

**HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN EMOSI DENGAN  
KECEMASAN MENGHADAPI MENOPAUSE PADA POLISI WANITA DI  
WILAYAH BANYUMAS**



**SKRIPSI**

**Untuk memenuhi sebagian persyaratan  
dalam mencapai derajat Sarjana Strata 1 Bidang Psikologi**

**OLEH :**

**RANI BUDI UTAMI  
0807010009**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO**

**2013**

## *MOTTO*

Allah berfirman: "Turunlah kamu semua dari surga itu! Kemudian jika datang petunjuk-Ku kepadamu, maka barang siapa yang mengikuti petunjuk-Ku, niscaya tidak ada kekhawatiran atas mereka, dan tidak (pula) mereka bersedih hati".

Al-Baqarah (38)

Apabila di dalam diri seseorang masih ada rasa malu dan takut untuk berbuat suatu kebaikan, maka jaminan bagi orang tersebut adalah tidak akan bertemunya ia dengan kemajuan selangkah pun.

(Bung Karno)

Biasakanlah untuk berkata "akan saya coba", selama itu positif mulailah bertindak....ketakutan akan adanya kegagalan dari yang kita lakukan...tanpa kita sadari, hal itulah yang akan menghambat

jalanmu,

(Peneliti)

Menjadi tua itu pasti...tapi menjadi dewasa adalah pilihan...

(Peneliti)

# HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN EMOSI DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI MENOPAUSE PADA POLISI WANITA DI WILAYAH BANYUMAS

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kematangan emosi dengan kecemasan menghadapi menopause pada polwan di Wilayah Banyumas. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara kematangan emosi dengan kecemasan menghadapi menopause pada polwan di Wilayah Banyumas.

Responden penelitian ini adalah polwan sejumlah 38 orang berusia lebih dari 40 tahun. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis regresi linear sederhana. Metode pengumpulan data menggunakan skala, yaitu skala kematangan emosi dan skala kecemasan menghadapi menopause. Skala kecemasan menghadapi menopause bergerak dari 0,349 sampai 0,565 dengan  $r_{tabel}$  0,32. Sedangkan skala kematangan emosi bergerak dari 0,322 sampai 0,528  $r_{tabel}$  0,32. Hasil uji reliabilitas skala kematangan emosi diperoleh nilai  $\alpha$  sebesar 0,855 dan skala kecemasan menghadapi menopause diperoleh nilai sebesar  $\alpha$  sebesar 0,910.

Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai F sebesar 34,551 dengan probabilitas 0,000 serta taraf signifikansi 5% menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dengan kecemasan menghadapi menopause pada polwan yang ada di Wilayah Banyumas dengan persamaan regresi  $Y = 233,596 - 0,862X$ . Hal ini menunjukkan jika kecemasan meningkat maka kematangan emosi menurun, setiap kenaikan satu skor kecemasan diikuti oleh menurunnya 0,862 skor kematangan emosi pada konstanta 233,596. Hasil analisis data juga menunjukkan koefisien determinasi  $R^2$  sebesar 0,490, hal ini berarti kematangan emosi memberi sumbangan efektif sebesar 49 % terhadap kecemasan menghadapi menopause, sedangkan 51% sumbangan efektif dari faktor lain atau faktor yang tidak diteliti.

*Kata Kunci* : kematangan emosi, kecemasan, menopause, polwan

## **PERSEMBAHAN**

**Karya ini Kupersembahkan untuk:  
ALLAH SWT, atas Rahmat & Hidayah  
Terima Kasih untuk menjawab setiap do'a - do'aku...**

**Kedua orang tuaku yang sangat aku sayangi,  
Ibu Supriati dan Bapak Suratno  
Terima kasih atas motivasi, dukungan, doa restu.  
Terima kasih atas perjuangan kalian dalam mewujudkan banyak  
kebahagiaan untuk anak-anakmu.  
Setiap detik dalam hidupku adalah KEBANGGAAN.....menjadi putri  
kalian**

**Kakakku yang sangat aku sayangi  
Retno Wulandari  
Dan  
Deden Haries Hermawan  
Terima kasih banyak untuk dukungan dan doanya...terima kasih sudah  
memberi contoh yang baik.....untukku.**

**Saudara-saudara saya yang telah memberikan do'a Restunya**

**Seluruh Dosen di Fakultas Psikologi  
Universitas Muhammadiyah Purwokerto**

**Sahabat- sahabatku  
yang ada bersamaku saat senang dan sedih saat kuliah dan saat  
mengerjakan skripsi ; Defi, Anis, Windra, Mba Titik**

**Dan untuk diri saya sendiri  
Akhirnya satu perjuangan untuk memenuhi janji pada diri sendiri dan  
keluarga terpenuhi..**

## KATA PENGANTAR

*Allhamdulillah Robbil 'aalamin.* Segala puji syukur senantiasa tercurah kehadirat Allah SWT atas segala limpahan nikmat, rahmat, anugerah dan karunia-NYA sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Semoga segala kebaikan, shalawat, rahmat dan salam selalu terlimpahkan pada junjungan kita semua Nabi Agung Muhammad SAW, sehingga kita semua turut terlimpahi rahmat-NYA.

Dalam penyelesaian skripsi ini banyak hal yang peneliti dapatkan dan banyak sekali pengalaman berharga, pengetahuan, tantangan, ujian dan cobaan. Semua itu dapat dilewati berkat perhatian, bantuan, bimbingan, dukungan, motivasi, dan support yang diberikan oleh berbagai pihak. Untuk itu dengan setulus-tulusnya peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Nur'aeni, S.Psi., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto
2. Rr. Setyawati, S. Psi., M. Si selaku Dosen pembimbing I yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
3. Dra. Dyah Siti Septiningsih, S.Psi., M.Si selaku Dosen pembimbing II yang telah dengan tulus membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Dinar Sari Eka Dewi, S.Psi., M.Si, selaku Pembimbing Akademik yang telah membantu dalam mengarahkan akademik sehingga mempunyai perencanaan yang baik selama menjalani perkuliahan.
5. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang tanpa lelah dan semangat dalam memberikan ilmu yang sangat

bermanfaat bagi kita semua.

6. Seluruh Staf Administrasi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah banyak membantu peneliti dalam hal administrasi.
7. Kepada Kepala Sekolah Polisi Negara Purwokerto dan Kepala Resor Banyumas, terimakasih atas kebijaksanaannya memberikan ijin penelitian, waktu dan kesempatan untuk melakukan penelitian sehingga memperlancar jalannya penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Seluruh Polwan yang berdinasi di Sekolah Polisi Negara Purwokerto dan Resor Banyumas yang telah banyak bekerjasama membantu peneliti dalam memperoleh data.
9. Ibu Dwi Sa'baniatun, Kaur TU Sekolah Polisi Negara, AIPDA Diya Nilawati, PAUR MINTU SAT PAM OBVIT Polwil, dan AIPTU Upik Parwati PAUR MIN-PERS BAG SUMDA yang telah banyak membantu penulis pada saat mendapatkan data, proses penelitian, dan memberikan banyak informasi tentang polwan yang berdinasi di Sekolah Polisi Negara Purwokerto dan Polres Banyumas.
10. Keluargaku yang selama ini selalu memberikan motivasi dan semangat dalam menyelesaikan skripsi untuk penulis.
11. Taufik Tri Hantoro yang telah banyak membantuku, selalu memberikan motivasi, pengertian, nasehat, dan semua moment yang telah dilalui bersama.
12. Untuk Defi, Windra, Anis, Maulia, Laras, Linda, Mba titik, Dwi, Fatma, Gina, terima kasih untuk waktu dan kesediaannya untuk bertukar fikir dan membantu saat proses peneltiandan skripsi ini.

13. Untuk para sahabat- sahabat Angkatan 2008 : Puput, Erfin, Adhim, Dien, Dyo, Femy, Dina, Indah, Annisa Dian, Puspita, Wulan, Yudha, Jaya, Haryo, Assa, Catur, Esti, Mba Destri, Maulida, Nindy, Shinta, Sri, Sugi, kenangan selama menempuh perkuliahan di Fakultas Psikologi bersama kalian tak akan terlupakan.
14. Mba leny, Mba Inke, terimakasih untuk berbagi saran dan pengalaman.
15. Mas Saiful, terimakasih atas info dalam mencari data polwan di SPN. Mba Metri Zul Utami, terimakasih atas info dalam penelitian ini di Polres Banyumas.
16. Semua kakak angkatan dan adik-adik angkatan semoga kita bisa membagi ilmu kita, amin.
17. Teman – teman KKN Desa Bungkanel – Karang Anyar, Bobotsari : Mba Anggun, Fiki, Eka, Tyas, Bayu, Bibet, Jefri, Pak Gangga, Pak Jaka, terimakasih untuk kenangan dan kebersamaan, serta semua kerja samanya selama di tempat KKN.

Semoga segala dukungan dan kebaikan yang telah diberikan mendapat balasan yang lebih baik dari Allah SWT dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semuanya. Amin.

Purwokerto, 28 Februari 2013

Penulis,

Rani Budi Utami

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN .....	iii
MOTTO .....	iv
ABSTRAK .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Perumusan Masalah .....	14
C. Tujuan Penelitian .....	14
D. Manfaat Penelitian .....	14
BAB II TINJAUAN TEORI	
A. Kecemasan Menghadapi Menopause .....	16
1. Kecemasan	
a. Pengertian kecemasan .....	16
b. Komponen kecemasan .....	18
c. Faktor-faktor penyebab kecemasan .....	19

d. Sebab –sebab timbulnya kecemasan .....	20
2. Menopause	
a. Pengertian menopause .....	22
b. Gejala-gejala menopause .....	24
3. Kecemasan Menghadapi Menopause .....	28
a. Faktor penyebab kecemasan menghadapi menopause .....	29
b. Gejala-gejala kecemasan menghadapi menopause .....	33
c. Aspek-aspek kecemasan menghadapi menopause .....	34
B. Kematanganan Emosi	
1. Pengertian .....	35
2. Faktor-faktor kematangan emosi .....	37
3. Aspek-aspek kematangan emosi .....	38
4. Ciri-ciri kematangan emosi .....	41
C. Hubungan Kematangan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Menopause .....	43
D. Kerangka Berpikir .....	44
E. Hipotesis .....	45
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Identifikasi variabel penelitian .....	46
B. Devinisi Operasional Variabel Penelitian .....	46
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	48
D. Metode Pengumpulan Data .....	49
E. Validitas dan Reliabilitas .....	54

F. Metoda Analisis Data .....	56
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Persiapan Penelitian .....	57
1. Orientasi Kancan Penelitian .....	57
2. Ijin penelitian.....	59
B. Pelaksanaan Penelitian .....	61
1. Penyusunan Alat Pengumpul Data .....	61
2. Prosedur Pengumpulan Data .....	63
C. Hasil Uji Alat Ukur .....	65
1. Hasil uji validitas .....	65
2. Hasil Uji Reliabilitas .....	67
D. Deskripsi Data .....	68
E. Analisis Data .....	71
1. Uji Normalitas .....	71
2. Uji Linearitas .....	72
3. Uji Hipotesis.....	72
F. Pembahasan.....	73
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	78
B. Saran .....	79
DAFTAR PUSTAKA .....	81
LAMPIRAN.....	84

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blue Print Skala Kematangan Emosi.....	50
Tabel 2. Blue Print Skala Kecemasan Menghadapi Menopause .....	52
Tabel 3. Hasil Analisis Data Skala Kematangan Emosi .....	66
Tabel 4. Hasil Analisis Data Skala Kecemasan Menghadapi Menopause...	67
Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas.....	67
Tabel 6. Karakteristik Responden Kematangan emosi .....	68
Table 7. Karakteristik responden Kecemasan Menghadapi Menopause .....	69



## DAFTAR LAMPIRAN

1. Tabulasi Data Skala Kematangan dan Kecemasan Menghadapi Menopause	85
2. Skala Penelitian.....	88
3. Hasil Uji Alat Ukur Penelitian (Uji Validitas dan Uji Reliabilitas).....	97
4. Hasil Kategorisasi .....	104
5. Uji Normalitas.....	109
6. Uji Linearitas .....	112
7. Uji Hipotesis .....	114
8. Surat Perijinan Penelitian.....	116

