

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA  
DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI PERNIKAHAN  
PADA MAHASISWA USIA DEWASA AWAL DI FAKULTAS  
PSIKOLOGI UNISSULA**

Untuk memenuhi sebagian persyaratan  
memperoleh derajat Sarjana Psikologi



**Dosen Pembimbing :**

**Falasifatul Falah, S.Psi., MA**

Disusun oleh:

**Muhammad Wildan Ilhami**

**(30702000134)**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG**

**2024**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kecemasan dalam  
Menghadapi Pernikahan Pada Mahasiswa Usia Dewasa Awal Di Fakultas  
Psikologi UNISSULA**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

**Muhammad Wildan Ilhami**  
30702000134

Telah disetujui dan dipertahankan di depan Dewan Penguji guna memenuhi  
persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing

Tanggal

  
Falasifatul Falah, S.Psi., MA

22 Agustus 2024

Semarang 22 Agustus 2024

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung Semarang

  
Dr. Joko Juncoro, S.Psi., M.Si

NIK. 210799001

HALAMAN PENGESAHAN

**Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kecemasan Dalam  
Menghadapi Pernikahan pada Mahasiswa Usia Dewasa Awal Di  
Fakultas Psikologi UNISSULA**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

**Muhammad Wildan Ihami**

30702000134

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
pada 28 Agustus 2024

**Dewan Penguji**

1. Ratna Supradewi, S. Psi, M. Si, Psikolog
2. Dwi Wahyuningsih Choiriyah, S. Psi., M.Psi.,  
Psikolog
3. Falasifatul Falah, S.Psi., MA.

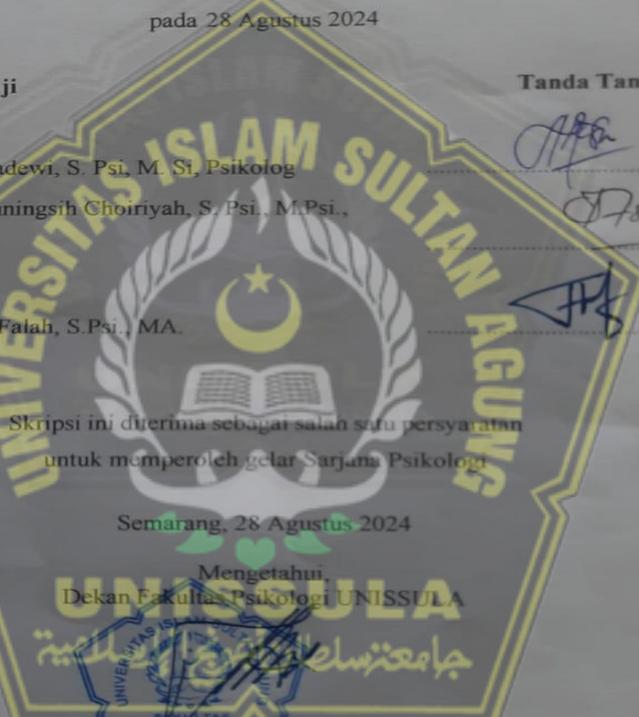
**Tanda Tangan**



Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan  
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 28 Agustus 2024

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA



**Dr. Iko Kuncoro, S.Psi., M.Si**  
NIDN. 210799001

#### PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya Muhammad Wildan Ilhami dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa:

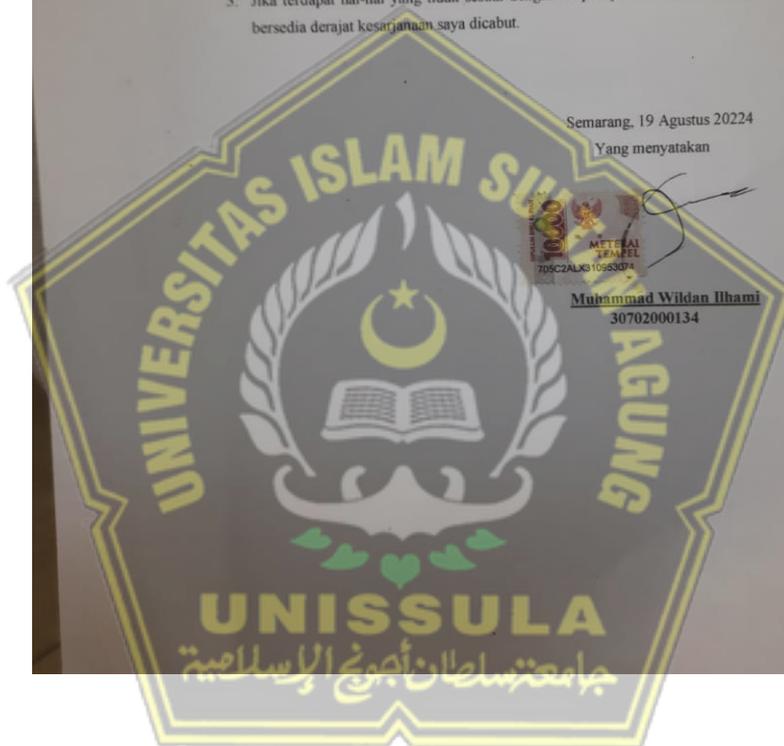
1. Skripsi ini merupakan karya ilmiah sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang pengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis menjadi acuan dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Semarang, 19 Agustus 20224

Yang menyatakan



Muhammad Wildan Ilhami  
30702000134



## MOTTO

“Perbanyak sholawat, karena sholawat sangat menyenangkan hati rasulullah SAW”

(Syekh Muhammad Zaini bin Abdul Ghani / Abah Guru Sekumpul)

“Bacaan yang ditakuti Syetan adalah sholawat, ketika seseorang bersholawat, Nur Nabi Muhammad SAW terpancar dan membuat syetan terbakar tak berdaya”

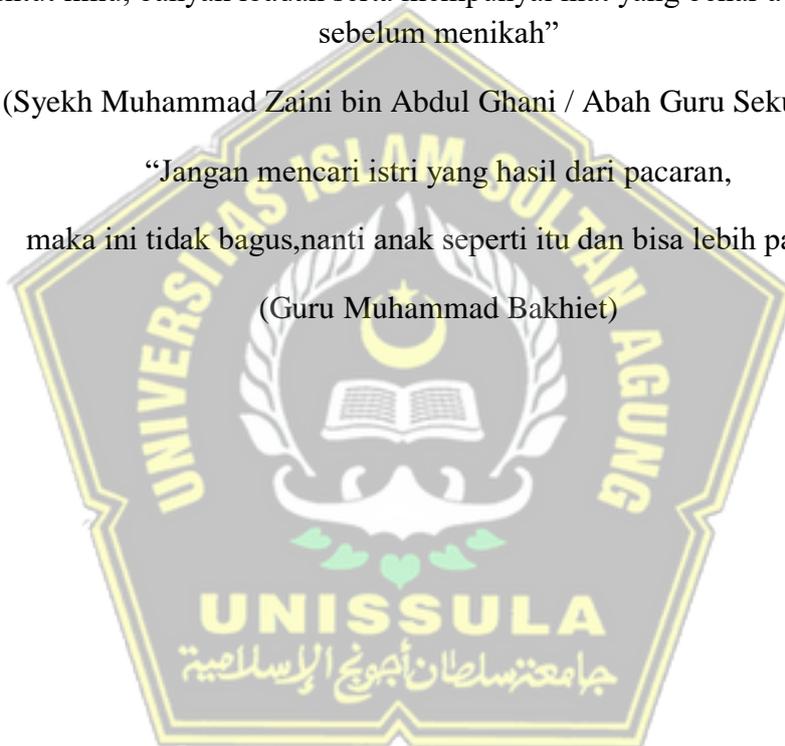
(Habib Umar bin Hafidz)

“Menuntut ilmu, banyak ibadah serta mempunyai niat yang benar adalah langkah sebelum menikah”

(Syekh Muhammad Zaini bin Abdul Ghani / Abah Guru Sekumpul)

“Jangan mencari istri yang hasil dari pacaran, maka ini tidak bagus, nanti anak seperti itu dan bisa lebih parah”

(Guru Muhammad Bakhiet)



## PERSEMBAHAN

Alhamdulillah rabbi 'alamin. Karya ini merupakan salah satu bentuk ibadah saya

kepada Allah SWT. Melalui ridho dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan karya ini dan mendapatkan nikmat serta karunia hingga hari ini. Tiada lembar skripsi memiliki cerita dan keindahan tersendiri. Skripsi ini saya

persembahkan untuk:

Bapak Purwadi dan teristimewa Ibu Nanik Ambarwati yang telah merawat, membimbing, memberikan ketulusan dan do'a yang tidak pernah putus, dukungan dan kasih sayang yang tiada henti hingga hari ini kepada penulis. Bapak, terima kasih banyak atas doa dan jasa yang telah diberikan meskipun engkau terlebih dahulu menemui takdir Allah SWT yang telah ditetapkan.

Dosen pembimbing, Ibu Falasifatul Falah, S.Psi., MA., Psikolog yang selalu bersedia meluangkan waktu untuk membimbing dengan penuh kesabaran, memberikan ilmu, nasehat, motivasi, dan dukungan kepada penulis.

Almamater tercintaku, Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung yang memberikan banyak pengalaman dan pelajaran yang sangat berharga.

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Dengan memanjatkan puja dan puji syukur kehadirat Allah Subhanahu wata'ala, yang telah memberikan rahmat yang melimpah dan kesehatan, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dan Kecemasan dalam Menghadapi Pernikahan pada Mahasiswa Usia Dewasa Awal di Fakultas Psikologi UNISSULA”, sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) Jurusan Psikologi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak mungkin terselesaikan tanpa adanya dukungan, bantuan, bimbingan, dan nasehat dari berbagai pihak selama penyusunan skripsi ini. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih setulus-tulusnya kepada :

1. Bapak Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah membantu dalam proses akademik serta apresiasi dan motivasinya kepada mahasiswa untuk menjadi yang bermanfaat bagi dunia maupun akhirat.
2. Ibu Falasifatul Falah, S.Psi., MA., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi yang senantiasa meluangkan waktu serta tenaganya untuk memberikan bimbingan, perhatian, dukungan serta nasehat hingga terselesaikannya skripsi ini.
3. Seluruh Dekan Fakultas di Universitas Islam Sultan Agung yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan serangkaian pengambilan data.
4. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung selaku tenaga pendidik yang telah banyak memberikan ilmu dan pengalaman yang sangat bermanfaat bagi penulis.
5. Seluruh Bapak dan Ibu Staff Tata Usaha, Perpustakaan dan seluruh Karyawan Fakultas Psikologi Univeristas Islam Sultan Agung yang telah memberiknva kemudahan dalam proses administrasi dari awal perkuliahan hingga skripsi ini selesai.
6. Ibuku, Nanik Ambarwati, yang tiada henti memberikan cinta setulus hati, dukungan, doa dan jasamu yang tiada henti untuk anakmu ini, terima kasih ibu, Semoga Allah SWT menempatkanmu berada di golongan pengikut Fatimah Az-Zahra di dunia maupun akhirat, Aamiin.
7. Bapakku, Bapak Purwadi yang selalu bekerja keras untuk keluarga dan selalu berdoa untuk anakmu ini agar menjadi anak yang bermanfaat dunia maupun akhirat, meskipun engkau tidak bisa menemani anakmu ini

sampai lulus kuliah tetapi terima kasih banyak pak, Allah SWT pasti memberikan yang terbaik.

8. Kepada Maulana Al- Habib Muhammad Lutfi bin Yahya, Habib Umar bin Hafidz, dan Abah Guru Sekumpul Martapura yang telah membimbing penulis secara spiritual dan menjadikan penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Seluruh keluarga yang selalu mengucapkan semangat dan memberi do'a kepada penulis sehingga penulis merasa didukung dan diperhatikan dalam proses penyusunan skripsi.
10. Seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung yang telah meluangkan waktu dan tenaganya untuk mengisi skala penelitian ini, tanpa adanya kalian penelitian ini tidak dapat terlaksana.
11. Teman-teman angkatan 2020 kelas C terima kasih atas semangat, dukungan, dan motivasi selama proses penyelesaian skripsi ini.
12. Teruntuk teman-teman seperjuangan hingga akhir detik ini Muklis Setiowidodo, Muhammad Lumanul Hakim, Muhammad Hasbi Iqbal, Rizky Dwi Nugroho yang terus memberikan semangat, bersedia menjadi pendengar bagi penulis dan membantu penulis ketika sedang merasa kesulitan bahkan sudah luluspun masih membantu, sehingga penyusunan skripsi ini dapat berjalan dengan baik.
13. Berbagai pihak yang telah turut membantu, memberikan dukungan serta do'a kepada penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu.

Penulis menyadari bahwa di dalam skripsi ini masih ada banyak kekurangannya, oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan juga saran yang sifatnya membangun untuk karya yang lebih baik lagi kedepannya. Harapannya, skripsi ini akan memberikan manfaat bagi para pembaca.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Semarang, 19 Agustus 2024  
Yang menyatakan

Muhammad Wildan Ilhami  
(30702000134)

## DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRACT .....	xvi
BAB I .....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
1. Manfaat teoritis.....	5
2. Manfaat praktis.....	6
BAB II.....	7
LANDASAN TEORI.....	7
A. Kecemasan Menghadapi Pernikahan.....	7
1. Pengertian Kecemasan Menghadapi Pernikahan.....	7
2. Faktor–Faktor Kecemasan Menghadapi Pernikahan.....	8
3. Aspek–aspek Kecemasan Menghadapi Pernikahan .....	9
B. Dukungan Sosial Keluarga .....	10
1. Pengertian Dukungan Sosial Keluarga .....	10
2. Aspek–aspek Dukungan sosial Keluarga .....	11
3. Faktor-faktor dukungan sosial keluarga .....	12
C. Usia Dewasa Awal.....	13
1. Pengertian dewasa awal.....	13
2. Tugas-tugas usia dewasa awal.....	14

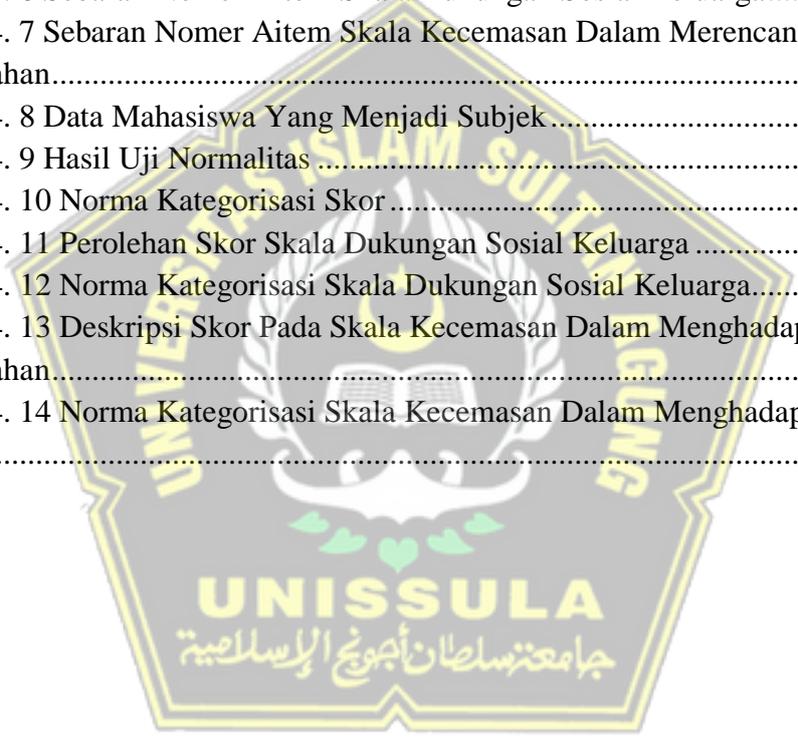
D. Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kecemasan Menghadapi Pernikahan .....	15
E. Hipotesis Penelitian.....	16
BAB III.....	17
METODE PENELITIAN.....	17
A. Identifikasi variabel .....	17
B. Definisi operasional .....	17
1. Dukungan sosial keluarga.....	17
2. Kecemasan dalam menghadapi pernikahan.....	18
C. Populasi, sampel dan teknik pengambilan sampel .....	18
1. Populasi .....	18
2. Sampel .....	18
3. Teknik pengambilan sampel.....	18
D. Metode pengumpulan data.....	19
1. Skala dukungan sosial keluarga.....	19
2. Skala Kecemasan dalam menghadapi pernikahan.....	20
E. Validitas, uji daya, beda aitem dan estimasi reliabilitas alat ukur .....	20
1. Validitas.....	20
2. Uji daya beda aitem .....	21
3. Reliabilitas alat ukur.....	21
F. Teknik analisis data.....	22
BAB IV .....	23
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	23
A. Orientasi Kacah dan Pelaksanaan Penelitian .....	23
1. Orientasi Kacah Penelitian .....	23
2. Persiapan Penelitian.....	24
B. Pelaksanaan Penelitian .....	29
C. Analisa Data dan Hasil Penelitian.....	30
1. Uji Asumsi.....	30
2. Uji Hipotesis.....	31
D. Deskripsi Hasil Penelitian.....	32
1. Deskripsi Data skor Dukungan Sosial Keluarga .....	32
2. Deskripsi Data Skor Kecemasan dalam Merencanakan Pernikahan.....	33

E. Pembahasan.....	35
F. Kelemahan Penelitian.....	37
BAB V.....	38
KESIMPULAN DAN SARAN.....	38
A. Kesimpulan .....	38
B. Saran.....	38
DAFTAR PUSTAKA .....	39



## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Sebaran Skala Dukungan Sosial Keluarga.....	19
Tabel 3. 2 Sebaran Skala Kecemasan Menghadapi Pernikahan .....	20
Tabel 4. 1 Sebaran Item Skala Dukungan Sosial Keluarga.....	25
Tabel 4. 2 Sebaran item skala kecemasan dalam merencanakan pernikahan .....	25
Tabel 4. 3 Data Mahasiswa Uji Coba Alat Ukur .....	26
Tabel 4. 4 Sebaran Aitem Daya Beda Tinggi Dan Rendah Skala Dukungan Sosial Keluarga .....	27
Tabel 4. 5 Sebaran Aitem Dengan Daya Beda Tinggi dan Rendah Skala Kecemasan dalam Merencanakan Pernikahan .....	28
Tabel 4. 6 Sebaran Nomer Aitem Skala Dukungan Sosial Keluarga.....	28
Tabel 4. 7 Sebaran Nomer Aitem Skala Kecemasan Dalam Merencanakan Pernikahan.....	29
Tabel 4. 8 Data Mahasiswa Yang Menjadi Subjek.....	30
Tabel 4. 9 Hasil Uji Normalitas .....	31
Tabel 4. 10 Norma Kategorisasi Skor .....	32
Tabel 4. 11 Perolehan Skor Skala Dukungan Sosial Keluarga .....	32
Tabel 4. 12 Norma Kategorisasi Skala Dukungan Sosial Keluarga.....	33
Tabel 4. 13 Deskripsi Skor Pada Skala Kecemasan Dalam Menghadapi Pernikahan.....	34
Tabel 4. 14 Norma Kategorisasi Skala Kecemasan Dalam Menghadapi Pernikahan .....	34



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Kategorisasi Pesebaran Skor Variabel Dukungan Sosial Keluarga .	33
Gambar 4. 2 Kategorisasi Pesebaran Skor Variabel Kecemasan Dalam Menghadapi Pernikahan.....	35



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A- 1 Skala Uji Coba Dukungan Sosial Keluarga .....	45
Lampiran A- 2 Skala Uji Coba Kecemasan Merencanakan Pernikahan.....	62
Lampiran B- 1 Tabulasi Data Uji Coba Skala Dukungan Sosial Keluarga .....	77
Lampiran B- 2 Tabulasi Daata Uji Coba Skala Kecemasan Menghadapi Pernikahan.....	79
Lampiran C- 1 Uji Daya Beda Skala Uji Coba Dukungan Sosial Keluarga .....	82
Lampiran C- 2 Estimasi Reliabilitas Skala Uji Coba Dukungan Sosial Keluarga Sebelum Item Digugurkan .....	88
Lampiran C- 3 Estimasi Reliabilitas Skala Uji Coba Dukungan Sosial Keluarga Sesudah Item Digugurkan .....	88
Lampiran C- 4 Uji Daya Beda Item Skala Uji Coba Kecemasan Menghadapi Pernikahan.....	89
Lampiran C- 5 Estimasi Reliabilitas Skala Uji Coba Kecemasan Menghadapi Pernikahan Sebelum Item Digugurkan .....	93
Lampiran C- 6 Estimasi Reliabilitas Skala Uji Coba Kecemasan Menghadapi Pernikahan sesudah di gugurkan.....	93
Lampiran D- 1 Skala Penelitian Dukungan Sosial Keluarga .....	95
Lampiran D- 2 Skala Penelitian Kecemasan Menghadapi Pernikahan.....	110
Lampiran E- 1 Tabulasi Data Skala Penelitian Dukungan Sosial Keluarga .....	118
Lampiran E- 2 Tabulasi Data Skala Kecemasan Menghadapi Pernikahan.....	120
Lampiran F- 1 Uji Normalitas.....	123
Lampiran F- 2 Uji Linearitas.....	124
Lampiran F- 3 Uji Hipotesis .....	125
Lampiran G - 1 Surat Izin Penelitian .....	126
Lampiran G - 2 Dokumentasi penelitian.....	127

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN  
KECEMASAN DALAM MENGHADAPI PERNIKAHAN  
PADA MAHASISWA USIA DEWASA AWAL DI FAKULTAS  
PSIKOLOGI UNISSULA**

Ilhami, Muhammad Wildan <sup>1</sup> Falah, Falasifatul <sup>2</sup>  
Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung Semarang  
Email: [wildanilhami@std.unissula.ac.id](mailto:wildanilhami@std.unissula.ac.id), [falasifa@unissula.ac.id](mailto:falasifa@unissula.ac.id)

**ABSTRAK**

Kecemasan dalam menghadapi pernikahan merupakan kondisi seseorang dalam merespon sebelum terjadinya pernikahan atau menghadapi pernikahan yang disertai adanya ketakutan karena memikirkan hal-hal yang negatif tentang masa depan pernikahan. Dukungan sosial keluarga merupakan bantuan yang bersumber dari keluarga yang mempunyai tujuan untuk membantu sesama anggota keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan dalam menghadapi pernikahan pada mahasiswa Fakultas Psikologi usia dewasa awal UNISSULA. Subjek penelitian ini berjumlah 81 mahasiswa yang terdiri dari angkatan 2020 dan 2021. Reliabilitas skala dukungan sosial keluarga yang menggunakan *alpa cronbach* dari 37 item didapatkan skor  $\alpha = 0,950$  sedangkan reliabilitas skala kecemasan dalam menghadapi pernikahan yang menggunakan *alpa cronbach* dari 20 item didapatkan skor  $\alpha = 0,909$ . Pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling*. Analisis data menggunakan korelasi *product moment pearson* serta mendapatkan hasil koefisien korelasi sebesar  $r_{xy} = -0,469$  dengan taraf signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis diterima yaitu ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan dalam menghadapi pernikahan pada mahasiswa usia dewasa awal di Fakultas Psikologi UNISSULA.

Kata kunci: dukungan sosial keluarga, kecemasan dalam menghadapi pernikahan, usia dewasa awal

**THE RELATIONSHIP BETWEEN FAMILY SOCIAL SUPPORT AND  
ANXIETY IN FACING MARRIAGE IN EARLY ADULT PSYCHOLOGY  
STUDENTS OF UNISSULA**

Ilhami, Muhammad Wildan <sup>1</sup> Falah, Falasifatul <sup>2</sup>

*Faculty of Psychology, Universitas Islam Sultan Agung Semarang*

Email: [wildanilhami@std.unissula.ac.id](mailto:wildanilhami@std.unissula.ac.id), [falasifa@unissula.ac.id](mailto:falasifa@unissula.ac.id)

**ABSTRACT**

*Anxiety in facing marriage is a person's condition in responding before marriage or facing marriage accompanied by fear because of thinking negative things about the future of marriage. Family social support is assistance sourced from families that have the goal of helping fellow family members. This study aims to examine the relationship between family social support and anxiety in dealing with marriage in students of the Faculty of Psychology in early adulthood UNISSULA. The subjects of this study are 81 students. The reliability of the social support scale of families using alpha cronbach from 37 items was obtained with a score of  $\alpha = 0.950$  while the reliability of the anxiety scale in facing marriage using alpha cronbach from 20 items obtained a score of  $\alpha = 0.909$ . Sampling was done using the cluster random sampling technique. Data analysis used Pearson product moment correlation and obtained a correlation coefficient of  $r_{xy} = -0.469$  with a significance level of 0.000 ( $p < 0.05$ ). This shows that the hypothesis is accepted, there is a relationship between family social support and anxiety in facing marriage in Faculty of Psychology in early adulthood UNISSULA.*

*Keywords: family social support, anxiety in dealing with marriage, early adulthood*

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Ikatan pernikahan mempunyai makna tersendiri bagi seseorang yang baru menjalaninya atau menghadapinya sebab berasal dari latar belakang yang berbeda antara dua individu menjadi satu kesatuan. Individu yang ingin membangun pernikahan mempunyai harapan atau cita-cita agar kebahagiaan dan keharmonisan menyertai di dalam pernikahan (Eprila dkk., 2023). Pernikahan juga mempunyai definisi secara hukum yang disahkan oleh pemerintah yang terdapat pada Undang-Undang Pernikahan Nomor 1 Tahun 1974 Bab 1 Pasal 1 menjelaskan pernikahan merupakan ikatan lahir dan batin pada seorang laki-laki dengan perempuan menjadi suami dan istri yang mempunyai tujuan membangun rumah tangga atau keluarga yang mempunyai kebahagiaan abadi berlandaskan Tuhan Yang Maha Esa (Aini & Afdal, 2020).

Tujuan dalam menikah menurut ajaran Islam selalu berkaitan dengan Al Qur'an sebagai salah satu pedoman dalam tujuan menikah dan menunjukkan kekuasaan Allah SWT membuat istri-istri untuk para pria dari golongan mereka sendiri supaya mereka mempunyai ketentraman (*sakinah*), muncul kasih dan sayang serta cinta (*mawaddah dan rahmah*) pada setiap pasangan (Atabik & Mudhiiah, 2014). Usia yang ideal bagi seorang individu untuk menjalin ikatan resmi atau menikah menurut data BKKBN (dalam Pebyamoriski dkk., 2022) yaitu bagi seorang wanita pada usia 20 sampai dengan usia 25 tahun dan bagi seorang pria pada sekitar usia 25 sampai dengan usia 30 tahun. Usia dewasa awal menurut Erikson (dalam Feist & Feist, 2018) yaitu pada usia 20 tahun sampai dengan 30 tahun yang pada usia tersebut seseorang mempunyai fase untuk membangun komitmen dan membentuk sebuah keluarga. Pernikahan menjadi salah satu fase individu di masa dewasa awal, namun menurut data yang di dapatkan mengalami penurunan angka pernikahan. Angka pernikahan yang terjadi di Indonesia menurut data yang dikutip dari *website* Badan Pusat Statistika (BPS) mengalami penurunan pada tahun 2023 dibandingkan tahun 2022 sebesar 128.093. Seseorang yang menunda pernikahan terdapat beberapa faktor yang menjadi penyebabnya

yaitu belum mampu bagi seseorang dalam membangun komitmen pernikahan, kesulitan dalam menemukan pasangan yang sesuai dengan ketentuannya untuk membangun pernikahan, kedudukan status ekonomi maupun sosial serta pendidikan yang tidak setara atau lebih baik dari dirinya dan mempunyai pengalaman yang buruk atau traumatis di masa lampau dalam menjalin ikatan dengan lawan jenis (Himawan, 2019).

Pernikahan dapat membuat individu mengalami masa transisi kehidupan yang mempunyai dampak perubahan yang besar bagi individu seperti pengaturan pola hidup, tanggung jawab setiap individu di dalam keluarga dan seksualitas. Perubahan-perubahan yang terjadi di dalam pernikahan dapat menyebabkan masalah bagi individu yang sudah menikah ataupun individu yang sedang mempersiapkan untuk membangun ikatan pernikahan (Papalia & Feldman, 2012). Pasangan yang baru menikah mempunyai masalah yang harus dihadapi bagi setiap individu yang menjalin ikatan pernikahan seperti mempunyai tugas baru bagi setiap individu dan hal ini menjadi sulit karena kurang kesiapan diri bagi setiap individu dalam menghadapi dunia pernikahan menurut Hurlock (Sari & Sunarti, 2013).

Perubahan yang terjadi di dalam pernikahan serta tugas-tugas setiap individu bisa menjadi sumber masalah bagi seseorang di dalam membentuk pernikahan. Dampak yang muncul akibat masalah-masalah yang terjadi dapat menimbulkan kecemasan bagi seseorang. Kecemasan yang muncul di dalam diri seseorang dapat membuat seseorang menjadi cemas dalam membuat keputusan atau untuk membangun ikatan pernikahan. Kecemasan yang dirasakan oleh seseorang dapat menjadi lebih berat apabila orang tersebut mempunyai pengalaman masa lalu yang berat (Kurniati & Rozali, 2020). Kecemasan yang muncul pada diri seseorang yang menghadapi suatu ikatan pernikahan dapat disebabkan karena individu tersebut khawatir pernikahan yang dijalaninya akan gagal, kurang pemahaman, pengetahuan tentang seks, keadaan emosi yang belum matang, dan takut tidak menemukan kebahagiaan (Hurlock, 2002).

Kecemasan menurut Jeffrey (dalam Annisa & Ifdil, 2016) merupakan kondisi seseorang yang ditandai adanya keterangsangan fisiologis dan mempunyai

perasaan yang sedang dalam keadaan tidak bahagia serta adanya ketegangan. Kecemasan merupakan keadaan seseorang yang mempunyai pemikiran bahwa sesuatu yang tidak baik atau buruk akan terjadi. Penelitian menurut Fadhillah & Afdal (2024) yang meneliti tingkat kecemasan terhadap pernikahan dengan subjek mahasiswa berjumlah 75 responden menghasilkan data bahwa kategorisasi kecemasan responden dalam penelitian tergolong sedang dengan presentase 58,69%. Hasil peneliti lain yang membahas kecemasan dalam menghadapi persiapan pernikahan juga menghasilkan data bahwa dari 36 responden penelitian yang dilakukan terdapat 13 responden mempunyai kecemasan berkategori sedang dan ditemukannya 1 responden berkategori kecemasan berat (Widaningsih dkk., 2023). Kecemasan dalam menghadapi pernikahan pada usia dewasa awal juga dilakukan oleh peneliti melalui wawancara informal dengan 3 responden dengan usia diantara 20-23 tahun. Hasil ringkasan dari wawancara informal pada responden tersebut menemukan bahwa responden belum menikah karena faktor ekonomi yang dianggap responden belum baik, kebingungan dalam pola asuh anak, mempunyai pengalaman yang buruk dalam keluarga, fokus mengejar pendidikan, banyak perselingkuhan yang terjadi serta terdapat tuntutan dari lingkungan sosial terutama keluarga untuk menikah.

Penelitian yang dilakukan oleh Lubis (dalam Widaningsih dkk., 2023) yang menunjukkan semakin rendah tingkat kecemasan seseorang maka orang tersebut mempunyai tingkat kesiapan menikah yang tinggi dan apabila tingkat kecemasan tinggi maka tingkat kesiapan menikah seseorang menjadi rendah. Seseorang yang belum siap untuk dalam menghadapi pernikahan dapat membuat seseorang merasa takut, tertekan dan khawatir untuk memilih pasangan hidup dan memutuskan untuk menunda pernikahan. Faktor yang dapat membuat seseorang untuk menunda dalam pernikahan yaitu karena kesulitan mendapatkan pasangan yang sesuai target, mendapatkan kejadian yang buruk atau traumatis, kesulitan dalam berinteraksi dengan lawan jenis, mengutamakan karir atau prestasi dan adanya tuntutan dari lingkungan sosial seperti keluarga atau orang-orang sekitar untuk segera menikah yang dapat membuat seseorang merasa takut, cemas dan tertekan serta dapat mendorong individu untuk mencari solusi atau bantuan dari

orang lain (Pebyamoriski dkk., 2022). Kecemasan dapat di pengaruhi oleh beberapa faktor yang bisa berupa dari faktor lingkungan sosial, biologis dan perilaku serta kognitif (Jeffrey dkk., 2013).

Kecemasan mempunyai dampak bagi individu bahkan sampai melanjutkan pada jenjang pernikahan karena ketika individu tersebut menikah akan ada kemungkinan kurang maksimal dalam menjalankan perannya sebagai pasangan seperti kurangnya pemberian dukungan atau perhatian kepada pasangan. Individu yang sebelum menikah terbiasa meminta bantuan ke orang tua atau orang terdekat dan setelah menikah individu hidup bersama dengan pasangan serta saling memberikan dukungan satu sama lain, namun individu yang mengalami kecemasan akan mengalami kesulitan dalam memberikan dukungan (Winarick, 2024). Dukungan keluarga yang dikemukakan oleh Friedman (1992) adalah bahwa suatu usaha yang dilakukan dalam pemberian dukungan sosial yang bermacam-macam di dalam kehidupan. Dukungan keluarga merupakan suatu hal yang terjadi pada kehidupan yang melalui suatu pemberian bantuan sosial yang berbeda-beda bentuknya atau interaksinya dalam keluarga. Individu yang belum menikah karena adanya kecemasan dalam menghadapi pernikahan bisa terjadi sebab adanya faktor keluarga yang kurang memberikan dukungan kepada individu tersebut. Dukungan yang seharusnya diberikan kepada individu agar mampu mengatasi masalah yang dihadapi, tetapi lingkungan terdekat individu juga bisa menyebabkan munculnya kecemasan seperti adanya tekanan atau tuntutan yang kurang mendukung (Pebyamoriski dkk., 2022).

Penelitian lain yang membahas pengaruh dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi pernikahan oleh (Kurniati & Rozali, 2020) menunjukkan hasil bahwa terdapat pengaruh negatif antara dukungan sosial terhadap kecemasan untuk menikah pada wanita dewasa awal dengan latar belakang orang tua bercerai yang dimana penelitian ini menemukan bahwa wanita yang sudah memasuki dewasa awal dengan orang tua bercerai yang masih tinggal bersama dengan salah satu pihak orang tua yang bercerai lebih banyak yang mempunyai kecemasan yang rendah. Penelitian tersebut dapat menunjukkan bahwa peran keluarga mempunyai hubungan bagi seseorang menghadapi pernikahan. Penelitian yang

berjudul hubungan dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada pasangan yang akan menikah pada tahun 2014 di kantor urusan agama Yogyakarta mempunyai kesimpulan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara kuantitas dukungan informasional dengan kecemasan calon pengantin (Utomo dkk., 2015).

Permasalahan dan penelitian yang sudah disampaikan dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial mempunyai kaitannya dengan kecemasan dalam menghadapi pernikahan serta memungkinkan peneliti melakukan penelitian ini. Perbedaan dalam kajian ini pada subjeknya yaitu mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula karena sesuai dengan lokasi ditemukan masalah tersebut melalui observasi wawancara yang dilakukan oleh peneliti.

### **B. Rumusan Masalah**

Penjabaran pada latar belakang di atas maka dapat diperoleh masalah pada kajian ini yaitu: “Apakah ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan dalam menghadapi pernikahan pada mahasiswa usia dewasa awal di Fakultas Psikologi Unissula ?”.

### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian yang dilakukan ini berjudul hubungan dukungan sosial keluarga dengan kecemasan dalam menghadapi pernikahan pada mahasiswa, maka tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan kecemasan dalam menghadapi pernikahan pada mahasiswa usia dewasa awal di Fakultas Psikologi UNISSULA.

### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan praktis yang dapat diambil yaitu:

#### **1. Manfaat teoritis**

Penelitian yang dilakukan ini semoga dapat memberikan peran penting dalam menambah literatur khususnya pada bidang psikologi yang terkait dengan dukungan sosial keluarga dan kecemasan dalam menghadapi pernikahan pada mahasiswa usia dewasa awal.

## 2. Manfaat praktis

- a. Manfaat bagi mahasiswa: menjadi sumber informasi dan kajian untuk mengurangi atau mencegah kecemasan dalam menghadapi pernikahan dengan adanya peran penting dari dukungan sosial keluarga .
- b. Manfaat bagi peneliti: menjadikan bahan untuk pengkajian lebih lanjut mengenai masalah kecemasan dalam menghadapi pernikahan.



## BAB II LANDASAN TEORI

### A. Kecemasan Menghadapi Pernikahan

#### 1. Pengertian Kecemasan Menghadapi Pernikahan

Kecemasan menurut Sarowono (Annisa & Ifdil, 2016) adalah suatu bentuk atau perasaan ketakutan terhadap sesuatu objek atau hal sesuatu yang tidak jelas dan pasti alasannya. Kecemasan merupakan manifestasi dari suatu proses psikologis maupun fisiologis pada dalam fisik manusia yang dapat menampilkan respon adanya bahaya dan memberikan sinyal ke individu tersebut melalui naluri serta individu yang mengalaminya bisa kehilangan kontrol dalam keadaan tersebut (Ramaiah, 2003).

Kecemasan menurut (Jeffrey Dkk., 2013) merupakan situasi emosional individu yang sedang mengalami atau memiliki dorongan secara fisiologis serta adanya perasaan yang kurang menyenangkan. Kecemasan pada individu yang mempengaruhi emosional dan disertai adanya perasaan secara menyeluruh yang meyakini bahwa ada sesuatu yang tidak baik segera terjadi.

Kecemasan merupakan suatu keadaan individu yang sedang mempunyai situasi perasaan atau emosional yang kurang baik karena individu tersebut mempunyai keyakinan bahwa akan ada sesuatu yang buruk akan terjadi. Situasi ini merupakan respon dari individu atau sebuah sinyal yang dikirimkan ke dalam diri individu bahwa ada bahaya dan hal ini dapat menyebabkan individu kehilangan kontrol pada dirinya.

Pernikahan atau perkawinan menurut Duvall (1978) adalah hubungan yang dimiliki antara laki-laki dan perempuan yang mendapatkan izin atau dinyatakan legal oleh masyarakat yang di dalamnya adanya hubungan dalam seksual, mengasuh anak atau menjadi orang tua dan mempunyai serta menjalankan kewajiban sebagai suami dan istri.

Pernikahan menurut Mahmood (dalam Sari dkk., 2021) adalah suatu ikatan fisik dan ikatan batiniah yang mengikat bagi suami atau istri yang menikah. Pernikahan menurut Hosen adalah suatu pernikahan yang terdapat jaminan yang kuat atau *mitsaqan ghalizan* yang berasal dari suami diberikan

kepada istri. Suami mempunyai kewajiban dan hak yang harus diberikan kepada istri dan istri juga mempunyai hak dan kewajiban yang harus diberikan kepada suami setelah adanya akad nikah. Tujuan pernikahan menurut Ibrahim Hosen adalah untuk membuat keluarga yang sejahtera, *sakinah, mawaddah dan rahmah* (Sari dkk., 2021).

Seseorang yang menghadapi pernikahan dapat mengalami kecemasan dan hal ini mempunyai hubungan pada kesiapan individu dalam menghadapi dunia pernikahan yang akan datang. Seseorang yang mempunyai kesiapan dalam pernikahan yaitu individu yang mampu mempersiapkan diri untuk membangun ikatan secara sakral ataupun lahir batin dengan pasangannya sebagai suami dan istri serta membangun keluarga. Tugas persiapan dalam pernikahan merupakan hal yang penting dalam membangun kehidupan rumah tangga yang akan dijalani seseorang (Hurlock, 1980).

Berdasarkan definisi dan pendapat para ahli yang telah disampaikan bahwa kecemasan menghadapi pernikahan adalah suatu kondisi yang terjadi pada seseorang dalam merespon keadaan sebelum terjadinya pernikahan ataupun menghadapi pernikahan karena merupakan pengalaman yang baru bagi seseorang serta dapat memunculkan ketakutan akibat individu tersebut memikirkan hal yang negatif tentang masa depan.

## **2. Faktor–Faktor Kecemasan Menghadapi Pernikahan**

Faktor–faktor yang mempengaruhi kecemasan menurut pendapat Jeffrey (2013) diantaranya adalah

- a. Faktor sosial lingkungan, pengalaman yang traumatis atau buruk dan memosisikan diri terhadap orang yang sedang mengalami ketakutan serta kurangnya dukungan sosial.
- b. Faktor biologis, faktor yang berupa adanya genetik yang menentukan, kurang maksimalnya fungsi neurotransmitter dan adanya ketidaknormalan pada sistem pada otak untuk memunculkan sinyal bahaya.
- c. Faktor perilaku, adanya perasaan yang kurang senang pada benda, orang atau tingkah laku seseorang dan keadaan tertentu serta *self efficacy* individu yang rendah.

Faktor–faktor kecemasan menurut Ramaiah, (2003) adalah

- a. Lingkungan: merupakan tempat individu hidup yang dapat mempengaruhi dalam pola pikir seseorang yang bisa didapat dari orang terdekat seperti keluarga, teman, rekan kerja dan lainnya seperti tidak bisa menerima kesalahan. Kecemasan secara normal akan muncul ketika individu tersebut kurang merasa aman pada lingkungannya.
- b. Emosi yang ditekan: Kecemasan dapat muncul karena individu yang kurang mampu dalam menemukan solusi untuk perasaannya, seperti perasaan marah atau frustrasi yang disimpan terlalu lama.
- c. Sebab–sebab Fisik: Pikiran dan tubuh mempunyai hubungan dalam menimbulkan kecemasan seperti contoh individu yang terkena penyakit biasanya terjadi perubahan perasaan yang muncul serta dapat menimbulkan kecemasan.
- d. Keturunan: gangguan emosi juga bisa dijumpai pada keluarga–keluarga tertentu.

Faktor-faktor kecemasan menurut Blackburn & Davidson, (1990) diantaranya adalah Pengetahuan pada diri individu dalam mengenali keadaan yang dirasakan seperti keadaan yang mengancam atau tidak dan kemampuan individu dalam mengendalikan diri serta emosi agar fokus dalam masalah yang ada.

### **3. Aspek–aspek Kecemasan Menghadapi Pernikahan**

Kecemasan mempunyai beberapa aspek menurut Stuart (dalam Annisa & Ifdil, 2016) diantaranya adalah

- a. Kognitif: kurang fokus, kesulitan berkonsentrasi, lupa, sulit memusatkan perhatian, buruk dalam memberikan penilaian, kesulitan dalam berpikir, kurang luasnya persepsi, kreativitas kurang baik, produktivitas menjadi kurang, bingung, sangat waspada, kesadaran diri, ketidakmampuan dalam objektivitas, mimpi buruk, takut terhadap gambaran visual, takut sakit atau kematian, takut kehilangan kontrol diri, preokupasi.

- b. Perilaku: Gelisah, tremor, respon terkejut, terlalu cepat dalam bicara, ketegangan fisik, sering kali sakit, tertutup pada hubungan interpersonal, kurang dalam kontrol, menghindari dari masalah, sangat waspada dan menghindari.
- c. Afektif: kurang sabar, gelisah, gugup, cemas, tidak bisa merasakan, adanya rasa bersalah, malu, kengerian, waspada dan mudah terganggu.

Kecemasan menurut Blackburn & Davidson (1990) mempunyai beberapa aspek pada kecemasan yaitu

- a. Pikiran: khawatir, kesulitan untuk konsentrasi, pikiran yang kosong, melebih-lebihkan ancaman, melihat diri sangat sensitif, dan kurang berdaya.
- b. Suasana hati: sering marah, cemas, dan perasaan yang tegang.
- c. Perilaku: gugup, gelisah, dan mempunyai kewaspadaan yang tidak wajar.
- d. Gejala biologis: gerakan refleks yang tinggi, berkeringat, tubuh gemetar, pusing, jantung berdebar-debar, mual atau muntah, dan mulut menjadi kering.
- e. Motivasi: menarik diri dari lingkungan, muncul adanya ketergantungan yang tinggi dan mempunyai keinginan menghindari.

Pendapat menurut Daradjat (1990) bahwa kecemasan mempunyai beberapa aspek yang diantaranya adalah

- a. Fisiologis: detak jantung yang meningkat, pencernaan mengalami masalah, jari-jari terasa dingin, peningkatan dalam buang air, kualitas tidur yang buruk, pusing, dada terasa sesak, nafsu makan menurun.
- b. Psikologis: berupa aspek kognitif dan afektif

## **B. Dukungan Sosial Keluarga**

### **1. Pengertian Dukungan Sosial Keluarga**

Dukungan sosial menurut David & Oscar (dalam Rif'ati dkk., 2018) merupakan bantuan yang dalam bentuk berbagai macam yang dapat memberikan manfaat bagi seseorang dalam menghadapi masalah. Dukungan yang diberikan dapat berasal dari orang-orang yang berada disekitar individu tersebut salah satunya dukungan keluarga. Dukungan keluarga menurut

Friedman (1992) menyatakan bahwa suatu usaha yang dilakukan dalam pemberian dukungan sosial yang bermacam-macam di dalam kehidupan. Dukungan sosial keluarga merupakan suatu hal yang terjadi pada kehidupan yang melalui suatu pemberian bantuan sosial yang berbeda-beda bentuknya atau interaksinya dalam keluarga. Dukungan keluarga adalah suatu bentuk usaha yang diberikan kepada individu didalam keluarga yang bertujuan agar mendapatkan rasa nyaman secara fisik dan psikologi.

Dukungan sosial keluarga merupakan suatu interaksi antar anggota keluarga yang memberikan suatu rasa aman secara jasmani dan psikologi yang diwujudkan dalam bentuk bantuan yang diberikan (Syaputra, 2019). Dukungan keluarga menurut Canava (dalam Prihatsanti, 2014) menyatakan bahwa suatu interaksi yang bersifat informal dalam anggota keluarga yang memberikan bantuan kepada anggota keluarga lainnya seperti contohnya dukungan secara langsung dalam kegiatan sehari-hari, dukungan perasaan yang bisa berwujud dalam empati, memberikan dukungan ketika mendapat masalah dan menjadi pendengar yang baik.

## **2. Aspek-aspek Dukungan sosial Keluarga**

Dukungan sosial keluarga menurut Sarafino & Smith (2010) mempunyai beberapa aspek di dalamnya, diantaranya adalah

### **a. Dukungan Emosional**

Dukungan emosional merupakan suatu hal yang dapat berupa bentuk pemberian perhatian, kepedulian, mendengarkan semua pembicaraan dan kasih sayang serta empati.

### **b. Dukungan Instrumental**

Dukungan instrumental merupakan suatu pemberian bantuan fasilitas maupun finansial satu sama lain.

### **c. Dukungan Informasi**

Dukungan informasi merupakan suatu bentuk pemberian nasehat, saran, umpan balik dan petunjuk kepada individu yang sedang menghadapi masalah.

### **d. Dukungan Penghargaan**

Dukungan penghargaan adalah pemberian *reward* atau hadiah kepada individu atas peningkatan yang telah dicapai.

Aspek–aspek dukungan sosial keluarga menurut House dan Kahn dalam (Adha, 2018) adalah :

a. Dukungan Emosi

Merupakan dukungan yang dapat berupa rasa dicintai, nyaman, dan penuh kasih sayang serta dapat membuat individu yang menjadi merasa berharga.

b. Dukungan Informasi

Dukungan yang mempunyai bentuk berupa pemberian saran, petunjuk, solusi dan respon kepada individu atas apa yang dilakukan maupun sebelum dilakukan.

c. Dukungan Peralatan

Dukungan peralatan dapat ditunjukkan dengan adanya pemberian bantuan finansial maupun bantuan yang dilakukan secara langsung dalam menghadapi permasalahan yang di hadapi oleh individu.

Aspek–aspek dukungan sosial keluarga juga mempunyai 3 aspek yang diungkapkan oleh Taylor dkk., (2020) diantaranya adalah :

a. Dukungan Informasional

Dukungan yang dapat ditandai dengan adanya pemberian nasehat, dan informasi kepada individu lainnya yang bertujuan untuk membantu individu dalam mencari solusi permasalahan.

b. Dukungan Instrumental

Dukungan yang diberikan kepada individu dengan pemberian bantuan finansial dan pelayanan.

c. Dukungan Emosional

Pemberian rasa empati dan kehangatan terhadap individu lainnya.

### 3. Faktor-faktor dukungan sosial keluarga

Faktor-faktor dukungan sosial keluarga menurut Friedman (1992) adalah

- a. Kelas tingkat ekonomi meliputi tingkat pendapatan
- b. Pekerjaan
- c. Tingkat pendidikan

Faktor- faktor dukungan sosial keluarga menurut Cohen (Sarason & Sarason, 1987) adalah

- a. Tangible support atau dukungan nyata merujuk pada bantuan instrumental..
- b. Appraisal Support. Appraisal support atau dukungan penilaian merujuk pada ketersediaan individu lain untuk diajak berbicara dan berdiskusi tentang permasalahan yang dialami.
- c. Self-Esteem Support. Self-esteem support atau dukungan penghargaan merujuk pada perbandingan positif ketika membandingkan diri sendiri dengan orang
- d. Belonging support atau dukungan kepemilikan merujuk pada ketersediaan individu lain untuk melakukan sesuatu bersama-sama.

### **C. Usia Dewasa Awal**

#### **1. Pengertian dewasa awal**

Dewasa awal adalah suatu masa bagi seorang manusia menuju ke bentuk kehidupan yang baru bagi dirinya yang di dalamnya perlu penyesuaian diri agar dapat menghadapi masa tersebut. Seseorang yang bisa atau berhasil lolos dalam fase pertumbuhan dan bersedia hidup di tengah masyarakat dan berinteraksi dengan orang-orang dewasa, maka hal ini dapat dikatakan bahwa orang tersebut sudah tergolong atau masuk ke masa dewasa (Hurlock, 1980).

Masa dewasa awal menurut Hurlock (1980) merupakan masa yang dimulai dengan seseorang yang sudah memasuki usia 18 tahun sampai usia 40 tahun. Seseorang yang sudah masuk dalam masa dewasa awal mempunyai peran baru dalam kehidupannya seperti menjadi pasangan suami atau istri, pekerja, orang tua serta adanya pengembangan sikap, tujuan dan nilai-nilai

yang baru dalam kehidupan yang dihadapi yang sesuai pada tugas atau peran yang ada dalam masa ini.

Masa dewasa awal menurut Erikson adalah masa bagi seorang individu yang mencapai diantara usia 20 tahun sampai dengan usia 30 tahun. Individu yang mencapai fase tersebut mempunyai beberapa tanggung jawab dan beban yang lebih berat dari pada fase sebelumnya. Seseorang yang mencapai masa dewasa awal mempunyai tugas dalam membangun komitmen, keintiman dan membentuk sebuah keluarga (Feist & Feist, 2018). Masa Dewasa awal mempunyai ciri-ciri yang mempunyai tanda seperti memiliki tanggung jawab karena menjadi orang dewasa, usia tergolong produktif yang disertai dengan adanya kondisi kekuatan fisik, dan kematangan fisik dan psikologis

## **2. Tugas-tugas usia dewasa awal**

Usia dewasa awal menurut (Hurlock, 1980) adalah

- a. Mencari dan memilih seseorang untuk menjadi pasangan hidup
- b. Saling belajar satu sama dengan pasangan dalam menjalani kehidupan
- c. Memberikan pengasuhan dan membesarkan keturunan dengan baik
- d. Mempunyai beban tanggung jawab yang lebih besar
- e. Memelihara rumah tangga dengan baik
- f. Membentuk kelompok yang sesuai dengan kemampuan sosial agar berkembang dengan baik.

Tugas-tugas pada masa dewasa awal menurut Havighurs dalam Hurlock, 1980) adalah

- a. Menentukan pasangan hidup, seseorang pada masa ini sudah mempunyai pikiran untuk menentukan pasangan hidup yang dapat memahami pikiran serta perasaan yang dimilikinya.
- b. Dapat mengambil pembelajaran dalam kehidupan dalam keluarga
- c. Mementingkan kepentingan atau kebutuhan di dalam keluarga
- d. Menentukan sistem pola asuh anak di dalam keluarga
- e. Menjaga sistem didalam keluarga
- f. Mempunyai pekerjaan atau kedudukan dalam memenuhi kebutuhan di dalam keluarga

- g. Tanggung jawab yang tinggi
- h. Bergabung dengan kelompok yang sesuai dengan diri.

#### **D. Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kecemasan Menghadapi Pernikahan**

Pendapat yang diberikan oleh Taylor dkk., (2020) mengungkapkan bahwa dukungan yang diberikan dari lingkungan sosial di sekitar individu mampu memberikan dampak positif bagi seseorang dalam menurunkan kecemasan. Dukungan yang diperoleh individu dapat dari orang terdekat seperti dari orang tua atau keluarga, teman, komunitas dan pasangan (Sarafino & Smith, 2010).

Dukungan sosial keluarga juga memberikan dampak yang positif bagi individu dalam menghadapi masalah atau stress dalam kehidupan. Penelitian yang dilakukan oleh Irnzad (dalam Rif'ati & Dkk., 2018) menunjukkan bahwa dukungan sosial keluarga dapat membantu meningkatkan kesehatan mental ibu pada peristiwa gangguan mental kehamilan. Peran dukungan sosial terutama keluarga memberikan dampak bagi kecemasan seseorang dalam menghadapi pernikahan. Keluarga bisa membuat seseorang menjadi cemas dalam menghadapi pernikahan karena kurangnya dukungan yang diberikan (Pebyamoriski dkk., 2022). Penelitian yang berkaitan dengan kecemasan dalam menghadapi pernikahan juga dilakukan oleh (Haq, 2016) menunjukkan hasil bahwa ada hubungan negatif antara religiusitas dengan kecemasan menghadapi pernikahan.

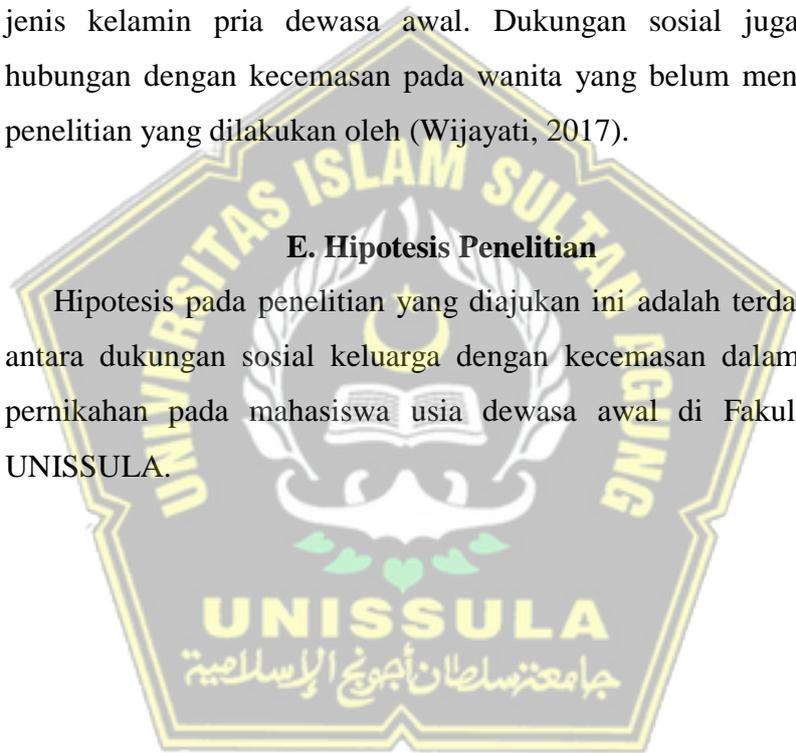
Penelitian yang dilakukan oleh Pranata (2011) mengungkapkan bahwa kecemasan yang dialami oleh wanita dewasa awal di Surabaya terjadi karena ada beberapa alasan yang melatarbelakanginya yang diantara adalah kebutuhan yang diperlukan dalam pernikahan, kurang jelas kehidupan setelah menikah, kurang dukungan dari sosial dan pernah mengalami peristiwa buruk yang masih melekat didalam diri. Penelitian yang membahas kecemasan dalam menghadapi pernikahan juga dilakukan yang menemukan hasil bahwa ada kecemasan menjelang pernikahan yang bisa dipengaruhi oleh beberapa alasan yang diantaranya terlalu berlebihan

dalam memikirkan proses pernikahan, kondisi setelah menikah, dan masa depan yang tidak jelas (Sa'adah, 2019).

Penelitian dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada calon pengantin yang dilakukan (Utomo dkk., 2015) ada hubungan pada aspek informasional terhadap tingkat kecemasan pada calon pengantin. Penelitian yang membahas kecemasan dalam menghadapi pernikahan juga dilakukan oleh Rahmi (2021) yang menghasilkan bahwa jenis kelamin perempuan dewasa awal lebih cenderung tinggi kecemasannya dari pada jenis kelamin pria dewasa awal. Dukungan sosial juga mempunyai hubungan dengan kecemasan pada wanita yang belum menikah menurut penelitian yang dilakukan oleh (Wijayati, 2017).

#### **E. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis pada penelitian yang diajukan ini adalah terdapat hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan dalam menghadapi pernikahan pada mahasiswa usia dewasa awal di Fakultas Psikologi UNISSULA.



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Identifikasi variabel**

Variabel penelitian menurut Hatch (dalam Ridha, 2020) merupakan atribut yang memiliki aneka jenis yang dimana setiap individu yang meneliti menentukan apa yang akan dipilih sesuai dengan apa yang dibutuhkan oleh peneliti dan mendapatkan kesimpulan yang dicari. Penelitian ini menggunakan atribut variabel tergantung dan variabel bebas. Variabel bebas adalah atribut variabel yang mempengaruhi variabel tergantung atau lainnya. Variabel tergantung merupakan atribut variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Penelitian yang dilakukan ini terdapat 2 atribut variabel yang berupa variabel tergantung (Y) dan variabel bebas (X).

- Variabel tergantung (Y): Kecemasan dalam menghadapi pernikahan
- Variabel bebas (X): Dukungan sosial keluarga

#### **B. Definisi operasional**

Definisi operasional merupakan pengertian atau definisi dari setiap variabel yang dikaji di dalam penelitian serta mempunyai tujuan untuk dapat menjelaskan variabel-variabel yang ada (Dewi dkk., 2019). Penelitian ini mempunyai definisi operasional sebagai berikut yaitu :

##### **1. Dukungan sosial keluarga**

Dukungan sosial keluarga menurut Friedman (1992) menyatakan bahwa suatu usaha yang dilakukan dalam pemberian dukungan sosial yang bermacam-macam di dalam keluarga terhadap anggota keluarga di dalamnya yang bentuk usaha tersebut mempunyai tujuan agar mendapatkan rasa nyaman secara fisik dan psikologi. Dukungan sosial keluarga mempunyai beberapa aspek menurut Sarafino & Smith (2010) yaitu dukungan informasi, dukungan instrumental, dukungan emosional dan dukungan penghargaan.

## **2. Kecemasan dalam menghadapi pernikahan**

Kecemasan dalam menghadapi pernikahan merupakan kecemasan seseorang yang menghadapi suatu ikatan pernikahan karena merupakan pengalaman yang baru bagi seseorang serta dapat muncul ketakutan akibat individu tersebut memikirkan hal yang negatif tentang masa depan. Kecemasan mempunyai beberapa aspek menurut Blackburn & Davidson (1990) yaitu aspek Pikiran, suasana hati, perilaku, gejala biologis dan motivasi.

### **C. Populasi, sampel dan teknik pengambilan sampel**

#### **1. Populasi**

Populasi adalah semua yang mencakup kejadian, individu, organisasi, objek dari penelitian yang sedang diteliti atau dikaji dan mendapatkan informasi serta memahami informasi tersebut (Firmansyah & Dede, 2022). Penelitian ini mengambil populasi dari seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi UNISSULA Semarang.

Populasi pada penelitian ini mempunyai jumlah 578 mahasiswa angkatan 2020, 2021, 2022 dan 2023 Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Jumlah populasi tersebut didapatkan pada angkatan 2020 yang berjumlah 186 mahasiswa, mahasiswa angkatan 2021 yang berjumlah 209 mahasiswa, angkatan 2022 yang berjumlah 183 mahasiswa dan angkatan 2023 yang berjumlah 148 mahasiswa.

#### **2. Sampel**

Sampel adalah perwakilan dari semua populasi yang dipilih menjadi objek dalam kajian penelitian dan mempunyai ciri tertentu di dalam populasi (Retnawati, 2017). Penelitian ini mempunyai sampel penelitian adalah mahasiswa yang belum pernah menikah, mempunyai usia 20-30 tahun atau tergolong pada masa dewasa awal.

#### **3. Teknik pengambilan sampel**

Penelitian yang dilakukan memakai metode cluster random sampling untuk pengambilan sampel yang merupakan teknik pengambilan sampel dengan secara random memilihnya namun secara kelompok atau klaster dan

tidak secara individu (Andriyani, 2018). Penelitian yang dilakukan ini terdiri dari 3 kelompok yaitu Fakultas Psikologi UNISSULA angkatan 2020,2021 dan 2022.

#### D. Metode pengumpulan data

Skala menurut Azwar (2022) adalah suatu komponen alat ukur yang dipakai dalam mengkuantifikasikan atribut non kognitif yang berupa dalam format tulis. Penelitian yang dilakukan ini mengadopsi skala *likert* yang dipakai dalam mengukur sikap, pendapat, persepsi, individu atau kelompok mengenai fenomena sosial.

##### 1. Skala dukungan sosial keluarga

Skala dukungan sosial keluarga pada penelitian pada saat ini mengadopsi aspek yang dikemukakan oleh Sarafino & Smith (2010) yaitu dukungan informasi, dukungan instrumental, dukungan emosional dan dukungan penghargaan.

**Tabel 3. 1 Sebaran Skala Dukungan Sosial Keluarga**

No	Aspek	Favorabel	Unfavorabel	total
1	Dukungan emosional	1,2,3,9,10,	6,7,8,4,5	10
2	Dukungan Instrumental	11,12,17,18,19, 20	15,16,13,14,24,25	12
3	Dukungan informasi	26,27,28,29,30, 31	21,22,23,35, 36, 37	12
4	Dukungan penghargaan	38,39, 40,43, 44	32, 33,34,41,42	10
Total		22	22	44

Keterangan:

F = Favorabel

UF= Unfavorabel

Skala yang akan mengukur dukungan sosial keluarga menggunakan skala *likert* dengan pengukuran interval dari angka satu (1) sampai empat (4). Skala terdiri dari beberapa item *favorabel* dan *unfavorabel* dengan skor (1) sangat tidak sesuai skor (2) tidak sesuai, skor (3) sesuai dan skor (4) sangat sesuai. Skor tertinggi pada *favorabel* diberikan kepada pernyataan sangat sesuai dan skor terendah diberikan kepada pernyataan sangat tidak sesuai, begitupun sebaliknya pada pernyataan *unfavorabel*.

## 2. Skala Kecemasan dalam menghadapi pernikahan

Skala kecemasan dalam menghadapi pernikahan pada penelitian ini menggunakan aspek menurut Blackburn & Davidson (1990) yaitu aspek pikiran suasana hati, perilaku, gejala biologis dan motivasi.

**Tabel 3. 2 Sebaran Skala Kecemasan Menghadapi Pernikahan**

No	Aspek	Favorabel	Unfavorabel	Total
1	Pikiran	1,2,3,4,5	9, 10,11,12,13	10
2	Suasana hati	14,15,16,	6,7,8	6
3	Perilaku	17,18,19	26,27,28	6
4	Gejala biologis	29,30,31,32,33, 34	20,21,22,23,24, 25	12
5	Motivasi	38,39,40	35,36,37	6
Total		20	20	40

Keterangan:

F= Favorabel

UF= Unfavorabel

Skala yang akan mengukur kecemasan dalam menghadapi pernikahan menggunakan skala *likert* dengan pengukuran interval dari angka satu (1) sampai empat (4). Skala terdiri dari beberapa item *favorabel* dan *unfavorabel* dengan skor (1) sangat tidak sesuai, skor (2) tidak sesuai, skor (3) sesuai dan skor (4) sangat sesuai. Skor tertinggi pada *favorabel* diberikan kepada pernyataan sangat sesuai dan skor terendah diberikan kepada pernyataan sangat tidak sesuai, begitupun sebaliknya pada pernyataan *unfavorabel*.

### E. Validitas, uji daya, beda item dan estimasi reliabilitas alat ukur

#### 1. Validitas

Validitas merupakan ketepatan skala ataupun alat ukur dalam menjalankan atau melakukan pengukuran serta berfungsi sebagaimana normalnya alat ukur. Validitas yang tergolong tinggi dapat dicapai apabila pengukuran yang dilakukan memperoleh data yang akurat atau sesuai dan menampilkan keadaan variabel tertentu yang sesuai apa yang menjadi tujuan pengukuran (Azwar, 2022)

Penelitian yang dilakukan ini memakai validitas isi, yaitu validitas yang mempertimbangkan validitas melalui pengoreksian yang sesuai standar

kelayakan serta keterkaitan dengan isi pada penelitian yang dilakukan oleh seseorang (rater) yang dapat dikatakan mampu dalam memahami dan memeriksa kelayakan atribut-atribut indikator dengan perilakunya serta seseorang (*expert judgement*) yang berkompeten atau ahli dalam melakukan pengukuran (Azwar, 2022). *expert judgement* pada penelitian ini adalah dosen pembimbing dan peneliti.

## 2. Uji daya beda item

Daya beda item menurut Azwar (2022) adalah nilai koefisien korelasi antara distribusi skor item dengan distribusi skor total skala ( $r_{ix}$ ) yang mendapatkan hasil atau menampilkan kecocokan fungsi item dan fungsi skala untuk mengetahui perbedaan antar individu. Koefisien item total yang layak diterima adalah 0,300 yang dihitung secara koreksi ataupun tidak serta item yang mempunyai angka koefisien dibawah 0,300 dapat tergolong rendah dalam daya beda aitem, sebaliknya apabila koefisien aitem yang diperoleh lebih dari 0,300 dapat dikatakan tinggi dalam daya beda (Azwar, 2022).

## 3. Reliabilitas alat ukur

Reliabilitas adalah seberapa tepat kecermatan pada hasil dari suatu pengukuran serta atau berapa besar dari hasil pengukuran dapat dipercaya. Reliabilitas pengukuran mempunyai arti bahwa hasil dari suatu pengukuran mempunyai sifat yang konsisten, relatif stabil dan dapat dipercaya. Koefisien reliabilitas mempunyai nilai antara 0 sampai dengan 1,00 yang mempunyai arti bahwa semakin mendekati angka 1,00 maka pengukuran tersebut tergolong reliabel (Azwar, 2022). Teknik analisis reliabilitas pada penelitian ini menggunakan Teknik Alpha Cronbach pada *software Statistical Program for Social Science* (SPSS). Alat ukur yang dipakai adalah skala kecemasan dan dukungan sosial keluarga.

## **F, Teknik analisis data**

Teknik analisis data yaitu proses menganalisa suatu data yang didapatkan dari subjek penelitian yang selanjutnya dilakukan olah data agar mendapatkan kesimpulan yang berdasarkan hasil tersebut. Penelitian yang dilakukan ini memakai teknik analisis data korelasi *product moment* untuk mencari hubungan pada variabel bebas dengan variabel tergantung yang bersifat linear menurut Sarwono dalam (Yanti & Akhri, 2022)



## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Orientasi Kancan dan Pelaksanaan Penelitian**

##### **1. Orientasi Kancan Penelitian**

Penelitian yang akan dibuat harus mempersiapkan bekal yang cukup agar target penelitian tercapai dan hal ini perlu adanya pengenalan lapangan sebelum memulai penelitian. Orientasi atau pengenalan lapangan dimulai dengan menentukan lokasi yang mempunyai dasar karakteristik pada populasi pada penelitian. Penelitian yang dilakukan ini bertempat di Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

Universitas Islam Sultan Agung Semarang (UNISSULA) yaitu universitas Islam kategori swasta yang terkenal di Kota Semarang yang dibentuk atau direalisasikan oleh YBWSA ( Yayasan Badan Wakaf Sultan Agung pada tanggal 20 Mei 1962. Program studi yang ada pada Universitas ini terdiri dari Diploma (D-III), Sarjana (S1), Magister (S2) serta Doktor (S3). Universitas ini mempunyai fasilitas didalamnya seperti masjid Abu Bakar Assegaf, rumah sakit gigi dan mulut, rumah sakit, laboratorium, sport center, dan fasilitas lainnya. Penelitian yang dilakukan ini memilih Fakultas Psikologi UNISSULA ditunjuk untuk tempat pemilihan populasi karena terdapat alasan yang mendukung peneliti yaitu:

- a. Terdapat permasalahan yang mirip dengan dilakukannya penelitian.
- b. Karakteristik dan jumlah subjek mempunyai kesesuaian dengan ketentuan di penelitian ini.
- c. Belum ditemukannya penelitian identik dengan penelitian ini di Fakultas Psikologi UNISSULA.
- d. Pemberian izin penelitian yang mudah serta baik dari pihak Fakultas Psikologi UNISSULA.
- e. Lokasi yang strategis bagi peneliti dalam melakukan penelitian.

## 2. Persiapan Penelitian

Persiapan dalam penelitian mempunyai tujuan agar menghindari atau meminimalkan kesalahan yang dapat mengakibatkan proses pada penelitian menjadi terhambat. Persiapan dalam melakukan penelitian ini dimulai dengan adanya perizinan, menyusun skala, melakukan uji coba skala, melaksanakan uji beda serta estimasi pada reliabilitas alat ukur.

### a. Persiapan Perizinan

Penelitian yang akan dilakukan sebelumnya harus mempunyai izin yang resmi dan mempunyai bukti izin melakukan penelitian yang dikeluarkan oleh pihak yang berwenang, dalam penelitian ini keterangan izin diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang kemudian mendapatkan surat izin penelitian yang mempunyai nomor surat 1247 /A.3/PSI-SA/VII/2024 Kepada Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

### b. Penyusunan Alat Ukur

Data yang akan dikumpulkan melalui bantuan alat ukur yang mempunyai dasar-dasar penyusunan menurut indikator yang termuat dalam aspek-aspek dalam variabel. Skala atau alat ukur yang dipakai mengadopsi dari teori pada variabel dukungan sosial keluarga dan Kecemasan dalam menghadapi pernikahan.

Penelitian ini menggunakan skala pengumpulan data melalui dua model item, yaitu item unfavorable serta item favorable. Item favorable mempunyai empat pilihan jawaban yang didalamnya mempunyai skor yang berbeda yaitu sangat sesuai (SS) mendapatkan skor 4, sesuai (S) mendapat skor 3, tidak sesuai (TS) mendapatkan skor 2 dan sangat tidak sesuai (STS) mendapatkan skor 1. Item unfavorable mempunyai empat pilihan jawaban yang didalamnya mempunyai skor yang berbeda yaitu sangat sesuai (SS) mendapatkan skor 1, sesuai (S) mendapat skor 2, tidak sesuai (TS) mendapatkan skor 3 dan sangat tidak sesuai (STS) mendapatkan skor 4.

1) Skala Dukungan Sosial Keluarga

Skala dukungan sosial keluarga dibentuk melalui aspek-aspek dukungan sosial yang teori yang dikemukakan menurut Sarafino & Smith (2010) yaitu dukungan informasi, dukungan instrumental, dukungan emosional dan dukungan penghargaan.

**Tabel 4. 1 Sebaran Item Skala Dukungan Sosial Keluarga**

Aspek	Item		Total
	Favorabel	Unfavorabel	
Dukungan emosional	1,2,3,9,10,	6,7,8,4,5	10
Dukungan Instrumental	11,12,17,18,19, 20	15,16,13,14,24,25	12
Dukungan informasi	26,27,28,29,30, 31	21,22,23,35, 36, 37	12
Dukungan penghargaan	38,39, 40,43, 44	32, 33,34,41,42	10
<b>Total</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>44</b>

2) Skala Kecemasan dalam Merencanakan Pernikahan

Skala kecemasan dalam merencanakan pernikahan disusun menggunakan aspek-aspek dari kecemasan yang dibuat oleh Blackburn & Davidson (1990) yaitu aspek Pikiran, aspek suasana hati, aspek perilaku, aspek gejala biologis dan aspek motivasi.

**Tabel 4. 2 Sebaran item skala kecemasan dalam menghadapi pernikahan**

Aspek	Item		Total
	Favorabel	Unfavorabel	
Pikiran	1,2,3,4,5	9, 10,11,12,13	10
Suasana hati	14,15,16,	6,7,8	6
Perilaku	17,18,19	26,27,28	6
Gejala biologis	29,30,31,32,33, 34	20,21,22,23,24, 25	12
Motivasi	38,39,40	35,36,37	6
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>40</b>

c. Uji Coba Alat Ukur

Menguji reliabilitas skala serta daya beda item merupakan proses dalam uji coba alat ukur. Tahap uji coba pada skala atau alat ukur dilaksanakan pada tanggal 9 Juli 2024 menggunakan media *google form*. Uji coba pada penelitian ini menggunakan hasil dari pengundian *cluster* dalam pemilihan subjek yaitu mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2022, berikut rincian data

**Tabel 4. 3 Data Mahasiswa Uji Coba Alat Ukur**

<b>Fakultas</b>	<b>Jumlah Mahasiswa</b>	<b>Subjek yang mengisi</b>
Psikologi Angkatan 2022	183	77

Uji coba skala penelitian dilakukan dengan menggunakan media *google form* yang kemudian data yang didapatkan di analisa menggunakan SPSS versi 25.0 *for windows*.

d. Uji Daya Beda dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

Kemampuan dalam membedakan item yang sesuai dan item yang tidak sesuai merupakan tujuan dari dilakukannya uji daya beda item. Item dapat dikatakan mempunyai daya beda tinggi apabila mendapat skor total (rix)  $\geq 0,300$  (Azwar, 2021) Alat ukur yang baik juga mempunyai kemampuan yang reliabel yang optimal, maka adanya pengujian koefisien reliabilitas pada alat ukur yang sebagai berikut.

1) Skala Dukungan Sosial Keluarga

Hasil yang didapatkan dalam pengujian daya beda item dari 44 item didapatkan 37 item yang mempunyai daya beda item yang tergolong tinggi dan 7 item yang mempunyai daya beda item tergolong rendah. Daya beda item yang tinggi mendapatkan skor koefisien berkisar 0,366 sampai 0,785. Item yang mempunyai daya beda item yang rendah mempunyai koefisien berkisar 0,285 sampai 0,043. Skor reliabilitas skala dukungan sosial keluarga yang menggunakan *alpa cronbach* dari 37 item didapatkan skor  $\alpha = 0,950$

maka berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan reliabel. Berikut rincian pengujian daya beda item yang tergolong tinggi serta rendah.

**Tabel 4. 4 Sebaran Item Daya Beda Tinggi Dan Rendah Skala Dukungan Sosial Keluarga**

Aspek	Item		Total
	Favorabel	Unfavorabel	
Dukungan emosional	1,2,3,9,10,	6,7,8,4,5*	10
Dukungan Instrumental	11*,12,17,18,19, 20	15,16*,13*,14*,24,25*	12
Dukungan informasi	26,27,28,29,30, 31	21*,22,23,35, 36, 37	12
Dukungan penghargaan	38,39, 40,43, 44	32, 33,34,41,42	10
<b>Total</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>44</b>

\*item yang mempunyai daya beda rendah

## 2) Skala Kecemasan dalam Merencanakan Pernikahan

Hasil yang didapatkan dalam pengujian daya beda item dari 40 item didapatkan 20 item yang mempunyai daya beda item kategori tinggi dan 20 item yang mempunyai daya beda item kategori rendah. Daya beda item yang tinggi mendapatkan skor koefisien berkisar 0,364 sampai 0,693. Item yang mempunyai daya beda item yang rendah mempunyai koefisien berkisar 0,221 sampai -0,349. Skor reliabilitas skala kecemasan dalam menghadapi pernikahan yang menggunakan *alpa cronbach* dari 20 item didapatkan skor  $\alpha = 0,909$  maka berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan reliabel. Berikut rincian pengujian daya beda item tinggi dan rendah.

**Tabel 4. 5 Sebaran Item Dengan Daya Beda Tinggi dan Rendah Skala Kecemasan dalam Merencanakan Pernikahan**

Aspek	Item		Total
	Favorabel	Unfavorabel	
Pikiran	1,2,3,4,5	9*, 10,11*,12*,13*	10
Suasana hati	14,15,16,	6*,7*,8*	6
Perilaku	17,18,19*	26*,27*,28*	6
Gejala biologis	29,30*,31,32,33, 34	20*,21*,22,23*,24*, 25*	12
Motivasi	38,39*,40	35*,36*,37	6
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>40</b>

\*item yang mempunyai daya beda rendah

e. Penomoran Ulang

1) Skala Dukungan Sosial Keluarga

Proses berikutnya setelah proses uji daya beda item adalah pemberian nomor item yang baru. Item yang dihapus adalah golongan item yang mempunyai daya beda yang tidak standar sedangkan item yang mempunyai skor daya beda item tinggi dimasukkan dalam proses selanjutnya. Susunan nomor item baru pada skala dukungan sosial keluarga.

**Tabel 4. 6 Sebaran Nomor Item Skala Dukungan Sosial Keluarga**

Aspek	Item		Total
	Favorabel	Unfavorabel	
Dukungan emosional	1(1),2(2),3(3),9(8),10(9),	6(5),7(6),8(7),4(4),	9
Dukungan Instrumental	12(10),17(12),18(13),19(14), 20(15)	15(11),24(18),	7
Dukungan informasi	26(19),27(20),28(21),29(22),30(23), 31(24)	22(16),23(17),35(28), 36(29), 37(30)	11
Dukungan penghargaan	38(31),39(32), 40(33),43(36), 44(37)	32(25), 33(26),34(27),41(34), 42(35)	10
<b>Total</b>	<b>21</b>	<b>16</b>	<b>37</b>

(..) penomoran item yang baru

2) Skala Kecemasan dalam Merencanakan Pernikahan

Proses berikutnya setelah proses uji daya beda item adalah pemberian nomor item yang baru. Item yang dihapus adalah kategori yang tidak sesuai standar sedangkan item yang mempunyai skor daya beda item yang lolos standar akan digunakan dalam penelitian. Susunan nomor item baru pada skala dukungan sosial keluarga.

**Tabel 4. 7 Sebaran Nomor Item Skala Kecemasan Dalam Merencanakan Pernikahan**

Aspek	Item		Total
	Favorabel	Unfavorabel	
Pikiran	1(1),2(2),3(3),4(4),5(5)	10(6)	6
Suasana hati	14(7),15(8),16(9),		3
Perilaku	17(10),18(11)		2
Gejala biologis	29(13),31(14), 32(15),33(16), 34(17)	22(12)	6
Motivasi	38(19),40(20)	37(18)	3
<b>Total</b>	<b>17</b>	<b>3</b>	<b>20</b>

(..) Penomoran item yang baru

**B. Pelaksanaan Penelitian**

Pelaksanaan tahap penelitian oleh peneliti pada tanggal 19 Juli 2024 sampai dengan tanggal 29 Juli 2024. Data peneliti didapatkan melalui media *Google form* via media sosial *WhatsApp*. Peneliti mengirimkan pesan kepada subjek atau mahasiswa Fakultas Psikologi UNISSULA angkatan 2020 dan 2021. Peneliti juga meminta bantuan komtang untuk mahasiswa agar mengisi *google form* penelitian yang telah dikirimkan.

Penelitian yang dilakukan ini menggunakan metode cluster random sampling dengan cara membuat empat kertas undian yang terdiri dari undian

pertama bertuliskan 2020, undian kedua bertuliskan 2021, undian ketiga berisi 2022, dan undian keempat berisi 2023. Undian tahap satu yang dilakukan adalah angkatan 2022 yang kemudian dijadikan sebagai subjek try out kemudian undian tahap dua yang terdiri dari tiga kertas undian terdiri dari kertas pertama berisi angkatan 20 dan 21, kemudian kertas kedua berisi angkatan 20 dan 23, serta kemudian kertas ketiga berisi angkatan 21 dan 23. Hasil undian tahap dua ini menghasilkan kertas undian pertama yang terdapat tulisan 2020 dan 2021 yang dijadikan sebagai subjek penelitian, berikut rincian subjek penelitian

**Tabel 4. 8 Data Mahasiswa Yang Menjadi Subjek**

Angkatan	Jumlah Keseluruhan	Jumlah yang Mengisi
2021	209	33
2020	186	48
<b>Total</b>	<b>395</b>	<b>81</b>

### C. Analisa Data dan Hasil Penelitian

Data yang sudah didapatkan dalam penelitian maka akan dilanjutkan untuk proses berikutnya yaitu tahap uji asumsi yang didalam prosesnya ada uji normalitas serta uji linearitas yang bertujuan agar data layak serta sesuai syarat yang dibutuhkan. Data yang sudah diolah melalui uji asumsi maka langkah selanjutnya adalah uji bagian hipotesis dan uji bagian deskriptif yang bertujuan untuk mendapatkan ilustrasi kelompok sampel yang dilakukan pengujian.

#### 1. Uji Asumsi

##### a. Uji Normalitas

Data yang sudah didapatkan kemudian dilakukan uji normalitas yang mempunyai tujuan untuk mengungkap kategori data dapat digolongkan terdistribusi normal atau tidak. Teknik dalam pengolahan data pada uji normalitas melalui pengujian *One-Sample Kolmogorov Smirnov*. Hasil data dikategorikan normal apabila mendapatkan skor signifikansi lebih dari 0,05. Rincian pengujian kategori normalitas pada data yaitu.

**Tabel 4. 9 Hasil Uji Normalitas**

Variabel	Mean	Standar deviasi	KS-Z	Sig.	P	Ket
Dukungan sosial keluarga	0,000	8,87	0,86	0,200	>0,05	Normal
Kecemasan dalam menghadapi pernikahan						

Hasil pada uji normalitas menemukan bahwa variabel dukungan sosial keluarga dengan kecemasan dalam merencanakan pernikahan mempunyai distribusi normal.

#### b. Uji Linearitas

Uji linearitas mempunyai tujuan untuk menentukan arah atau bentuk dari hubungan variabel independen dan dependen pada penelitian yang terdapat hubungan linear atau tidak. Hasil data yang didapatkan kemudian akan melalui pengujian menggunakan  $F_{\text{linear}}$  dengan menggunakan bantuan dari *SPSS for windows 25.0*

Uji linearitas yang digunakan pada bagian ini pada Dukungan Sosial Keluarga dan Kecemasan dalam Merencanakan Pernikahan didapatkan  $F_{\text{linear}}$  adalah 21,720 beserta skor signifikansi (sig) yaitu 0,564 ( $p > 0,05$ ) serta sumbangan efektif sebesar 220.

## 2. Uji Hipotesis

Hipotesis dalam tahap ini memakai metode korelasi pearson dalam menguji hubungan pada variabel bebas (X) dengan variabel tergantung (Y). Hasil yang didapatkan pada analisis koefisien korelasi (r) pada dukungan sosial keluarga dengan kecemasan dalam merencanakan pernikahan mendapatkan skor  $r_{xy} = -0,469$  dengan nilai taraf signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Skor yang didapatkan tersebut maka bisa dikatakan hipotesis diterima atas dasar pengujian serta adanya hubungan negatif yang cukup signifikan pada Dukungan Sosial Keluarga dengan Kecemasan dalam Merencanakan

Pernikahan pada Mahasiswa Usia Dewasa Awal Di Fakultas Psikologi UNISULA yang dimana apabila dukungan sosial dari keluarga semakin tinggi maka kecemasan dalam menghadapi pernikahan akan semakin rendah.

#### D. Deskripsi Hasil Penelitian

Skor pengukuran dan keadaan pada subjek dalam atribut penelitian ini dapat dijelaskan melalui deskripsi hasil pada penelitian. Penggolongan atau kategorisasi subjek dilandaskan pada distribusi normal yang mempunyai hubungan pada pembagian subjek secara bertingkat pada masing-masing variabel. Berikut merupakan norma pembagian atau penggolongan yang dipakai pada kajian ini.

**Tabel 4. 10 Norma Kategorisasi Skor**

Rentang Skor		Kategorisasi
$\mu + 1.5 \sigma$	$< x$	Sangat Tinggi
$\mu + 0.5 \sigma$	$< x \leq \mu + 1.5 \sigma$	Tinggi
$\mu - 0.5 \sigma$	$< x \leq \mu + 0.5 \sigma$	Sedang
$\mu - 1.5 \sigma$	$< x \leq \mu - 0.5 \sigma$	Rendah
$x$	$\leq \mu - 1.5 \sigma$	Sangat Rendah

**Keterangan**  $\mu$ = Mean hipotetik;  $\sigma$ = Standar deviasi hipotetik

#### 1. Deskripsi Data skor Dukungan Sosial Keluarga

Nilai skor pada dukungan sosial keluarga terdiri dari 37 item dengan rentang skor yang terdiri dari 1 hingga 4. Nilai skor minimum yang di peroleh pada subjek yaitu 37 dari (37 x 1) serta skor maksimum yaitu 148 (37 x 4). Nilai rentang skor keseluruhan yaitu 111 dari (148 – 37). Nilai standar deviasi didapatkan melalui skor maksimum dikurangi oleh skor minimum kemudian dibagi 6 atau ((148 – 37) : 6) yaitu 18,5. Hasil pada *mean* hipotetik yaitu 92,5 atau ((148+37):2).

**Tabel 4. 11 Perolehan Skor Skala Dukungan Sosial Keluarga**

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	59	37
Skor Maksimum	145	148
Mean (M)	111	92,5
Standar Deviasi	15	18,5

Hasil mean empirik yang diperoleh pada tabel diatas maka dapat diketahui bahwa rentang nilai subjek masuk pada kategori sedang yaitu mendapatkan skor

111. Deskripsi data pada variabel dukungan sosial keluarga secara menyeluruh akan mengikuti pedoman norma penggolongan atau kategorisasi sebagai berikut.

**Tabel 4. 12 Norma Kategorisasi Skala Dukungan Sosial Keluarga**

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$X < 89$	Sangat Rendah	3	4%
$89 < X \leq 104$	Rendah	19	23%
$104 < X \leq 119$	Sedang	38	47%
$119 < X \leq 134$	Tinggi	15	19%
$X > 134$	Sangat Tinggi	6	7%
<b>Total</b>		<b>81</b>	<b>100%</b>

Penjelasan menurut tabel diatas maka dapat disimpulkan bahwa kategori sangat rendah mempunyai total jumlah 3 mahasiswa, kategori rendah mendapatkan total jumlah 19 mahasiswa sedangkan kategori sedang memperoleh jumlah total 38 mahasiswa dan kategori tinggi mendapatkan jumlah 15 mahasiswa serta kategori sangat tinggi mempunyai total 6 mahasiswa. Penelitian yang dilakukan ini dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek mendapatkan rata-rata skor dukungan sosial keluarga pada kategori sedang, berikut rincian gambar norma pada dukungan sosial keluarga.



**Gambar 4. 1 Kategorisasi Persebaran Skor Variabel Dukungan Sosial Keluarga**

## 2. Deskripsi Data Skor Kecemasan dalam Merencanakan Pernikahan

Nilai skor pada Kecemasan dalam merencanakan pernikahan terdiri dari 20 item dengan skor yang terdiri dari 1 hingga 4. Nilai skor minimum yang di peroleh pada subjek yaitu 20 dari  $(20 \times 1)$  dan skor maksimum yaitu 80  $(20 \times 4)$ . Nilai rentang skor keseluruhan yaitu 60 dari  $(80 - 20)$ . Nilai standar deviasi didapatkan melalui skor maksimum dikurangi oleh skor minimum kemudian dibagi 6 atau  $((80 - 20) : 6)$  yaitu 10. Hasil pada *mean* hipotetik yaitu 50 atau  $((80+20):2)$ .

**Tabel 4. 13 Deskripsi Skor Pada Skala Kecemasan Dalam Menghadapi Pernikahan**

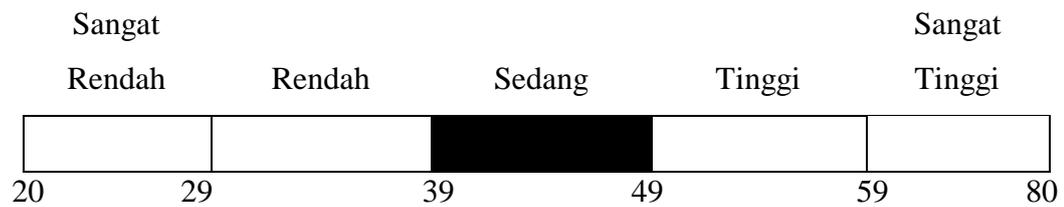
	<b>Empirik</b>	<b>Hipotetik</b>
Skor Minimum	20	20
Skor Maksimum	76	80
Mean (M)	44	50
Standar Deviasi	10	10

Hasil penjabaran pada mean empirik yang diperoleh pada tabel diatas diketahui nilai subjek digolongkan masuk pada kategori sedang yaitu mendapatkan skor 44. Deskripsi data pada variabel dukungan sosial keluarga secara menyeluruh akan mengikuti pedoman norma kategorisasi.

**Tabel 4. 14 Norma Kategorisasi Skala Kecemasan Dalam Menghadapi Pernikahan**

<b>Norma</b>	<b>Kategorisasi</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Presentase</b>
$X < 29$	Sangat Rendah	8	10%
$29 < X \leq 39$	Rendah	14	17%
$39 < X \leq 49$	Sedang	40	49%
$49 < X \leq 59$	Tinggi	15	19%
$X > 59$	Sangat Tinggi	4	5%
	<b>Total</b>	<b>81</b>	<b>100%</b>

Penjelasan menurut tabel diatas maka dapat disimpulkan bahwa kategori sangat rendah mempunyai total jumlah 8 mahasiswa, kategori rendah mendapatkan total jumlah 14 mahasiswa sedangkan kategori sedang memperoleh jumlah total 40 mahasiswa dan kategori tinggi mendapatkan jumlah 15 mahasiswa serta kategori sangat tinggi mempunyai total 4 mahasiswa. Penelitian yang dilakukan ini dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek mendapatkan rata-rata skor kecenderungan kecemasan dalam menghadapi pernikahan pada kategori sedang, berikut rincian gambar norma pada kecenderungan kecemasan dalam menghadapi pernikahan.



**Gambar 4. 2 Kategorisasi Persebaran Skor Variabel Kecemasan Dalam Menghadapi Pernikahan.**

### E. Pembahasan

Studi ini bertujuan untuk mencari tahu hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan pada mahasiswa usia dewasa awal Di Fakultas Psikologi UNISSULA. Penelitian ini melibatkan 81 mahasiswa yang terdiri dari 22 responden laki-laki dan 59 responden perempuan dengan rentang usia 20 tahun sampai 30 tahun. Hasil olah data mendapatkan hasil uji hipotesis yang menghasilkan nilai koefisien  $r_{xy}$  yaitu  $-0,469$  dengan nilai signifikansi  $0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang memakai teknik korelasi *pearson*. Perolehan yang dihasilkan tersebut berdasarkan hasil uji normalitas yang tergolong normal, maka dapat memakai pengujian statistik data parametrik yaitu korelasi *pearson*. Penelitian ini juga menunjukkan hipotesis diterima yaitu adanya hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan dalam menghadapi pernikahan pada mahasiswa usia dewasa awal di Fakultas Psikologi UNISSULA. Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tingginya pemberian dukungan sosial dari keluarga maka kecemasan dalam menghadapi pernikahan menjadi kecil atau sedikit dukungan sosial keluarga menjadikan naik dalam kecemasan menghadapi pernikahan pada subjek.

Penelitian lain yang membahas topik hampir serupa dengan penelitian ini yang dikaji oleh (Utomo dkk., 2015) juga mengungkapkan adanya hubungan yang tergolong signifikan antara dukungan sosial yang khusus pada aspek informasi terhadap tingkat kecemasan pada calon pengantin. Penelitian lain yang membahas variabel dukungan sosial dengan variabel kecemasan juga dilakukan oleh (Kurniati & Rozali, 2020) yang menunjukkan hasil bahwa ada pengaruh negatif

antara dukungan sosial terhadap kecemasan untuk menikah pada wanita dewasa awal yang berlatarbelakang orang tua bercerai.

Pengkajian oleh (Rachmawati, 2013) yang mengkaji hubungan dukungan sosial dengan kecemasan dalam memperoleh pasangan hidup juga mendapatkan hasil kajian yaitu semakin besar pemberian dukungan sosial maka kecemasan yang dialami akan menurun. Dukungan sosial juga mempunyai pengaruh terhadap kecemasan dalam mendapatkan pasangan hidup, pernyataan sebelumnya dapat dikatakan sesuai dengan kajian menurut Juniari (2022) yang menunjukkan hasil bahwa dukungan sosial mempunyai peran yang sebanyak 73,4% pada kecemasan mendapatkan pendamping hidup pada wanita yang mempunyai ikatan dengan budaya perkawinan nyetana di Bali serta 26,6% sisanya dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor atau penyebab lainnya.

Penelitian tentang dukungan sosial pada kecemasan perempuan dewasa yang belum menjalin pernikahan juga dilakukan oleh Wijayati (2017) menunjukkan bahwa ada hubungan antara kepercayaan diri dengan dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan perempuan dewasa awal yang masih lajang. Penelitian tersebut hampir sesuai apa yang diteliti oleh penelitian ini yang menunjukkan ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan dalam menghadapi pernikahan pada mahasiswa usia dewasa awal.

Hasil pada pengkajian pada studi ini pada variabel dukungan sosial keluarga memperoleh kategorisasi pada level sedang yang berdasarkan pada mean empirik sebesar 111 dan mean hipotetik sebesar 92,5 sehingga dapat mengetahui dukungan sosial keluarga pada mahasiswa usia dewasa awal Fakultas Psikologi awal UNISSULA. Variabel kecemasan dalam menghadapi pernikahan pada penelitian ini menunjukkan data bahwa kategorisasi pada variabel ini menunjukkan pada kategori sedang yang berdasarkan hasil mean empirik sebesar 44 sedangkan mean hipotetik sebanyak 50, maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan dalam menghadapi pernikahan pada mahasiswa usia dewasa awal Fakultas Psikologi UNISSULA.

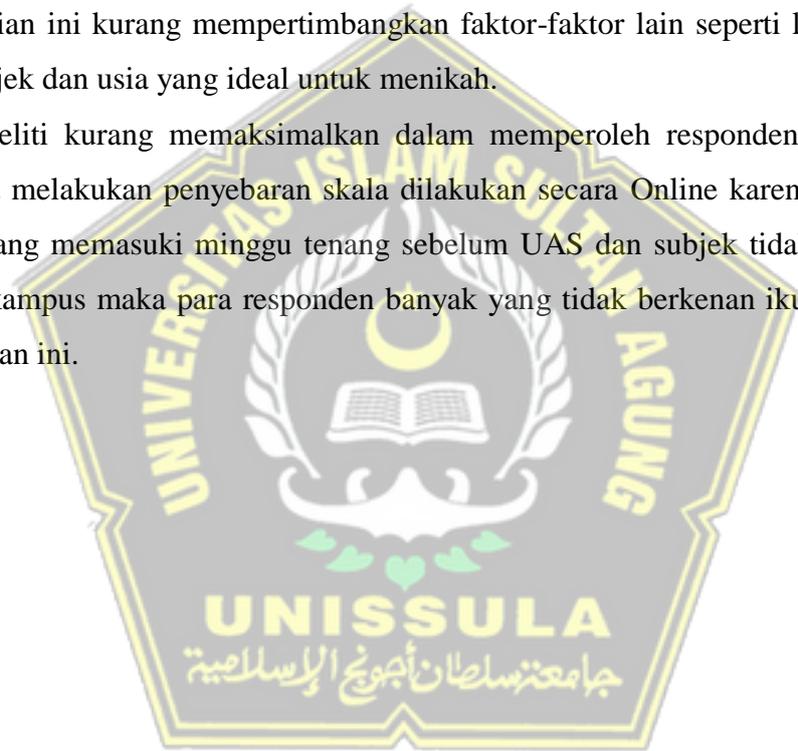
Penelitian yang dilakukan ini maka kesimpulan yang bisa didapatkan bahwa ada hubungan dukungan sosial keluarga dengan kecemasan dalam

menghadapi pernikahan pada mahasiswa usia dewasa awal di Fakultas Psikologi UNISSULA. Dukungan sosial keluarga pada mahasiswa usia dewasa awal Fakultas Psikologi UNISSULA tergolong sedang dan kecemasan dalam menghadapi pernikahan pada golongan sedang.

#### **F. Kelemahan Penelitian**

Penelitian yang dilakukan ini mempunyai kelemahan di dalam melakukan studi yang dicantumkan sebagai berikut.

1. Kajian ini kurang mempertimbangkan faktor-faktor lain seperti latar belakang subjek dan usia yang ideal untuk menikah.
2. Peneliti kurang memaksimalkan dalam memperoleh responden karena pada saat melakukan penyebaran skala dilakukan secara Online karena para subjek sedang memasuki minggu tenang sebelum UAS dan subjek tidak beraktivitas di kampus maka para responden banyak yang tidak berkenan ikut serta dalam kajian ini.



## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan studi yang dikaji ini maka dapat diperoleh kesimpulan bahwa hipotesis kajian ini diterima yaitu terdapat hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan dalam menghadapi pernikahan pada mahasiswa usia dewasa awal Di Fakultas Psikologi UNISSULA.

#### **B. Saran**

##### 1. Saran bagi Mahasiswa

Mahasiswa dapat diharapkan untuk selalu membangun dan memperoleh kualitas hubungan yang baik pada keluarga agar dapat terhindar atau mengurangi kecemasan. Dukungan sosial mempunyai kelekatan pada manusia karena tidak bisa lepas dari manusia atau manusia pasti membutuhkan bantuan dan perlu diberikan bantuan. Dukungan mempunyai bentuk yang banyak yang setiap bentuknya mempunyai manfaatnya. Mahasiswa harus banyak-banyak mencari ilmu terutama yang ingin menikah harus mempersiapkan dengan matang karena menikah bukan hal yang mudah melainkan sebuah ibadah.

##### 2. Saran bagi Penelitian Selanjutnya

Peneliti yang ingin mengambil topik permasalahan yang relatif sama sebaiknya memperhatikan usia subjek yang akan diteliti dan latar belakang dari subjek serta mempertimbangkan faktor-faktor yang lebih detail agar memperoleh hasil yang bervariasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adha, H. D. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Ibu Pekerja Penuh Waktu Skripsi [Universitas Islam Indonesia Yogyakarta]. In *Universitas Islam Indonesia*. [https://dspace.uui.ac.id/bitstream/handle/123456789/6647/Skripsi%28Heriyanti Dwi Adha-14320189%29.pdf](https://dspace.uui.ac.id/bitstream/handle/123456789/6647/Skripsi%28Heriyanti%20Dwi%20Adha-14320189%29.pdf)
- Aini, H., & Afdal, A. (2020). Analisis kesiapan psikologis pasangan dalam menghadapi pernikahan. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, 4(2), 136–146. <https://doi.org/10.24036/4.24372>
- Andriyani, A. (2018). Teknik sampling dengan cluster sampling [Universitas Mercu Buana]. In *Jurnal ilmu komunikasi*. [https://www.researchgate.net/publication/353116203\\_TEKNIK\\_SAMPLING\\_DENGAN\\_CLUSTER\\_SAMPLING](https://www.researchgate.net/publication/353116203_TEKNIK_SAMPLING_DENGAN_CLUSTER_SAMPLING)
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep kecemasan (anxiety) pada lanjut usia (lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Atabik, A., & Mudhiyah, K. (2014). Pernikahan dan hikmahnya perspektif hukum Islam. *Yudisia*, 5(2), 293–294. <http://journal.iainkudus.ac.id/index.php/Yudisia/article/view/703>
- Azwar, S. (2022). *Penyusunan skala psikologi* (3rd ed.). Pustaka Pelajar.
- Blackburn, I. M., & Davidson, K. (1990). *Cognitive Therapy for Depression & Anxiety*. Blackwell Science.
- Daradjat, Z. (1990). *Kesehatan mental*. Gunung Agung.
- Dewi, N. L. P., Endiana, I. D. M., & Arizona, I. P. E. (2019). Pengaruh rasio likuiditas, rasio leverage dan rasio profitabilitas terhadap Financial Distress pada perusahaan manufaktur. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(November), 1689–1699.
- Duvall, E. (1978). Marriage and Family Development. *The Family Coordinator*, 27(4), 479. <https://doi.org/10.2307/583458>
- Eprila, Kusumawaty, & Yunike. (2023). Kecemasan calon pengantin dalam menghadapi pernikahan. *Journal of Engineering Research*, 5, 662–669. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/joting.v5i1.5830>
- Fadhillah, R., & Afdal. (2024). Gambaran Kecemasan terhadap Pernikahan di Tinjau dari Jenis Kelamin. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 7277–7289.
- Feist, J., & Feist, G. (2018). Theories of personality. In *Designing the compassionate city* (9th ed.). McGraw-Hill Education.
- Firmansyah, D., & Dede. (2022). Teknik pengambilan sampel umum dalam

- metodologi. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(2), 85–114.  
<https://doi.org/10.55927/jiph.v1i2.937>
- Friedman, M. M. (1992). Family nursing theory and practice. In *Intelligence and National Security* (3rd ed., Vol. 33, Issue 4). Appleton & Lange.  
<https://doi.org/10.1080/02684527.2018.1452596>
- Haq, F. (2016). *Hubungan antara religiusitas dengan kecemasan menghadapi pernikahan* [Universitas Muhammadiyah Surakarta].  
[https://eprints.ums.ac.id/47089/19/Naskah\\_Publikasi.pdf](https://eprints.ums.ac.id/47089/19/Naskah_Publikasi.pdf)
- Himawan, K. K. (2019). Either I do or I must: An exploration of the marriage attitudes of Indonesian singles. *The Social Science Journal*, 56(2), 220–227.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.soscij.2018.07.007>
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan* (5th ed.). Erlangga.
- Jeffrey S., N., Spencer A., R., & Greene, B. (2013). Abnormal Psych text book. In *Abnormal Psych Textbook* (9th ed.). Pearson Education.
- Juniari, N. M. A. D. N. (2022). *Peran dukungan sosial terhadap kecemasan memperoleh pasangan hidup pada perempuan yang terikat dengan adat perkawinan nyentana di Kabupaten Tabanan Bali* [Universitas Negeri Malang]. <https://repository.um.ac.id/265225/>
- Kurniati, A., & Rozali, Y. A. (2020). Pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan untuk menikah pada wanita dewasa awal dengan latar belakang orangtua bercerai. *JCA of Psychology*, 1(2), 85–92.  
<https://jca.esaunggul.ac.id/index.php/jpsy/article/view/45>
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2012). *Experience human development* (12th ed.). McGraw-Hill.
- Pebyamoriski, N., Minarni, & Musawwir. (2022). Perbedaan kecemasan memilih pasangan hidup pada dewasa awal berdasarkan demografi. *Jurnal Psikologi*, 15(2), 219–228. <https://doi.org/10.35760/psi.2022.v15i2.6036>
- Pranata, Y. (2011). *Kecemasan menghadapi pernikahan pada wanita dewasa awal di Surabaya* [Univeritas Ciputra].  
<https://dspace.uc.ac.id/handle/123456789/4329>
- Rachmawati, R. (2013). *Hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan memperoleh pasangan hidup pada wanita: Vol. Skripsi* [Universitas Muhammadiyah Surakarta].  
[https://eprints.ums.ac.id/24076/12/02.\\_Naskah\\_Publikasi.pdf](https://eprints.ums.ac.id/24076/12/02._Naskah_Publikasi.pdf)
- Rahmi, N. (2021). *Perbedaan kecemasan menghadapi pernikahan ditinjau dari jenis kelamin pada dewasa awal Di Kecamatan Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar* (Vol. 7, Issue 3) [UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

AR-RANIRY BANDA ACEH]. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/21423/>

Ramaiah, S. (2003). *Kecemasan bagaimana mengatasi penyebabnya*. Putaka Populer Obor.

Retnawati, H. (2017). Teknik pengambilan sampel [Universitas Negeri Yogyakarta]. In *Ekp.*  
[https://scholar.google.com/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=id&user=7CzPTYIAAAAJ&citation\\_for\\_view=7CzPTYIAAAAJ:oi2SiIJ9I4AC](https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=7CzPTYIAAAAJ&citation_for_view=7CzPTYIAAAAJ:oi2SiIJ9I4AC)

Ridha, N. (2017). Proses penelitian, masalah, variabel, dan paradigma penelitian. *Computer Graphics Forum*, 14(1), 62–70. <https://doi.org/10.1111/cgf.13898>

Rif'ati, M. I., Arumsari, A., Fajriani, N., Maghfiroh, V. S., Abidi, A. F., Chusairi, A., & Hadi, C. (2018). Konsep dukungan sosial. *Gender and Development*, 1–10.  
[https://www.researchgate.net/publication/328354497\\_KONSEP\\_DUKUNGAN\\_SOSIAL](https://www.researchgate.net/publication/328354497_KONSEP_DUKUNGAN_SOSIAL)

Sa'adah, M. (2019). *Kecemasan pasangan calon pengantin (studi kasus pada WB dan PS, JI dan PP, EP dan NS) dan bimbingan pra nikah Di KUA Jekan Raya Kota Palangka Raya [INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALANGKA RAYA]*. <http://digilib.iain-palangkaraya.ac.id/2133/1/MiftahusSa%27adah-1503120001.pdf>

Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2010). *Health psychology biopsychosocial intractions* (7th ed.). John Wiley & Sons, INC.

Sarason, I. G., & Sarason, B. R. (1987). Social support theory, research and applications. In *Journal of Japan academy of nursing science* (Series D). Martinus Nijhoff.

Sari, F., & Sunarti, E. (2013). Kesiapan menikah pada dewasa muda dan pengaruhnya terhadap usia menikah. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 6(3), 143–153. <https://doi.org/10.24156/jikk.2013.6.3.143>

Sari, W., Arif, M., & Elkhairati. (2021). Pemikiran Ibrahim Hosen tentang konsep pernikahan dan kontribusinya terhadap pembaruan hukum perkawinan Di Indonesia. *Al-Istinbath: Jurnal Hukum Islam*, 6(1), 127–144. <https://doi.org/10.29240/jhi.v6i1.2540>

Taylor, S. E., Sirois, F. M., & Molnar, D. S. (2020). *Health psychology* (5th ed.). McGraw-Hill Ryerson Limited.

Utomo, Y., Sumarni, & Marchira, C. R. (2015). *Hubungan dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada pasangan yang akan menikah pada tahun 2014 di Kantor Urusan Agama Yogyakarta [Universitas Gadjah Mada]*. <https://www.bing.com/ck/a?!&&p=2d1f6b0329b48decJmltdHM9MTcwNTA>

xNzYwMCZpZ3VpZD0xNTBiNWE0MS1mZTJmLTZmZDIzMzlhYy01NDg1ZmZlNDZlNDkmaW5zaWQ9NTQzNA&pbn=3&ver=2&hsh=3&fclid=150b5a41-fe2f-6fd2-39ac-5485ffe46e49&psq=hubungan+dukungan+sosial+dengan+kecemasan+dalam  
+

Widaningsih, S., Umarianti, T., & Rohmatika, D. (2023). *Gambaran tingkat kecemasan calon pengantin dalam menghadapi persiapan pernikahan di Kecamatan Polokarto* [Universitas Kusuma Husada Surakarta]. [https://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/5231/1/ARTIKEL\\_WIDANINGSIH.pdf](https://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/5231/1/ARTIKEL_WIDANINGSIH.pdf)

Wijayati, R. P. (2017). *Hubungan kepercayaan diri dan dukungan sosial terhadap kecemasan perempuan dewasa awal yang belum menikah* [Universitas Katolik Soegijapranata]. <https://repository.unika.ac.id/15104/>

Winarick, D. (2024). *How can Anxiety and depression affect your relationship*. TherapyEverywhere.Com. <https://psychologistsny.com/how-can-anxiety-and-depression-affect-your-relationship/>

Yanti, C. A., & Akhri, I. J. (2022). Perbedaan uji korelasi pearson, spearman dan kendall tau dalam menganalisis kejadian diare. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 6(1), 51–58. <https://doi.org/10.22216/jen.v6i1.137>

