

**PENGARUH KECEMASAN KOMUNIKASI  
(COMMUNICATION APPREHENSION) TERHADAP  
EMOTIONAL WELL-BEING PADA GURU TK DI  
PURWOKERTO DENGAN SELF COMPASSION SEBAGAI  
VARIABEL MODERATOR**



**SKRIPSI**

**AZMI HANIFAH  
1707010010**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO  
PURWOKERTO, 2021**

**PENGARUH KECEMASAN KOMUNIKASI  
(COMMUNICATION APPREHENSION) TERHADAP  
EMOTIONAL WELL-BEING PADA GURU TK DI  
PURWOKERTO DENGAN *SELF COMPASSION* SEBAGAI  
VARIABEL MODERATOR**



**SKRIPSI**

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Mencapai Derajat  
Sarjana S-1 Bidang Psikologi**

**AZMI HANIFAH  
1707010010**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO  
PURWOKERTO, 2021**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Azmi Hanifah  
Tempat /Tanggal Lahir : Purwokerto, 19 Juni 1999  
NIM : 1707010010  
Fakultas/Jurusan : Psikologi/Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul:

*“Pengaruh Kecemasan Komunikasi (Communication Apprehension) terhadap Emotional Well-Being pada Guru TK di Purwokerto dengan Self Compassion sebagai Variabel Moderator”* adalah asli dan bukan dari menjiplak karya penelitian dari orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat, apabila dikemudian hari ditemukan ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, 22 Juli 2021



Azmi Hanifah

**HALAMAN PENGESAHAN**

**PENGARUH KECEMASAN KOMUNIKASI (*COMMUNICATION APPREHENSION*) TERHADAP *EMOTIONAL WELL-BEING* PADA GURU TK DI PURWOKERTO DENGAN *SELF COMPASSION* SEBAGAI VARIABEL MODERATOR**

Yang diajukan oleh:

**AZMI HANIFAH**  
**1707010010**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji


Pada tanggal 22 Juli 2021

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Ketua,

Sekretaris,

  
Imam Faisal Hamzah, S.Psi., M.A  
NIK/NIP. 2160740

  
Imam Faisal Hamzah, S.Psi., M.A  
NIK/NIP. 2160740


Penguji 1,

Penguji 2,

  
Dr. Nur'aeni, S.Psi., M.Si  
NIK/NIP. 2160205

  
Gisella Arnis Grafiyana, S.Psi., M.A  
NIK/NIP. 2160894

Penguji 3,

  
Dra. Tri Na'imah, S.Psi., M.Si  
NIK/NIP. 2160085

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Muhammadiyah Purwokerto

  
Dr. Nur'aeni, S.Psi., M.Si  
NIK/NIP. 2160205



## HALAMAN PERSEMBAHAN

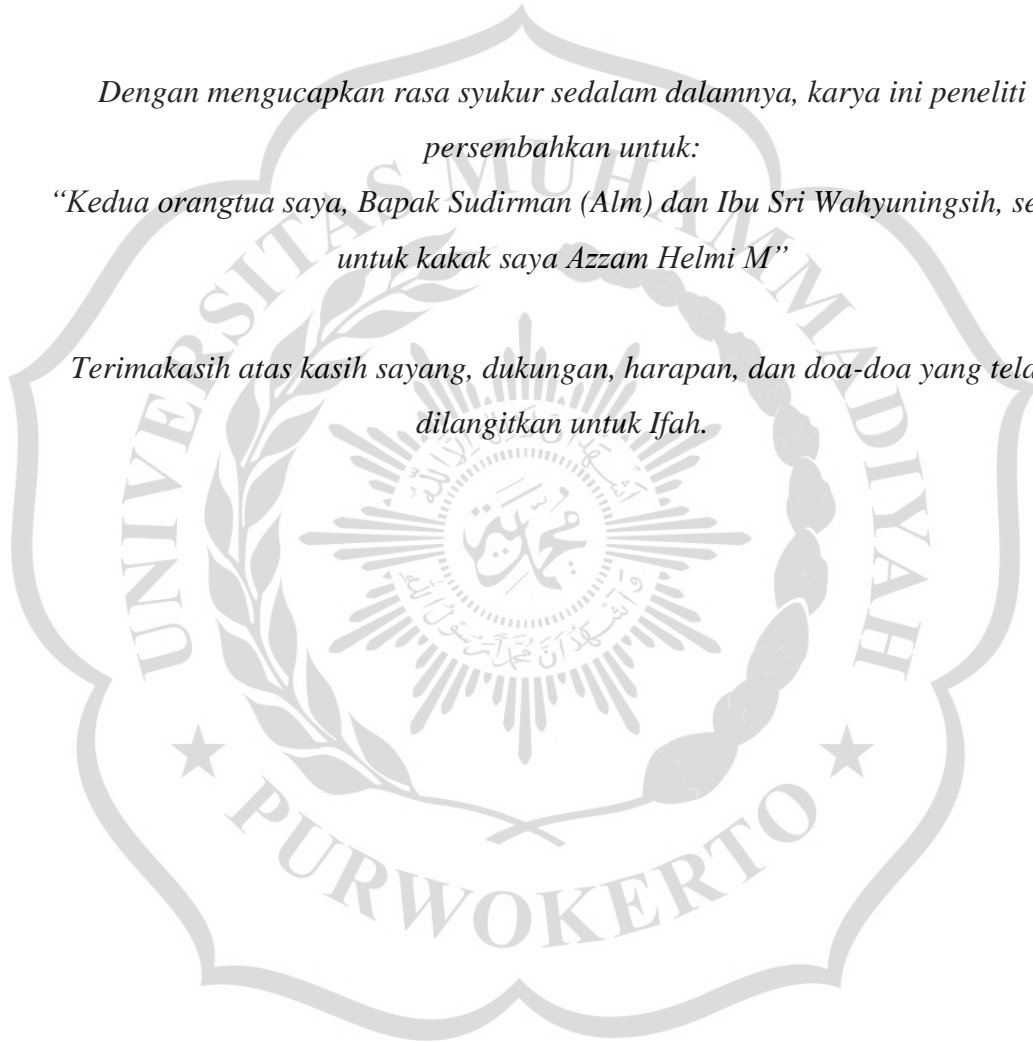
*Bismillahirrahmanirrahim,*

*Bukan hal yang mudah bagi peneliti hingga akhirnya mampu menyelesaikan skripsi ini. Tentu dengan pertolongan Allah, doa dan dukungan yang telah diberikan oleh orang-orang baik.*

*Dengan mengucapkan rasa syukur sedalam dalamnya, karya ini peneliti persembahkan untuk:*

*“Kedua orangtua saya, Bapak Sudirman (Alm) dan Ibu Sri Wahyuningsih, serta untuk kakak saya Azzam Helmi M”*

*Terimakasih atas kasih sayang, dukungan, harapan, dan doa-doa yang telah dilangitkan untuk Ifah.*



## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarokatuh*

*Alhamdulillahirobbil'alamin* segala puji bagi Allah yang telah melimpahkan segala rahmat serta karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini di waktu yang tepat. Shalawat serta salam semoga selalu tercurah kepada Nabi Muhammad sallallahu alaihi wasallam, keluarga serta para pengikutnya hingga akhir zaman. Peneliti menyadari bahwa bukan hal yang mudah untuk dapat menyusun skripsi ini hingga tuntas. Penelitian yang dilakukan pada masa pandemi ini membuat peneliti harus mengeluarkan upaya lebih besar agar penelitian dapat tetap berjalan dengan semestinya. Maka dari itu tanpa mengurangi rasa hormat dan dengan kerendahan hati, ucapan terimakasih peneliti sampaikan kepada:

1. Dr. Nur'aeni, S.Psi., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah memberikan kelancaran pada proses perkuliahan kami.
2. Imam Faisal H, S.Psi., M.A selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah memberikan kelancaran dalam hal akademik maupun keorganisasian pada masa perkuliahan kami.
3. Ugung Dwi Ario Wibowo, S.Psi., M.Si selaku Dosen Pembimbing Akademik, terimakasih atas arahan yang telah diberikan selama peneliti menjalani masa perkuliahan.
4. Dra. Tri Na'imah, M.Si selaku Dosen Pembimbing skripsi, dan telah mengampu kami dalam mata kuliah MPK dan TPS. Terimakasih atas

kesabarannya yang luar biasa dalam membimbing kami hingga kami mampu menyelesaikan skripsi ini.

5. Gisella Arnis Grafiyana, S.Psi., M.A selaku KaProdi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto, terimakasih kami ucapkan karena telah membimbing kami dalam mata kuliah aplikasi komputer dan memberikan pemahaman teknik analisis kepada kami .
6. Zaldhi Yusuf Akbar, S.Psi., M.Psi selaku sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto. Terimakasih kami ucapkan karena telah memberikan kemudahan dalam setiap proses perkuliahan.
7. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah memberikan ilmu, pelajaran serta pengalaman yang berharga bagi penulis.
8. Staff TU serta karyawan Fakultas Psikologi yang telah membantu penulis selama menjalani masa perkuliahan.
9. Seluruh guru TK di Kota Purwokerto dan Kecamatan Sumbang yang telah berkontribusi dalam terlaksananya penelitian serta tersusunya skripsi ini.
10. Teman-teman yang kebersamai semenjak awal memasuki gerbang perkuliahan: Nuzulul Hidayah, Prima Dhea, Husnul Khotimah, Nugraha Rizki. Terimakasih atas semua hal baik dan buruk, atas waktu, semua cerita dan pelajaran yang diberikan.
11. Teman-teman saya Nurcholis, Putri Salma, Nurul Lathifah, Oktri Cahyaning Trisna yang selalu ada ketika sedih maupun senang. Terimakasih

atas semua hal baik dan buruk, atas waktu dan kebersamaan, atas semua cerita dan wejangan yang diberikan.

12. Teman-teman kelas A angkatan 2017, terimakasih atas segala kebaikan dan kerjasama yang diberikan selama menjalani masa perkuliahan.

13. Teman-teman pejuang skripsi seperbimbingan ibu Tri, terimakasih atas semua kerjasama, kebersamaan, dukungan dan motivasi yang telah diberikan.

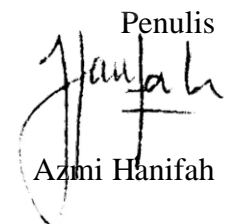
14. Teman-teman KKN-T PPC UMP Desa Cindaga tahun 2021. Terimakasih atas kebersamaan dan pengalaman luar biasa yang telah diberikan selama 32 hari.

15. Semua orang baik yang telah hadir dalam kehidupan saya.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, segala saran dan kritik yang membangun akan sangat berharga bagi peneliti. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat untuk semua pihak yang membutuhkan.

*Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarokatuh*

Purwokerto, Juli 2021

Penulis  
  
Azmi Hanifah

**PENGARUH KECEMASAN KOMUNIKASI (*COMMUNICATION APPREHENSION*) TERHADAP *EMOTIONAL WELL-BEING* PADA GURU TK DI PURWOKERTO DENGAN *SELF COMPASSION* SEBAGAI VARIABEL MODERATOR**

**ABSTRAK**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kecemasan komunikasi terhadap *emotional well-being* pada guru TK di Kota Purwokerto, serta untuk mengetahui pengaruh kecemasan komunikasi terhadap *emotional well-being* pada guru TK di Kota Purwokerto jika dimoderatori *self compassion*.

Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan skala kecemasan komunikasi ( $\alpha = 0,931$ ), skala *emotional well-being* ( $\alpha = 0,912$ ) dan skala *self compassion* ( $\alpha = 0,883$ ). Sampel dalam penelitian sebanyak 102 guru TK di kota Purwokerto. Teknik analisis dalam penelitian ini menggunakan *Moderated Regression Analysis* dengan alat bantu perhitungan program SPSS 23.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa diperoleh nilai F sebesar 87.245, dengan nilai t sebesar -9,340 dengan nilai signifikansi ( $p = 0,000$ ) ( $p < 0,01$ ) dan  $R_{square} = 0,466$  yang berarti kecemasan komunikasi memiliki pengaruh negative dan signifikan sebesar 46,6% terhadap *emotional well-being*. Namun diperoleh nilai F sebesar 40.727 dengan nilai t sebesar 0,956 dengan ( $p = 0,342$ ) ( $p > 0,01$ ) pada analisis persamamaan III sehingga *self compassion* terbukti tidak dapat menjadi moderator dalam pengaruh kecemasan komunikasi terhadap *emotional well-being* pada guru TK. Terdapat temuan lain dalam penelitian ini yaitu *self compassion* dapat berperan sebagai variabel bebas dan berpengaruh terhadap *emotional well-being* sebesar 41,8%. Variabel kecemasan komunikasi dan *self compassion* secara simultan atau secara bersama-sama berpengaruh sebesar 55,1% terhadap *emotional well-being* pada guru TK di Kota Purwokerto.

**Kata Kunci:** Kecemasan komunikasi, *emotional well-being*, *self compassion*.

# **THE EFFECT OF COMMUNICATION APPREHENSION ON EMOTIONAL WELL-BEING OF KINDERGARTEN TEACHERS IN PURWOKERTO WITH SELF COMPASSION AS MODERATOR**

## **ABSTRACT**

The purpose of this study was to determine the effect of communication apprehension on emotional well-being in kindergarten teachers in Purwokerto City, and to determine the effect of communication apprehension on emotional well-being in kindergarten teachers in Purwokerto City if moderated by self-compassion.

Data collection in this study used a communication apprehension scale ( $\alpha = 0.931$ ), emotional well-being scale ( $\alpha = 0.912$ ) and self-compassion scale ( $\alpha = 0.883$ ). The sample in the study was 102 kindergarten teachers in Purwokerto. The analysis technique uses Moderated Regression Analysis with the SPSS 23 program calculation tool.

The results showed that the F value was 87,245, with t value of -9.340 with significance ( $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ )) and Rsquare = 0.466, which means that communication apprehension has 46.6% negative and significant effect on emotional well-being. However, F value of 40,727 was obtained with t value of 0.956 with ( $p = 0.342$  ( $p > 0.01$ )) in the analysis of equation III so that self-compassion proved unable to be a moderator in the effect of communication apprehension on emotional well-being in kindergarten teachers. There are other findings in this study, self-compassion can act as an independent variable and affect emotional well-being by 41.8%. The variables of communication apprehension and self-compassion simultaneously or together have an effect of 55.1% on emotional well-being in kindergarten teachers in Purwokerto.

**Keywords:** Communication apprehension, emotional well-being, self-compassion.

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
ABSTRAK .....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
MOTTO.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	16
C. Tujuan Penelitian .....	16
D. Manfaat Penelitian .....	17
E. Perbedaan Dengan Penelitian Sebelumnya .....	17
BAB II KAJIAN TEORI .....	19
A. <i>Emotional Well-Being</i> .....	19
1. Konsep <i>Emotional Well-Being</i> .....	19
2. Aspek-Aspek <i>Emotional Well-Being</i> .....	24
3. Faktor Yang Mempengaruhi <i>Emotional Well-Being</i> .....	26
B. Kecemasan Komunikasi .....	29
1. Konsep Kecemasan Komunikasi .....	29
2. Aspek Kecemasan Komunikasi .....	32
3. Faktor Kecemasan Komunikasi .....	35
C. <i>Self Compassion</i> .....	38
1. Konsep <i>Self Compassion</i> .....	38

2. Aspek <i>Self Compassion</i> .....	40
3. Faktor <i>Self Compassion</i> .....	42
D. Guru Taman Kanak-Kanak .....	44
E. Keterkaitan Variabel Bebas dengan Variabel Terikat .....	47
F. Hipotesis Penelitian .....	51
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	<b>52</b>
A. Identifikasi Variabel Penelitian .....	52
B. Definisi Operasional .....	52
C. Populasi Dan Sampel .....	54
D. Metode Pengumpulan Data .....	56
E. Validitas Dan Realibilitas .....	59
F. Metode Analisis Data .....	61
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>63</b>
A. Hasil .....	63
1. Persiapan Penelitian .....	63
a. Orientasi Kanchah .....	63
b. Izin Penelitian .....	64
2. Pelaksanaan Penelitian .....	64
a. Penyusunan Alat Pengumpul Data .....	64
b. Prosedur Pengumpulan Data .....	68
c. Hasil Uji Coba Alat Ukur .....	69
d. Analisis Data .....	76
B. Pembahasan .....	89
<b>BAB V PENUTUP</b> .....	<b>99</b>
A. Kesimpulan .....	99
B. Saran .....	99
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>102</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>111</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Data Jumlah Guru Tk Di Purwokerto .....	54
Tabel 2 Sistem Skor Skala <i>Emotional Well-Being</i> .....	57
Tabel 3 <i>Blue Print</i> Skala <i>Emotional Well-Being</i> .....	57
Tabel 4 Sistem Skor Skala Kecemasan Komunikasi .....	58
Tabel 5 <i>Blue Print</i> Skala Kecemasan Komunikasi .....	58
Tabel 6 Sistem Skor Skala <i>Self Compassion</i> .....	59
Tabel 7 <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Compassion</i> .....	59
Tabel 8 <i>Blue Print</i> Skala <i>Emotional Well-Being</i> Sebelum <i>Tryout</i> .....	70
Tabel 9 <i>Blue Print</i> Skala <i>Emotional Well-Being</i> Setelah <i>Tryout</i> .....	71
Tabel 10 <i>Blue Print</i> Skala Kecemasan Komunikasi Sebelum <i>Tryout</i> .....	72
Tabel 11 <i>Blue Print</i> Skala Kecemasan Komunikasi Setelah <i>Tryout</i> .....	72
Tabel 12 <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Compassion</i> Sebelum <i>Tryout</i> .....	74
Tabel 13 <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Compassion</i> Setelah <i>Tryout</i> .....	74
Tabel 14 Hasil Uji Reliabilitas .....	75
Tabel 15 Hasil Uji Normalitas .....	76
Tabel 16 Hasil Uji Linearitas .....	77
Tabel 17 Hasil Uji Multikolinearitas .....	78
Tabel 18 Data Demografi Penelitian .....	79
Tabel 19 Deskripsi Data .....	80
Tabel 20 Karakteristik <i>Emotional Well-Being</i> Responden .....	81
Tabel 21 Karakteristik Kecemasan Komunikasi Responden .....	82
Tabel 22 Karakteristik <i>Self Compassion</i> Responden .....	82

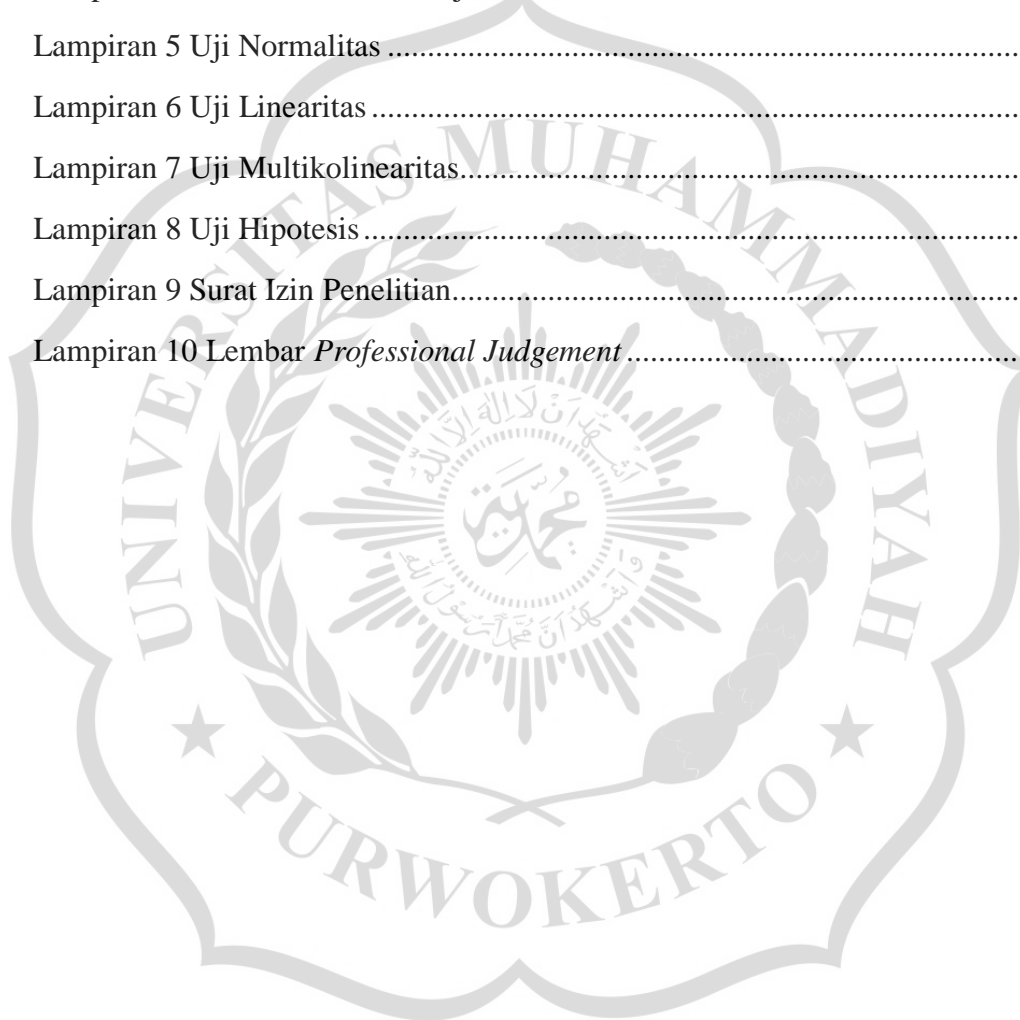
## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Bagan Kerangka Berpikir .....51



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Penelitian .....	112
Lampiran 2 <i>Google Form</i> Penelitian.....	119
Lampiran 3 Data Kasar Penelitian .....	121
Lampiran 4 Seleksi Aitem dan Uji Reliabilitas.....	132
Lampiran 5 Uji Normalitas .....	139
Lampiran 6 Uji Linearitas .....	141
Lampiran 7 Uji Multikolinearitas.....	144
Lampiran 8 Uji Hipotesis.....	146
Lampiran 9 Surat Izin Penelitian.....	150
Lampiran 10 Lembar <i>Professional Judgement</i> .....	154



## MOTTO

Setiap insan pasti pernah merasakan suka dan duka.  
Oleh karena itu, jadikanlah sukamu adalah syukur dan dukamu adalah sabar.  
(Ikrimah r.a)

"Ya Allah, aku berlindung pada-Mu dari rasa sedih dan gelisah, aku berlindung pada-Mu dari sifat lemah dan malas, dan aku berlindung pada-Mu dari sikap pengecut dan bakhil, dan aku berlindung pada-Mu dari cengkaman hutang dan penindasan orang"

(HR. Bukhori)

