1	1	0	1	6	Cemas
193	1	1	1	1	1	1	1	1	8	Cemas
194	0	1	0	0	1	0	0	0	2	Tidak Cemas
195	1	1	1	1	1	0	1	0	6	Cemas
196	1	1	1	0	1	1	1	0	6	Cemas
197	1	1	1	0	1	1	1	1	7	Cemas
198	0	1	1	1	0	1	0	0	4	Tidak Cemas
199	1	1	1	1	1	0	0	0	4	Tidak Cemas
200	1	0	1	0	1	1	0	1	5	Cemas
201	1	1	1	0	1	1	1	1	7	Cemas
202	0	1	1	1	0	1	1	1	6	Cemas
203	1	1	1	0	1	1	1	1	6	Cemas
204	0	1	0	0	0	0	1	0	2	Tidak Cemas
205	1	1	1	1	1	1	0	0	6	Cemas
206	1	1	1	1	1	0	1	0	6	Cemas
207	1	1	1	0	1	0	1	1	6	Cemas
208	1	0	1	0	1	1	1	1	6	Cemas
209	0	1	0	1	0	1	1	0	4	Cemas
210	0	0	1	0	1	1	0	0	3	Tidak Cemas
211	0	1	1	0	1	1	1	0	5	Cemas
212	1	1	1	0	1	1	1	1	7	Cemas
213	1	1	0	1	1	0	1	1	6	Cemas
214	1	1	1	1	1	0	0	1	6	Cemas
215	0	1	0	0	0	1	0	0	2	Tidak Cemas
216	1	1	0	0	1	1	1	1	6	Cemas
217	1	1	1	0	1	1	1	0	6	Cemas
218	1	1	1	1	1	0	1	0	6	Cemas
219	1	1	0	1	1	0	0	1	5	Cemas
220	1	1	0	1	1	0	0	0	4	Tidak Cemas
221	1	1	1	0	0	1	1	0	5	Cemas
222	1	1	1	1	1	1	0	0	6	Cemas

Lampiran 2

Skala Penelitian

INFORMASI

Kepada,

Mahasiswa Universitas Medan Area

Perkenalkan saya Khine Bias Gialin, mahasiswa Universitas Medan Area yang saat ini sedang menyusun tugas akhir. Untuk itu, saya memohon bantuan teman-teman untuk bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini dengan mengisi skala penelitian yang terlampir.

Pengisian skala membutuhkan waktu kurang lebih 10 menit. Jawaban-jawaban yang saudara berikan tidak ada yang benar/salah, sehingga saudara tidak perlu ragu saat menjawabnya, jawablah setiap pernyataan sesuai dengan kondisi saudara saat ini. Peneliti menjamin kerahasiaan identitas dan jawaban saudara sesuai dengan kode etik penelitian, dan hanya akan digunakan untuk keperluan penelitian.

Saya mengucapkan terimakasih atas bantuan dan waktu serta ketersediaan yang saudara berikan dalam pengisian skala ini.

PERNYATAAN KETERSEDIAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Usia :

Stambuk :

Menyatakan bahwa saya bersedia untuk mengisi skala yang saya terima dengan suka rela dan tanpa adanya unsur paksaan dan tekanan dari pihak manapun. Semua jawaban dan informasi yang saya berikan dalam penelitian ini adalah yang sebenarnya mengenai diri saya, baik itu yang pernah saya alami maupun yang sedang saya rasakan, sehingga saya tidak dapat menuntut siapapun di kemudian hari mengenai skala yang saya terima saat ini. Saya mengizinkan penggunaan jawaban dan informasi dalam skala ini sebagai data untuk penelitian.

Dengan ini, saya menyatakan:

(SETUJU / TIDAK SETUJU) *coret yang tidak perlu

Untuk terlibat menjadi responden dalam penelitian ini.

Medan, 2023

Yang membuat pernyataan

(.....)

SKALA I

IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

Usia :

Stambuk :

PETUNJUK PENGISIAN SKALA

1. Bacalah setiap pernyataan dengan seksama
2. Temukan pilihan jawaban yang sungguh-sungguh menggambarkan diri anda dengan memberikan tanda centang/ceklis (√) pada pilihan jawaban tersebut

SS = Apabila anda “SANGAT SETUJU” dengan pernyataan tersebut

S = Apabila anda “SETUJU” dengan pernyataan tersebut

TS = Apabila anda “TIDAK SETUJU” dengan pernyataan tersebut

STS = Apabila anda “SANGAT TIDAK SETUJU” dengan pernyataan tersebut

Tidak ada jawaban yang salah, semua jawaban benar selama sesuai dengan kondisi anda.

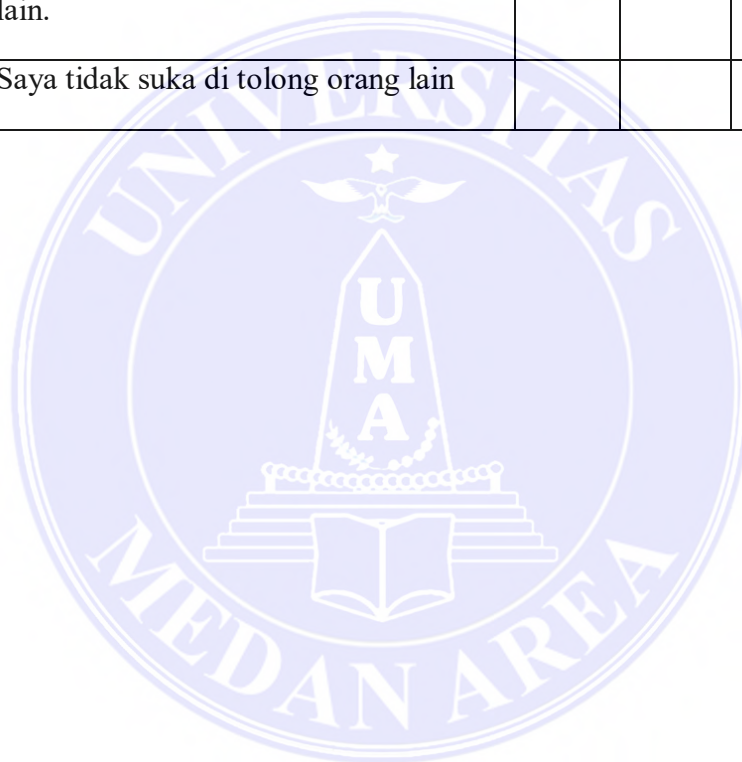
Informasi yang saudara berikan hanya kepentingan penelitian dan dijaga kerahasiaannya. Atas partisipan saya ucapkan terimakasih.

CONTOH :

NO	KETERANGAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya memiliki kesempatan yang sama dengan orang lain.	√			

NO	KETERANGAN	SS	S	TS	STS
1	Saya memiliki kesempatan yang sama dengan orang lain.				
2	Saya mampu menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi.				
3	Saya akan berusaha menyelesaikan segala permasalahan.				
4	Saya suka memperhatikan orang-orang sekitar.				
5	Saya merasa harus terus belajar.				
6	Saya mampu bersaing dengan orang lain.				
7	Keputusan yang saya ambil dapat di pertanggung jawab kan.				
8	Saya suka menolong orang saat berada di lingkungan sosial.				
9	Saya memiliki kekurangan dan kelebihan seperti orang lain.				
10	Kemampuan saya tidak lebih baik dari orang lain.				
11	Saya terus mengulang kesalahan yang sama.				
12	Saya tidak peduli dengan orang lain.				
13	Saya lebih suka mengikuti standar orang lain.				
14	Saya merasa mempunyai kekurangan yang berarti dibandingkan orang lain.				
15	Saya tidak suka jika di kritik oleh orang lain.				
16	Saya tidak memiliki kekurangan apa pun.				

17	Saya bergantung dengan orang lain saat menghadapi masalah.				
18	Saya tidak menyelesaikan akibat dari perilaku saya.				
19	Saya bersikap cuek dengan permasalahan orang lain.				
20	Saya mudah terpengaruh dengan omongan orang lain				
21	Saya merasa lebih pintar dari orang lain.				
22	Saya tidak suka di tolong orang lain				



SKALA II

IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

Usia :

Stambuk :

PETUNJUK PENGISIAN SKALA

1. Bacalah setiap pernyataan dengan seksama

2. Temukan pilihan jawaban yang sungguh-sungguh menggambarkan diri anda dengan memberikan tanda centang/ceklis (√) pada pilihan jawaban tersebut

SS = Apabila anda “SANGAT SETUJU” dengan pernyataan tersebut

S = Apabila anda “SETUJU” dengan pernyataan tersebut

TS = Apabila anda “TIDAK SETUJU” dengan pernyataan tersebut

STS = Apabila anda “SANGAT TIDAK SETUJU” dengan pernyataan tersebut

Tidak ada jawaban yang salah, semua jawaban benar selama sesuai dengan kondisi anda. Informasi yang saudara berikan hanya kepentingan penelitian dan dijaga kerahasiaannya. Atas partisipan saya ucapkan terimakasih.

CONTOH :

NO	KETERANGAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya tidak dapat tidur dengan nyenyak ketika sedang memikirkan masa depan.	√			

NO	KETERANGAN	SS	S	TS	STS
1	Saya tidak dapat tidur dengan nyenyak Ketika sedang memikirkan masa depan.				
2	Sakit kepala saya rasakan ketika sedang memikirkan masa depan.				
3	Saya tidak berkeringat ketika memikirkan masa depan.				
4	Saya tidak merasakan mual ketika sedang memikirkan masa depan.				
5	Nafsu makan saya berkurang ketika sedang memikirkan masa depan.				
6	Saya berkeringat ketika memikirkan masa depan.				
7	Ketika sedang memikirkan masa depan jantung saya tidak berdebar – debar.				
8	Dada saya terasa lega saat ditanya tentang masa depan.				
9	Kepala saya terasa ringan walaupun banyak memikirkan masa depan.				
10	Jantung saya berdebar – debar ketika sedang memikirkan masa depan.				
11	Perut saya mual ketika sedang memikirkan masa depan.				
12	Ketika ditanya tentang masa depan dada saya terasa sesak.				
13	Gelisah saya rasakan ketika membicarakan masa depan.				
14	Saya mengkhawatirkan masa depan.				

15	Saya merasa tidak tenang ketika memikirkan masa depan.				
16	Saya siap menghadapi segala hal yang ada di masa depan.				
17	Saya percaya masa depan akan baik – baik saja.				
18	Saya merasa biasa saja saat memikirkan masa depan.				
19	Hal – hal yang ada di masa depan membuat saya merasa takut.				
20	Saya merasa was – was ketika memikirkan masa depan.				
21	Saya merasa bingung ketika ada yang bertanya tentang masa depan.				
22	Saya bersemangat saat membahas masa depan.				
23	Saya dapat menjawab pertanyaan yang menyangkut masa depan.				
24	Saya tidak mampu dalam mempersiapkan masa depan.				
25	Stress saya rasakan saat memikirkan masa depan.				
26	Saya terbuka ketika membahas masa depan.				
27	Saya merasa biasa saja dengan persoalan masa depan.				
28	Jika ada yang bertanya tentang masa depan membuat saya marah dan tersinggung.				
29	Persoalan masa depan membuat saya tertekan.				

30	Saya merasa percaya diri ketika sedang memikirkan masa depan.				
31	Saya mampu mempersiapkan masa depan dengan baik.				
32	Fokus saya terganggu ketika memikirkan masa depan.				
33	Saya merasa kurang percaya diri ketika memikirkan masa depan.				
34	Saya dapat merencanakan masa depan tanpa merasa panik.				
35	Ketika sedang memikirkan masa depan, saya merasa bersemangat.				
36	Panik saya rasakan saat memikirkan masa depan.				

Lampiran 3

Data Penelitian

Try Out Scoring Penerimaan Diri

No	Aitem 1	Aitem 2	Aitem 3	Aitem 4	Aitem 5	Aitem 6	Aitem 7	Aitem 8	Aitem 9	Aitem 10	Aitem 11	Aitem 12	Aitem 13	Aitem 14	Aitem 15	Aitem 16	Aitem 17	Aitem 18	Aitem 19	Aitem 20	Aitem 21	Aitem 22	Aitem 23	Aitem 24	Aitem 25	Aitem 26	Aitem 27	Aitem 28
1	2	1	2	2	2	2	1	2	1	3	2	1	3	2	4	2	1	3	3	4	3	4	4	3	4	2	3	3
2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	1	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3
3	2	3	1	2	3	3	1	2	2	4	2	2	3	3	3	3	2	4	2	3	2	3	3	3	3	2	2	4
4	1	3	2	1	2	3	1	3	3	3	4	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1	1	1
5	2	3	1	2	1	3	2	2	1	2	4	3	3	4	2	3	2	2	2	3	3	2	4	3	4	3	2	2
6	2	3	3	3	3	3	3	1	1	4	4	2	3	1	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	2	3	2
7	3	3	3	2	4	2	3	2	1	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
8	2	4	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	4	3	3	2	3
9	3	3	2	3	1	3	3	3	4	3	2	3	3	1	3	4	1	4	1	1	3	2	1	4	1	1	4	2
10	3	4	3	3	2	3	3	4	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2
11	2	3	2	1	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	4	4	2	3	2	3	2
12	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3
13	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3
14	1	1	3	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2
15	2	4	3	3	1	4	3	4	1	4	2	4	3	2	4	1	3	2	3	3	2	4	3	2	4	3	3	3
16	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2
17	2	3	2	2	4	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3
18	3	4	2	2	2	3	3	3	1	3	4	1	3	1	3	2	2	2	3	3	1	3	3	1	3	2	3	3
19	2	4	2	1	1	2	2	2	1	3	4	1	2	1	3	2	1	3	2	3	1	2	3	1	4	2	2	4
20	1	4	1	1	2	4	1	1	1	4	1	1	1	2	4	1	1	4	2	1	1	1	4	1	4	1	1	1
21	2	3	2	2	2	4	3	3	2	4	3	3	2	3	3	2	1	2	3	4	2	3	4	1	4	2	3	3
22	2	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	3	3	2	1	3	2	1	2
23	2	4	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	1	2	2
24	2	3	3	2	2	3	2	3	1	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	2	2	2
25	1	3	2	2	1	3	2	3	1	2	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	2	2	2	3
26	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	1	3	3	2	3	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2
27	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2
28	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2
29	3	3	2	2	1	3	2	3	3	3	4	2	3	2	4	3	2	3	3	3	2	3	4	3	4	3	2	2
30	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	1	2	2

Data Penelitian

Try Out Scoring Kecemasan Menghadapi Masa Depan

No	Item 1	Item 2	Item 3	Item 4	Item 5	Item 6	Item 7	Item 8	Item 9	Item 10	Item 11	Item 12	Item 13	Item 14	Item 15	Item 16	Item 17	Item 18	Item 19	Item 20	Item 21	Item 22	Item 23	Item 24	Item 25	Item 26	Item 27	Item 28	Item 29	Item 30	Item 31	Item 32	Item 33	Item 34	Item 35	Item 36	Item 37	Item 38	Item 39	Item 40		
1	4	3	3	3	2	3	3	4	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	2	2	1	4	3	3	4	1	2	3	3	3	2	3			
2	4	3	3	4	2	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	4	2	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	4	2	2		
3	4	3	4	3	2	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	4	2	3	2	3	2	2	4	2	3	4	4	3	2	1	4	2	1	4	2	1	3	2	2	
4	3	1	4	3	2	3	3	3	2	3	4	4	2	3	4	2	3	4	1	1	3	3	2	1	4	1	1	4	4	1	1	2	3	3	2	3	1	4	1	1		
5	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	2	4	2	2	2	3	3	4	4	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	4	3	4	1	2	2	3	3	1	1		
6	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	2	4	4	4	3	2	2	3	1	2	2	2	2	3	2	3	2	2	1	3	3	3	2	2		
7	3	1	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	4	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	4	3	3	
8	2	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	
9	3	4	1	4	1	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4		
10	4	3	2	3	1	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	2	3	4	4	2	3	1	2	2	3	2	1	4	2	3	1	4	4	2	4	1	2	4	1	4		
11	3	3	2	2	2	3	4	3	3	1	2	3	3	2	4	3	2	3	4	3	1	2	1	3	3	1	2	2	1	3	2	2	3	3	3	2	2	4	1	3		
12	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	4	2	3	3	3	2	2	4	3	3	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	
13	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	1	1	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	2	3			
14	3	4	3	4	2	3	2	2	3	3	3	3	1	2	2	4	4	3	4	1	2	3	2	3	2	2	2	3	3	4	1	2	3	2	3	2	3	2	2	3		
15	3	4	2	4	2	4	3	4	4	3	4	4	1	4	3	2	2	3	4	3	1	4	2	3	3	3	2	4	4	1	1	2	4	2	4	3	4	3	2	4		
16	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	4	2	2	4	1	4	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	1	2		
17	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	2	3	2	4	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	1	2	
18	4	3	3	3	2	4	4	3	4	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	2	2	2	1	2	2	3	2	3	2	4	4	2	1	3	4	1		
19	4	2	3	2	2	2	3	1	3	2	3	2	2	3	3	4	2	3	3	4	2	4	2	3	1	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2		
20	3	3	4	1	1	4	1	4	1	4	1	3	1	1	2	4	3	1	3	4	4	4	1	4	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
21	2	3	3	2	2	3	3	3	4	3	2	2	3	2	4	2	3	2	2	3	4	2	3	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	3	1	3	1	1			
22	2	3	3	2	2	4	2	4	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	1	2	3	3	2	2	2	1	2	4	2	3	1	2	3	1	2	2	2	3	2	2		
23	1	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	1	1	2	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	
24	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	1	1	1	2	1	1	1	4	3	2	2	3	2	3	2	3	2	4	2	2	
25	3	3	2	3	2	4	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	1	1	1	2	1	2	4	3	2	3	2	3	2	3	2	1	4	1	1
26	3	3	3	2	2	3	2	4	1	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	1	
27	3	3	2	4	2	3	4	4	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	
28	4	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	
29	4	4	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	1	4	4	3	3	2	3	2	2	2	1	3	3	3	1	2	2	2	2	1	4	2	3		
30	4	4	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	4	2	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	4	3	3

Data Penelitian

Scoring Penerimaan Diri

No.	Aitem 1	Aitem 2	Aitem 3	Aitem 4	Aitem 5	Aitem 6	Aitem 7	Aitem 8	Aitem 9	Aitem 10	Aitem 11	Aitem 12	Aitem 13	Aitem 14	Aitem 15	Aitem 16	Aitem 17	Aitem 18	Aitem 19	Aitem 20	Aitem 21	Aitem 22
1	4	3	4	4	4	3	3	3	4	2	3	3	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4
2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3
4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
5	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3
6	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3
7	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	2	3	4	3	4	4	4	4	3
8	4	4	3	3	4	3	3	3	4	2	1	3	4	2	4	4	4	4	3	3	3	3
9	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
11	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4
12	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	2	4	4
13	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4
14	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4
15	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
16	4	3	4	3	4	3	3	4	4	2	2	4	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4
17	2	2	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	1	2	2	4	2	3	3	2	3	3
18	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3
19	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	2	4	4	2	3	4	4	4	4	2	3	3
20	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	4
21	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
22	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	1	4	3	1	1	4	4	3	4	4	1
23	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
24	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3
25	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	2	4	3	3
26	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4
27	4	4	3	4	4	4	4	4	4	1	4	4	3	1	1	3	3	3	4	2	2	4
28	2	3	3	3	3	2	3	2	4	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
29	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4
30	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4
31	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
32	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
33	4	3	4	4	1	3	4	4	4	2	3	4	3	2	4	4	3	4	3	4	4	4
34	4	3	4	4	3	2	4	4	4	1	3	4	4	2	3	4	4	3	4	2	3	4
35	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	2	3	4	4	3	4	3	3	2	4
36	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
37	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
38	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	2	4	3	2	3	4	2	3	3	3	4	4
39	2	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	2	4	3	3	3	3	2	4
40	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
41	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
42	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	2	3	4	4
43	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	2	4	4	3	3	2	4	3	4
44	1	4	4	3	2	2	3	2	1	3	1	1	1	3	3	1	1	2	3	3	3	3
45	4	4	4	3	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	2	1	2
46	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4
47	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3
48	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
49	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
50	4	4	4	4	4	4	4	4	3	1	3	4	4	3	2	4	4	3	3	1	4	4
51	2	3	2	1	3	2	3	4	2	4	2	4	3	2	2	3	2	3	3	2	1	2
52	3	1	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	1	3	2	2	3	3	3	2	3	3
53	1	3	2	2	3	3	4	4	3	4	3	2	3	1	2	3	3	1	3	2	2	2
54	2	4	2	2	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	1	2	3	4	1	2	2	2
55	2	4	3	2	4	3	2	3	2	4	3	2	2	3	1	3	3	3	3	2	2	2

56	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	1	2	3	3	3	2	3	2
57	1	3	2	2	2	2	3	3	2	4	3	2	2	2	1	3	4	3	4	1	1	2
58	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	1	2	3	3	3	2	1	3
59	2	4	2	2	4	2	3	4	3	2	2	2	1	3	1	3	2	3	2	1	1	
60	1	3	1	1	4	3	4	4	2	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3
61	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	2	2
62	1	4		1	3	4	3	4	2	4	1	4	3	3	2	2	4	2	4	2	2	3
63	2	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	2	3	2
64	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	4	2	3	3	3	2	3	3	3	2	1	3
65	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2
66	1	3	2	1	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	1	2	2
67	2	4	2	2	4	4	4	3	2	3	2	3	4	4	3	2	4	3	3	2	2	4
68	2	4	2	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	1	4	3	4	2	3	3
69	2	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	1	2	3
70	3	4	3	3	4	3	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	2	3	3	2
71	2	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2
72	2	4	3	2	4	3	4	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	1	3	2	3	2
73	1	1	2	1	2	3	2	3	2	2	2	2	4	2	2	3	1	2	1	1	1	2
74	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	1	4	3	3	2
75	1	3	3	1	4	4	3	3	3	3	2	3	4	3	1	3	4	1	3	2	3	2
76	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	1	3	3	1	3	3	2	2
77	1	3	3	2	3	3	2	2	3	4	2	2	3	4	1	3	3	1	2	3	2	2
78	1	3	3	2	4	3	3	2	2	3	3	3	3	4	1	3	4	1	2	2	2	2
79	1	4	2	3	3	2	4	3	3	4	3	4	3	4	1	3	3	1	2	2	2	3
80	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	1	2
81	2	1	2	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	2	4	2	3	2	2	4
82	2	4	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2
83	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
84	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2
85	1	1	1	1	2	1	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2
86	1	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2
87	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	2
88	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3
89	2	4	1	3	2	4	2	1	1	3	2	4	3	2	4	4	1	2	2	3	2	2
90	1	3	2	2	3	2	3	2	1	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
91	2	4	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	1	2	2
92	1	1	2	2	3	3	3	2	3	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2
93	2	3	1	2	2	3	3	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	1	1	2
94	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2
95	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2
96	1	3	3	2	4	4	3	1	1	3	2	3	4	2	2	3	2	1	4	2	1	3
97	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3
98	1	3	2	2	3	2	2	3	2	3	1	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2
99	2	4	1	1	3	1	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3
100	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2
101	1	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2
102	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2
103	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2
104	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	2	3	4	4	3	3	2	3
105	2	3	2	1	4	2	4	4	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3
106	2	3	2	1	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	4	3	2	2	1	2	2
107	2	4	2	2	4	3	4	3	2	3	2	2	3	3	2	3	4	3	4	2	2	2
108	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4
109	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	1	4	3	3	4	3	3	4
110	2	4	3	2	4	4	3	3	2	2	3	2	4	3	3	4	3	3	4	2	2	4

Data Penelitian

Scoring Kecemasan Menghadapi Masa Depan

1	4	3	2	3	3	2	3	4	4	3	2	3	3	4	4	3	2	3	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	1	2	3	2	3	4	2				
2	3	1	1	1	4	1	1	2	1	3	4	3	2	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
3	2	2	1	1	2	2	1	3	2	1	1	1	1	1	3	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	3		
4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3		
5	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	4			
6	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2			
7	2	1	3	4	1	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	1	3	3	2	2	2	3	3	1	2	1	1	3	2	1	1	2	3	3	1			
8	4	4	1	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	1	1	2	3	3	3	2	2	2	3	1	1	3	4	3	3	3	2	2	2	3			
9	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3			
10	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2			
11	4	2	1	1	2	2	4	3	2	4	1	1	1	1	2	2	1	3	3	1	1	2	3	2	3	1	3	2	2	2	2	1	2	1	3	3	1		
12	3	3	3	4	1	1	1	3	3	1	3	1	1	1	3	2	1	3	2	4	2	4	2	3	1	1	1	1	1	2	2	1	3	3	4	4	4		
13	4	4	4	4	2	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	2	2	3		
14	3	2	1	1	3	1	2	3	3	2	2	1	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	4	2	2	2	3	2	2	2	3		
15	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	1	2	1	2	4	4	1	3	3	1	2	2	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4			
16	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3			
17	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	4			
18	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3			
19	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	2	3	4	3	1	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3			
20	3	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
21	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	1	4	4	4			
22	4	4	4	4	4	1	4	4	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
23	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
24	4	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3		
25	2	3	2	2	4	2	2	3	3	2	2	3	3	4	4	1	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2		
26	3	2	2	1	2	1	2	3	3	2	1	2	2	3	2	2	1	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	1	3	2	2	3	2	2		
27	3	3	2	1	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	1	3	2	2	3	4			
28	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	1	2	3	2	2	3	2	3	2		
29	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	3	1	1	4	4	1	1	4	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	1	1	4	4	4	1	4	4	4		
30	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	
31	3	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	
32	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
33	2	2	2	1	3	1	2	3	1	1	1	1	2	3	3	1	1	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3		
34	4	4	2	2	3	3	3	4	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
35	3	2	4	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	3	1	2	2	2	2	2	3	4	
36	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
37	4	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	1	1	3	2	3	1	1	2	2	3	2	2	2	2		
38	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	2	2	2	2	3	4	1	3	3	3	3	3	4	2	3	3		
39	3	1	3	2	2	3	3	3	2	2	4	1	2	2	3	1	1	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	1	1	1	2	3	2	2	2	3	
40	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3		
41	4	4	1	1	4	1	1	1	1	4	2	1	1	4	4	2	1	1	4	4	4	1	1	4	1	4	4	1	2	4	1	1	1	1	1	1	4	4	
42	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	
43	4	4	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	1	3	4	3	3	2	2	2	3	2	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	4		
44	1	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	4	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	3	3	2	2	3		
45	4	3	3	2	3	2	2	1	1	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	4	4	4	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	
46	4	1	2	3	2	1	2	2	2	1	1	1	1	3	1	1	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	
47	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	4	3	3	3	3	2	2	1	3	3	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2		
48	2	3	2	4	2	3	4	2	1	1	2	1	2	3	3	1	3	3	4	4	4	3	3	4	1	2	2	4	4	2	2	3	2	2	1	2	2		
49	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	
50	4	4	3	1	3	3	2	4	4	3	1	3	2	4	4	1	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	2	3	4	4	3	
51	2	4	2	3	4	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	4	1	3	2	3	4	2	3	2	1	4	3	3		
52	3	4	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	1	2	2	2	2	2	3	2	4	2	2	3	4	1	4	2	3	4	2	3	4	2	3
53	2	4	3	2	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	1	3	2	2	2	2	3																	

56	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	4	2	2					
57	3	3	4	2	4	2	2	3	1	4	1	3	3	3	1	2	4	3	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3				
58	3	2	4	3	2	4	1	4	3	4	1	1	3	3	1	1	4	3	4	4	4	1	4	2	2	1	1	1	1	2	3	1	3	1	3					
59	3	1	3	3	3	4	3	2	2	3	2	2	3	1	2	4	4	4	4	3	4	4	3	3	1	1	2	2	1	4	2	1	4	1	3					
60	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	1	2	4	4	4	4	1	4	3	3	1	4	1	2	4	1	3	1	3	1	2					
61	1	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	4	3	1				
62	2	3	2	3	2	3	3	4	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	4	3	3	3					
63	1	2	2	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	3	2	1	3	2	2	2	3	3	1	1	2	3	4	3	3				
64	4	2	4	3	2	4	1	3	3	4	1	2	2	1	1	1	3	3	4	3	2	1	3	3	2	1	1	1	1	2	4	1	1	4	3	2				
65	4	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	4	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	4	3	3	3				
66	4	1	4	2	3	3	4	1	2	3	1	2	2	4	1	1	2	4	4	4	4	2	3	1	3	1	4	3	3	3	4	2	1	3	1	4	3	1		
67	1	1	3	3	3	2	2	3	2	4	2	1	2	4	2	1	4	3	1	4	3	4	2	3	3	3	3	4	3	4	2	3	1	3	4	3	3			
68	2	3	2	4	3	4	2	3	2	4	3	1	3	4	1	2	2	4	2	3	1	4	3	3	1	1	4	1	4	3	3	2	1	3	4	3	3			
69	2	2	3	3	3	4	2	2	1	2	2	3	3	1	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	2	3	2	2	3	4	2	2			
70	3	3	2	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	4	2	2	2	1	1	2	2	2	3	1	4	1	4	4	1	2	4	2	4	3	4	3	3			
71	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	4	1	3	4	2	3	3	3	4	2	2	4	3	2	4	3	3	2	4	3	3	4	3	3			
72	3	1	4	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	4	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	2			
73	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	1	2	2	2	4	3	4	2	3	3	3	2	2			
74	3	3	2	2	2	1	4	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	1	3	2	3	4	1	4	3	3	3	2	3			
75	2	3	2	4	3	3	1	3	2	3	1	2	2	2	1	4	3	3	4	4	3	2	4	3	3	2	3	1	2	4	1	4	1	1	3	3	4			
76	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	2	2	3	2	2	2	3	4	4	3	2	2	1	3	2	2	4	3	1	4	2	4	4			
77	1	3	3	2	2	3	2	2	1	3	1	2	1	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	1	2	3	2	4	2	2	4	3	4	3	4			
78	2	2	3	2	3	3	3	1	2	2	2	3	1	1	3	1	3	4	2	3	2	3	2	3	2	1	4	1	1	3	2	2	3	2	2	3	4	2	3	
79	4	2	3	3	3	3	2	1	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	4	1	2	2			
80	4	4	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	1	2	1	2	2	3	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	3	2	1	2	2	2	3	4	3	3		
81	2	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	1	2	4	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	4	2	2	3	3	3	3	2	2		
82	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3		
83	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	4	2	2	3	2	3	3	3	4		
84	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	2	4	2	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	4	2	2	3	2	2	3	3	2		
85	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	2	2	3	1	2	4	3	2	3	2	3	2	3	4	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	
86	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	4	3	2	1	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	1	2	3	3	4	3	1	2	1	4	2	3	3	2		
87	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	4	4	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	4	4	1	1	4	4	4	2	4	3	2	3	2	3	2	2	
88	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	4	2	4	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	4	4	
89	3	4	3	2	4	3	2	1	2	2	2	4	1	3	1	4	2	2	1	1	2	3	4	1	3	4	1	4	3	1	3	4	2	1	2	4	3	3		
90	2	4	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	1	2	3	3	2	3	2	3	4	2	3	2	4	2	3	4	3	2	2	3	2	4	4	2		
91	2	4	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	1	3	4	2	3	4	2	3	4	2	3	2	4	2	4	3	2	2	2	3	3	2	4	4	2		
92	3	2	3	3	4	4	3	2	2	3	2	3	2	2	1	2	4	2	3	3	3	3	2	2	1	3	4	3	2	1	3	2	2	4	4	4	4	4		
93	1	1	4	2	3	2	4	1	2	2	2	1	3	2	2	2	1	3	4	3	4	3	3	1	1	1	4	3	1	2	1	1	4	1	4	3	3	3		
94	3	3	2	3	3	3	3	4	2	4	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	3	2	3	1	1	4	2	2	1	2	3	3	2	4	3	2	4	3	2	
95	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	4	3	3	2	2	2	2	3	3	4	2	3	3		
96	3	1	4	2	3	2	4	4	1	4	1	2	2	1	2	1	1	1	3	2	4	4	3	2	1	4	1	1	1	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	4
97	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	4	1	
98	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	1	3	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	
99	1	3	2	3	2	3	2	1	3	3	2	3	3	2	2	2	4	3	4	4	3	4	3	3	2	3	1	2	2	1	2	3	1	3	2	1	3	2	1	
100	4	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	1	3	2	2	3	2	2	2	4	3	3	3		
101	4	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	2	3	2	2	2	2	4	3	3	3	3		
102	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	4	3	2	2	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	
103	3	1	3	2	3	2	3	2	2	3	4	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3		
104	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	4	2	3	2	3	
105	2	3	3	2	3	3	2	2	3	4	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	
106	1	3	3	2	3	3	3	2	1	2	1	2	3	2	1	1	2	2	2	4	1	3	3	4	1	3	2	1	3	2	2	2	3	3	1	3	2	1	3	
107	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	4	2	2	2	2	2	3	1	4	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2											

Lampiran 4

Uji Validitas dan Reliabilitas

Reliability

Scale: PENERIMAAN DIRI

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.861	28

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
PD1	3.36	.802	30
PD2	3.50	.544	30
PD3	3.58	.499	30
PD4	3.36	.598	30
PD5	3.06	.767	30
PD6	3.46	.734	30
PD7	3.42	.575	30
PD8	3.30	.614	30
PD9	3.42	.499	30
PD10	3.42	.499	30
PD11	3.54	.579	30
PD12	3.30	.707	30
PD13	3.62	.635	30
PD14	1.58	.785	30
PD15	2.54	.952	30
PD16	2.80	.904	30
PD17	2.06	.998	30
PD18	3.14	1.069	30
PD19	3.16	1.037	30
PD20	2.84	.934	30
PD21	2.96	.968	30
PD22	3.36	1.005	30
PD23	3.08	.944	30
PD24	3.20	.857	30
PD25	2.92	.922	30
PD26	3.02	.958	30
PD27	3.16	.912	30
PD28	3.34	.895	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
PD1	84.14	102.368	.386	.857
PD2	84.00	105.143	.344	.859
PD3	83.92	105.422	.352	.859
PD4	84.14	105.470	.281	.860
PD5	84.44	107.068	.102	.865
PD6	84.04	103.386	.358	.858
PD7	84.08	106.320	.222	.861
PD8	84.20	104.327	.364	.858
PD9	84.08	106.034	.291	.860
PD10	84.08	105.749	.320	.859
PD11	83.96	103.631	.450	.856
PD12	84.20	106.857	.131	.863
PD13	83.88	103.169	.442	.856
PD14	85.92	109.667	-.061	.869
PD15	84.96	100.978	.386	.857
PD16	84.70	99.929	.472	.855
PD17	85.44	120.537	-.559	.888
PD18	84.36	95.296	.615	.849
PD19	84.34	94.882	.659	.848
PD20	84.66	97.739	.578	.851
PD21	84.54	97.845	.548	.852
PD22	84.14	96.245	.609	.850
PD23	84.42	94.902	.733	.846
PD24	84.30	96.622	.707	.847
PD25	84.58	98.412	.547	.852
PD26	84.48	97.398	.580	.851
PD27	84.34	96.351	.676	.848
PD28	84.16	97.933	.595	.851

jumlah item valid 22

SETELAH UJI COBA

Scale: PENERIMAAN DIRI

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	110	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	110	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.861	22

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
PD1	3.36	.802	110
PD2	3.50	.544	110
PD3	3.58	.499	110
PD4	3.36	.598	110
PD6	3.46	.734	110
PD8	3.30	.614	110
PD10	3.42	.499	110
PD11	3.54	.579	110
PD13	3.62	.635	110
PD15	2.54	.952	110
PD16	2.80	.904	110
PD18	3.14	1.069	110
PD19	3.16	1.037	110
PD20	2.84	.934	110
PD21	2.96	.968	110
PD22	3.36	1.005	110
PD23	3.08	.944	110
PD24	3.20	.857	110
PD25	2.92	.922	110
PD26	3.02	.958	110
PD27	3.16	.912	110
PD28	3.34	.895	110

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
PD1	84.14	102.368	.386	.857
PD2	84.00	105.143	.344	.859
PD3	83.92	105.422	.352	.859
PD4	84.14	105.470	.381	.860
PD6	84.04	103.386	.358	.858
PD8	84.20	104.327	.364	.858
PD10	84.08	105.749	.320	.859
PD11	83.96	103.631	.450	.856
PD13	83.88	103.169	.442	.856
PD15	84.96	100.978	.386	.857
PD16	84.70	99.929	.472	.855
PD18	84.36	95.296	.615	.849
PD19	84.34	94.882	.659	.848
PD20	84.66	97.739	.578	.851
PD21	84.54	97.845	.548	.852
PD22	84.14	96.245	.609	.850
PD23	84.42	94.902	.733	.846
PD24	84.30	96.622	.707	.847
PD25	84.58	98.412	.547	.852
PD26	84.48	97.398	.580	.851
PD27	84.34	96.351	.676	.848
PD28	84.16	97.933	.595	.851

$$22 \times 4 + 22 \times 1 / 2 = 55$$

Reliability

Scale: KECEMASAN MENGHADAP MASA DEPAN

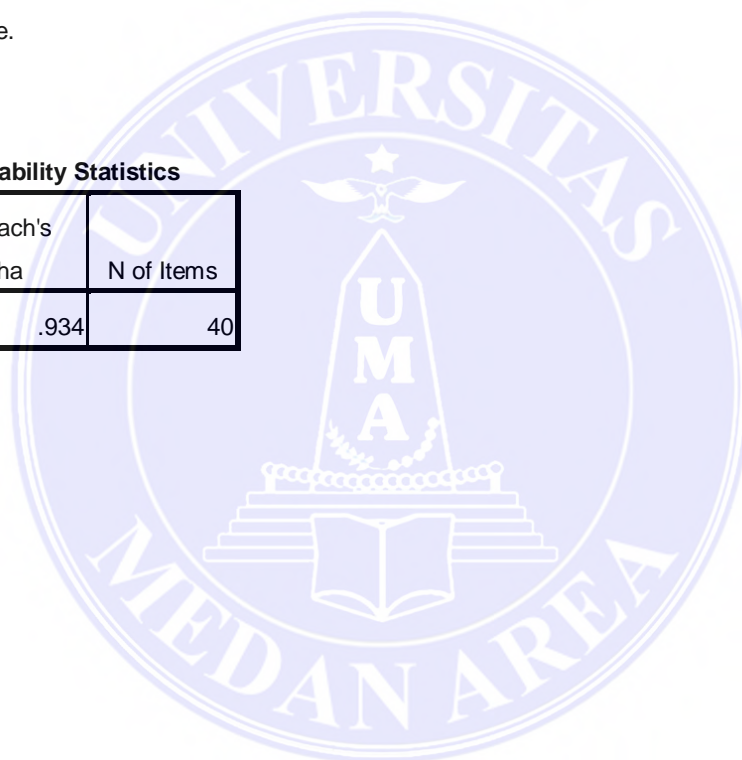
Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.934	40



Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
KM1	2.96	.968	30
KM2	2.70	.995	30
KM3	2.48	.931	30
KM4	2.46	1.073	30
KM5	2.32	1.019	30
KM6	2.64	.898	30
KM7	2.28	.927	30
KM8	2.52	.886	30
KM9	2.82	.850	30
KM10	2.56	.951	30
KM11	2.58	.992	30
KM12	2.26	.965	30
KM13	3.02	.845	30
KM14	2.30	1.015	30
KM15	2.46	.952	30
KM16	3.10	.789	30
KM17	2.78	.932	30
KM18	1.68	.794	30
KM19	1.74	.828	30
KM20	2.80	.833	30
KM21	2.68	1.019	30
KM22	2.82	.962	30
KM23	2.62	.987	30
KM24	2.38	.901	30
KM25	2.88	.895	30
KM26	2.34	.872	30
KM27	2.10	.931	30
KM28	2.48	1.035	30
KM29	2.08	.944	30
KM30	2.68	.844	30
KM31	1.90	.886	30
KM32	2.40	1.010	30
KM33	2.50	.931	30

KM34	1.90	.863	30
KM35	2.28	.948	30
KM36	2.54	.973	30
KM37	2.16	.889	30
KM38	2.26	.876	30
KM39	2.34	.939	30
KM40	2.58	1.032	30



Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
KM1	95.42	368.983	.491	.932
KM2	95.68	364.549	.596	.931
KM3	95.90	374.541	.355	.933
KM4	95.92	373.381	.330	.934
KM5	96.06	385.894	.032	.937
KM6	95.74	368.768	.540	.932
KM7	96.10	365.153	.626	.931
KM8	95.86	392.368	-.141	.937
KM9	95.56	371.313	.494	.932
KM10	95.82	371.498	.431	.933
KM11	95.80	364.245	.607	.931
KM12	96.12	367.291	.540	.932
KM13	95.36	387.868	-.011	.936
KM14	96.08	361.912	.654	.931
KM15	95.92	363.096	.667	.931
KM16	95.28	366.206	.708	.931
KM17	95.60	359.224	.795	.930
KM18	96.70	381.194	.206	.934
KM19	96.64	370.643	.529	.932
KM20	95.58	368.861	.583	.932
KM21	95.70	362.622	.632	.931
KM22	95.56	360.823	.723	.930
KM23	95.76	362.104	.668	.931
KM24	96.00	364.408	.668	.931
KM25	95.50	372.704	.225	.933
KM26	96.04	368.978	.551	.932
KM27	96.28	374.328	.361	.933
KM28	95.90	360.541	.677	.930
KM29	96.30	367.806	.539	.932
KM30	95.70	367.806	.608	.931
KM31	96.48	373.438	.408	.933

KM32	95.98	357.857	.767	.930
KM33	95.88	377.373	.275	.934
KM34	96.48	376.051	.341	.934
KM35	96.10	365.888	.590	.931
KM36	95.84	366.749	.550	.932
KM37	96.22	373.236	.413	.933
KM38	96.12	372.557	.440	.933
KM39	96.04	374.611	.250	.934
KM40	95.80	359.469	.707	.930

Item valid 36



SETELAH UJI COBA

Reliability

Scale: KECEMASAN MENGHADAP MASA DEPAN

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	110	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	110	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.939	36

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
KM1	2.96	.968	110
KM2	2.70	.995	110
KM3	2.48	.931	110
KM4	2.46	1.073	110
KM6	2.64	.898	110
KM7	2.28	.927	110
KM8	2.52	.886	110
KM9	2.82	.850	110
KM10	2.56	.951	110
KM11	2.58	.992	110
KM12	2.26	.965	110
KM14	2.30	1.015	110
KM15	2.46	.952	110
KM16	3.10	.789	110
KM17	2.78	.932	110
KM18	1.68	.794	110
KM19	1.74	.828	110
KM20	2.80	.833	110
KM21	2.68	1.019	110
KM22	2.82	.962	110
KM23	2.62	.987	110
KM24	2.38	.901	110
KM26	2.34	.872	110
KM27	2.10	.931	110
KM28	2.48	1.035	110
KM29	2.08	.944	110
KM30	2.68	.844	110
KM31	1.90	.886	110
KM32	2.40	1.010	110
KM33	2.50	.931	110
KM34	1.90	.863	110
KM35	2.28	.948	110
KM36	2.54	.973	110

KM37	2.16	.889	110
KM38	2.26	.876	110
KM40	2.58	1.032	110



Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
KM1	84.86	340.286	.479	.938
KM2	85.12	335.904	.587	.936
KM3	85.34	344.964	.361	.939
KM4	85.36	344.929	.307	.939
KM6	85.18	339.620	.540	.937
KM7	85.54	335.927	.634	.936
KM8	85.30	363.031	.363	.943
KM9	85.00	342.694	.474	.938
KM10	85.26	343.298	.400	.938
KM11	85.24	335.370	.605	.936
KM12	85.56	337.272	.567	.937
KM14	85.52	332.622	.666	.936
KM15	85.36	333.541	.686	.936
KM16	84.72	337.593	.693	.936
KM17	85.04	330.447	.797	.935
KM18	86.14	351.143	.220	.939
KM19	86.08	341.259	.535	.937
KM20	85.02	340.796	.547	.937
KM21	85.14	333.551	.637	.936
KM22	85.00	331.714	.732	.935
KM23	85.20	332.490	.690	.935
KM24	85.44	335.762	.658	.936
KM26	85.48	340.949	.516	.937
KM27	85.72	343.593	.401	.938
KM28	85.34	331.413	.686	.935
KM29	85.74	338.278	.551	.937
KM30	85.14	339.266	.590	.937
KM31	85.92	343.259	.434	.938
KM32	85.42	328.371	.790	.934
KM33	85.32	348.426	.259	.939
KM34	85.92	346.075	.358	.938

KM35	85.54	335.723	.624	.936
KM36	85.28	336.451	.586	.936
KM37	85.66	343.617	.422	.938
KM38	85.56	343.925	.419	.938
KM40	85.24	330.431	.715	.935

$$40-4 = 36 \times 4 + 36 \times 1 / 2 = 90$$



Lampiran 5

Hasil Analisis Data

NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		penerimaan dir	kecemasan masa depan
N		110	110
Normal Parameters ^a	Mean	40.66	105.74
	Std. Deviation	10.573	10.392
Most Extreme Differences	Absolute	.115	.091
	Positive	.055	.050
	Negative	-.115	-.091
Kolmogorov-Smirnov Z		.814	.647
Asymp. Sig. (2-tailed)		.522	.797
a. Test distribution is Normal.			

Means

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
kecemasan masa depan *						
penerimaan dir	50	100.0%	0	.0%	50	100.0%

Report

kecemasan masa depan

penerimaan diri	Mean	N	Std. Deviation
49	117.33	3	8.083
50	105.00	1	.
53	90.00	1	.
56	104.00	1	.
58	96.50	2	20.506
60	94.00	1	.
63	92.33	3	2.517
64	73.00	1	.
65	82.50	2	2.121
67	87.00	1	.
68	106.50	2	3.536
70	103.00	3	18.520
71	92.67	3	5.774
72	95.75	4	8.539
73	103.50	2	14.849
75	105.67	3	19.399
76	108.50	4	3.697
77	92.00	1	.
78	105.00	1	.
79	92.50	2	2.121
80	97.00	1	.
81	109.00	1	.
84	97.00	1	.
86	80.00	3	20.151
87	96.00	1	.
88	92.50	2	14.790
Total	105.74	50	10.392

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
kecemasan masa depan * penerimaan dir	Between Groups	(Combined)	9426.203	25	377.048	1.266	.283
		Linearity	2806.112	1	2806.112	9.420	.005
		Deviation from Linearity	6620.091	24	275.837	.926	.574
	Within Groups		7149.417	24	297.892		
	Total		16575.620	49			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
kecemasan masa depan * penerimaan dir	-.511	.261	.754	.569


Correlations

Correlations

		penerimaan dir	kecemasan masa depan
penerimaan dir	Pearson Correlation	1	-.511**
	Sig. (2-tailed)		.003
	N	50	50
kecemasan masa depan	Pearson Correlation	-.511**	1
	Sig. (2-tailed)	.003	
	N	50	50

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).





UNIVERSITAS MEDAN AREA

FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 1867/FPSI/01.10/VII/2023 29 Juli 2023
Lampiran : -
Hal : **Penelitian**

Yth. Bapak/Ibu Wakil Rektor Bidang Pengembangan SDM dan Administrasi Keuangan Universitas Medan Area
di
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : **Khine Bias Gialin**
NPM : **198600160**
Program Studi : **Ilmu Psikologi**
Fakultas : **Psikologi**


untuk melaksanakan pengambilan data di **Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, Jl. Kolam Nomor 1 Medan Estate / Jl. Gedung PBSI, Medan 20223** guna penyusunan skripsi yang berjudul **"Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Pada Mahasiswa Akhir Fakultas Psikologi Di Universitas Medan Area"**.

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak/Ibu dapat mengeluarkan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada Universitas yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.


An. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Pendidikan, Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat




Laila Alita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan

- Mahasiswa Ybs
- Arsip





UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor	: 1428/UMA/B/01.7/VIII/2023	03 Agustus 2023
Lamp.	: 1 (satu) Berkas	
Hal	: Izin Penelitian Dan Pengambilan Data	

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area
di - M e d a n


Dengan hormat,

Sesuai dengan surat Wakil Dekan Bidang Pendidikan, Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, Fakultas Psikologi Universitas Medan Area nomor 1867/FPSI/01.10/VII/2023 tertanggal 29 Juli 2023 perihal Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data Tugas Akhir di Universitas Medan Area oleh mahasiswa :

Nama : Khine Bias Gialin
No. Pokok Mahasiswa : 198600160
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi


Pada prinsipnya disetujui yang bersangkutan melaksanakan pengambilan data di Lingkungan Universitas Medan Area, untuk menunjang tugas akhir dengan judul Skripsi **“Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Pada Mahasiswa Akhir Fakultas Psikologi Di Universitas Medan Area.”** Dengan tetap mengikuti protokol Covid-19.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.



Wakil Rektor Bidang Pengembangan
SAM dan Administrasi Keuangan,
Suswati.,MP

Tembusan :
1. Mahasiswa Ybs
2. File





UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 1512/UMA/B/01.7/VIII/2023

Rektor Universitas Medan Area dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Khine Bias Gialin
No. Pokok Mahasiswa : 198600160
Fakultas : Psikologi

Benar telah selesai Pengambilan Data di Universitas Medan Area pada tanggal 31 Juli sd 02 Agustus 2023 dengan Judul skripsi judul “Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Pada Mahasiswa Akhir Fakultas Psikologi Di Universitas Medan Area”.

Dan kami harapkan Data tersebut kiranya dapat membantu yang bersangkutan dalam penyusunan skripsi dan dapat bermanfaat bagi mahasiswa khususnya Fakultas Psikologi.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dapat digunakan seperlunya.

Medan, 22 Agustus 2023.

An Rektor,

Wakil Rektor Bidang Pengembangan SDM dan
Administrasi Keuangan, A



Dr. Ir. Suswati, MP

Tembusan :

- Mahasiswa Ybs
- File

