

**PENGARUH PENERIMAAN DIRI TERHADAP KECEMASAN PADA  
REMAJA PEREMPUAN YANG MENGALAMI PENILAIAN NEGATIF  
TERHADAP TUBUH DI KOTA BANDUNG**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana  
Psikologi pada Program Studi Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia



Disusun oleh:  
Salma Iftikhori Afro  
1908147

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

**2024**

**PENGARUH PENERIMAAN DIRI TERHADAP KECEMASAN PADA  
REMAJA PEREMPUAN YANG MENGALAMI PENILAIAN NEGATIF  
TERHADAP TUBUH DI KOTA BANDUNG**

Oleh: Salma Iftikhori Afro

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana psikologi di Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan

© Salma Iftikhori Afro  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Agustus 2024

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang.  
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, difoto copy, atau cara lain tanpa izin penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN**

Salma Iftikhori Afro  
1908147

**PENGARUH PENERIMAAN DIRI TERHADAP KECEMASAN PADA  
REMAJA PEREMPUAN YANG MENGALAMI PENILAIAN NEGATIF  
TERHADAP TUBUH DI KOTA BANDUNG**

**Disetujui dan Disahkan Oleh:  
Pembimbing I**



Gemala Nurendah, S.Pd., M.A  
NIP. 19830202 201012 2 002

**Pembimbing II**



Anastasia Wulandari, M.Psi.  
NIP. 19780208 200604 2 002

**Mengetahui,**

**Ketua Program Studi Psikologi**



Dr. Sri Maslihah, M.Psi., Psikolog  
NIP. 19700726 200312 2 001

**SKRIPSI INI TELAH DIAJUKAN PADA:**

Hari, Tanggal : Jum'at, 23 Agustus 2024  
Waktu : 08.00 – 09.00 WIB  
Tempat : Ruang Sidang 1, Lantai 8 Fakultas Ilmu Pendidikan

Para Penguji Terdiri atas:

**Penguji I**



Dr. Sri Maslihah, M.Psi., Psikolog  
NIP. 19700726 200312 2 001

**Penguji II**



Anastasia Wulandari, M.Psi.  
NIP. 19780208 200604 2 002

**Penguji III**



Muhammad Ariez Musthofa, M.Si.  
NIP. 19740409 200812 1 002

**Tanggung jawab yuridis ada pada:  
Peneliti,**



Salma Iftikhori Afro  
1908147

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul **“Pengaruh Penerimaan Diri terhadap Kecemasan pada Remaja Perempuan yang Mengalami Penilaian Negatif terhadap Tubuh di Kota Bandung”** ini beserta isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko atau sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau terdapat klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Agustus 2024

Yang membuat pernyataan,



Salma Iftikhori Afro

NIM. 1908147

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT karena berkat rahmat dan karunia-Nya peneliti diberi nikmat iman dan kesehatan baik jasmani maupun rohani, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul ‘Pengaruh Penerimaan Diri terhadap Kecemasan Pada Remaja Perempuan yang Mengalami Penilaian Negatif terhadap Tubuh di Kota Bandung’.

Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh gelar sarjana psikologi pada Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia. Terima kasih peneliti ucapkan kepada seluruh pihak yang sudah terlibat dalam pelaksanaan dan penyusunannya sehingga skripsi ini dapat selesai. Meskipun skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, peneliti terbuka untuk menerima semua kritik dan saran yang disampaikan oleh pembaca. Hal ini akan sangat berguna untuk meningkatkan kualitas penulisan kedepannya. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi siapapun yang membacanya.

Bandung, Agustus 2024

Peneliti



Salma Iftikhori Afro

NIM. 1908147

## UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih atas bantuan dan dukungan sejumlah pihak yang telah diberikan pada penulis dalam proses penulisan skripsi yang berjudul “Pengaruh Penerimaan Diri terhadap Kecemasan Pada Remaja Perempuan yang Mengalami Penilaian Negatif terhadap Tubuh di Kota Bandung.” Maka dari itu dengan segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ketua Program Studi Psikologi yaitu Ibu Dr. Sri Maslihah, M.Psi, Psikolog
2. Pembimbing skripsi yaitu Ibu Gemala Nurendah, S.Pd., M.A. dan Ibu Anastasia Wulandari, M.Psi, Psikolog yang telah senantiasa membimbing, memotivasi, mengarahkan, dan membantu menyempurnakan skripsi ini hingga selesai.
3. Dosen Wali yaitu Bapak Drs. HM. Engkos Kosasih, M.Pd. yang membantu dan mengarahkan peneliti dalam hal akademik dari awal masa perkuliahan hingga akhir.
4. Seluruh dosen dan jajaran staf Program Studi Psikologi yang telah memberikan ilmu, pengajaran, dan juga bantuan selama masa perkuliahan.
5. Orang Tua peneliti yaitu Bapak Mohamad Akyas, S.H., M.M., M.Kn. dan Ibu Neni Dewi Anggraeni yang selalu bersedia mendampingi peneliti dalam menjalankan masa perkuliahan dengan memberikan kekuatan dan juga doa yang terus mengalir hingga skripsi ini dapat diselesaikan.
6. Adik dan keluarga besar yang selalu memberikan dukungan, kepercayaan, doa, dan juga harapan yang selalu membersamai peneliti selama proses penulisan skripsi ini.
7. Beberapa sahabat sesama mahasiswa Psikologi yang selalu dengan sabar mendengarkan dan menjadi penguat bagi peneliti dalam menjalankan masa perkuliahan.
8. Beberapa sahabat dekat peneliti yang tak dapat disebutkan satu persatu yang selalu sabar, membersamai dan memberikan dukungan pada peneliti hingga dapat terus berkembang dan bertumbuh.

9. Rekan-rekan di Psikologi UPI angkatan tahun 2019 yang telah kebersamai peneliti selama menjalankan masa perkuliahan dengan segala bentuk dukungan dan semangat yang diberikan satu sama lain.
10. Responden penelitian yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian ini.
11. Semua pihak yang tidak tercantum dan memberikan kontribusi juga bantuan bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, peneliti mengucapkan kembali terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dalam proses penulisan skripsi ini. Semoga Tuhan selalu melimpahkan rahmat-Nya dan memberikan balasan atas setiap kebaikan yang diberikan.



## ABSTRAK

**Salma Iftikhori Afro (1908147).** *Pengaruh Penerimaan Diri terhadap Kecemasan Pada Remaja Perempuan yang Mengalami Penilaian Negatif terhadap Tubuh di Kota Bandung.* Skripsi. Program Studi Psikologi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Pendidikan Indonesia. (2024).

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat pengaruh penerimaan diri terhadap kecemasan pada remaja perempuan yang mengalami penilaian negatif terhadap tubuh di Kota Bandung. Responden dalam penelitian ini (N=349) adalah remaja perempuan, berusia 15-19 tahun, mengalami penilaian negatif terhadap tubuh, dan berdomisili di Kota Bandung. Untuk mengumpulkan data penelitian, peneliti menggunakan instrumen alat ukur penerimaan diri yang sudah diadaptasi oleh Ramadani (2021) dengan reliabilitas sebesar 0.681 dan menyusun instrumen alat ukur kecemasan menggunakan teori kecemasan dari Stuart (2006) dengan reliabilitas sebesar 0.870. Data yang sudah dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan metode analisis regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh dari penerimaan diri terhadap kecemasan sebesar 22% pada remaja perempuan yang mengalami penilaian negatif terhadap tubuh di Kota Bandung.

**Kata Kunci:** Penerimaan Diri, Kecemasan, Remaja Perempuan, Penilaian Negatif terhadap Tubuh

## ABSTRACT

**Salma Iftikhorī Afro (1908147).** *The Effect of Self-Acceptance on Anxiety in Female Adolescents Who Experience Negative Body Assessment in Bandung City.* Thesis. Psychology Study Program. Faculty of Education. Indonesian University of Education. (2024).

This study was conducted with the aim of seeing the effect of self-acceptance on anxiety in female adolescents who experience negative body assessment in Bandung City. Respondents in this study (N = 349) were female adolescents, aged 15-19 years, experiencing negative body assessment, and domiciled in Bandung City. To collect research data, the researcher used a self-acceptance measuring instrument that had been adapted by Ramadani (2021) with a reliability of 0.681 and compiled an anxiety measuring instrument using Stuart's anxiety theory (2006) with a reliability of 0.870. The data that had been collected were then analyzed using a simple linear regression analysis method. The results of the study showed that there was an influence of self-acceptance on anxiety of 22% in female adolescents who experienced negative body assessments in Bandung City.

**Keywords:** Self-Acceptance, Anxiety, Female Adolescents, Negative Body Assessment

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>i</b>
<b>UCAPAN TERIMA KASIH.....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>x</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis .....	4
<b>BAB II LANDASAN TEORI.....</b>	<b>6</b>
2.1 Penerimaan Diri .....	6
2.1.1 Definisi Penerimaan Diri .....	6
2.1.2 Aspek- Aspek Penerimaan Diri .....	7
2.1.3 Faktor-Faktor Penerimaan Diri.....	8
2.1.4 Ciri-ciri Penerimaan Diri.....	8
2.2 Kecemasan.....	9
2.2.1 Definisi Kecemasan .....	9
2.2.2 Aspek-aspek Kecemasan.....	10
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan.....	10
2.2.4 Jenis-jenis Kecemasan .....	11
2.3 Kerangka Berpikir.....	12
2.4 Hipotesa Penelitian.....	15
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>16</b>
3.1 Desain Penelitian.....	16

3.2	Populasi dan Sampel .....	16
3.3	Variabel Penelitian .....	18
3.3.1	Definisi Konseptual.....	18
3.3.2	Definisi Operasional .....	19
3.4	Teknik Pengumpulan Data .....	19
3.5	Instrumen Penelitian.....	19
3.5.1	Instrumen Penerimaan Diri.....	19
3.5.2	Instrumen Kecemasan .....	22
3.6	Proses Pengembangan Instrumen .....	24
3.6.1	Uji Validitas Isi Instrumen ( <i>Expert Judgment</i> ).....	25
3.6.2	Analisis Item.....	25
3.7	Reliabilitas .....	25
3.8	Teknik Analisis Data.....	26
3.8.1	Uji Asumsi Klasik.....	26
3.8.2	Uji Analisis Regresi Linear Sederhana.....	28
<b>BAB 1V</b>	<b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>29</b>
4.1	Hasil Penelitian .....	29
4.1.1	Pelaksanaan Penelitian.....	29
4.1.2	Deskripsi Subjek Penelitian .....	29
4.1.3	Deskripsi Data Penelitian.....	30
4.1.4	Uji Hipotesis .....	35
4.2	Pembahasan .....	36
4.3	Keterbatasan Penelitian .....	39
<b>BAB V</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>40</b>
5.1	Kesimpulan.....	40
5.2	Saran.....	40
	<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>42</b>
	<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>45</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir .....	144
Gambar 3. 1 Variabel Penelitian.....	16

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Tabel penentuan jumlah sampel Issac dan Michael dari populasi tertentu dengan taraf kesalahan 1%, 5%, dan 10% (Sugiyono, 2010).....	17
Tabel 3. 2 Spesifikasi Instrumen Penerimaan Diri .....	20
Tabel 3. 3 Penskoran Instrumen Penerimaan Diri .....	211
Tabel 3. 4 Kategorisasi Skor Instrumen Penerimaan Diri.....	21
Tabel 3. 5 Spesifikasi Instrumen Kecemasan.....	22
Tabel 3. 6 Penskoran Instrumen Kecemasan.....	23
Tabel 3. 7 Kategorisasi Skor Instrumen Kecemasan .....	244
Tabel 3. 8 Kategorisasi Reliabilitas .....	25
Tabel 3. 9 Hasil Uji Normalitas Monte Carlo Penerimaan Diri dan Kecemasan	277
Tabel 3. 10 Hasil Uji Linearitas Penerimaan Diri dan Kecemasan .....	288
Tabel 4. 1 Data Usia Subjek.....	29
Tabel 4. 2 Data Status Subjek.....	30
Tabel 4. 3 Hasil Perhitungan Statistik Deskriptif Penerimaan diri.....	30
Tabel 4. 4 Hasil Perhitungan Kategorisasi Skor Penerimaan Diri .....	311
Tabel 4. 5 Statistik Deskriptif Penerimaan Diri berdasarkan Usia.....	31
Tabel 4. 6 One Way Anova Penerimaan Diri berdasarkan Usia .....	31
Tabel 4. 7 Statistik Deskriptif Penerimaan Diri berdasarkan Status .....	32
Tabel 4. 8 One Way Anova Penerimaan Diri berdasarkan Status.....	32
Tabel 4. 9 Hasil Perhitungan Statistik Deskriptif Kecemasan .....	333
Tabel 4. 10 Hasil Perhitungan Kategorisasi Skor Kecemasan .....	33
Tabel 4. 11 Statistik Deskriptif Kecemasan berdasarkan Usia .....	33
Tabel 4. 12 One Way Anova Kecemasan berdasarkan Usia .....	34
Tabel 4. 13 Statistik Deskriptif Kecemasan berdasarkan Status .....	34
Tabel 4. 14 One Way Anova Kecemasan berdasarkan Status .....	34
Tabel 4.15 R Square Pengaruh Penerimaan Diri.....	35
Tabel 4. 16 Uji Koefisien Pengaruh Penerimaan Diri terhadap Kecemasan .....	366

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SK Pembimbing Skripsi .....	45
Lampiran 2 Kartu Bimbingan.....	46
Lampiran 3 Lembar Pernyataan Verifikasi Data.....	48
Lampiran 4 Kuesioner Try Out .....	49
Lampiran 5 Kuesioner Penelitian .....	52
Lampiran 6 Analisis Item Try Out.....	56
Lampiran 7 Data Demografis .....	57
Lampiran 8 Skor Penerimaan Diri.....	66
Lampiran 9 Skor Kecemasan .....	81
Lampiran 10 Uji Validitas Reliabilitas Penelitian .....	96
Lampiran 11 Data Deskriptif.....	98
Lampiran 12 Kategorisasi Skor .....	99
Lampiran 13 Uji Normalitas.....	100
Lampiran 14 Uji Linearitas .....	101
Lampiran 15 Analisis Regresi Sederhana.....	102

## DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, M. (2017). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecemasan Umum Pada Remaja Awal. *Jurnal Psikologi*, 10(100), 106–111.
- Ardilla, F., & Herdiana, I. (2013). Penerimaan Diri pada Narapidana Wanita. *Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Surabaya*, 2(01).
- Azwar, S. (2015). Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Creswell, J. W. (2012). Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research (4th ed.). Pearson.
- Diwanda, A. S., & Wakhid, A. (2022). Hubungan Celaan Fisik Dengan Kecemasan Sosial pada Remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 5, 271–280. <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj%0Ahttps://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj/article/view/1409>
- Fatmawaty, R. (2017). Memahami Psikologi Remaja. *Jurnal Reforma*, 2(1), 55–65. <https://doi.org/10.30736/rfma.v6i2.33>
- Fauzia, T. ., & Rahmiaji., L. . (2019). Memahami pengalaman. *Body Shaming*, 4–5.
- Feist & Feist. 2016. Teori Kepribadian (Theories of Personality). Jakarta: Salemba Humanika.
- Gani, & Jalal. (2021). Persepsi Remaja Tentang Body Shaming 1st. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 5(2), 155–161.
- Greenberger, D & Padesky, A.,C. (2004). Manajemen Pikiran. Bandung: P.T. Mizan Pustaka.
- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardanu, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif (Issue March). Yogyakarta: CV Pustaka Ilmu Group Yogyakarta.
- Hermawan, E. (2017). Pengaruh Penerimaan Diri Remaja Putri terhadap Tingkat Kecemasan Akibat Kegemukan pada Mahasiswi Prodi Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum 2016. In *E-Jurnal Bimbingan dan Konseling* (Vol. 1, Issue 6, pp. 40–52).
- Hjelle, dan Ziegler. 1992. Personality theories. Singapore: McGraw-Hill



- Hurlock, E. (1998). Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.
- Jersild. (1978). The psychology of adolescence. New York: Macmillan Publisher
- JUWITA SARI, D. (2013). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penerimaan Diri Pada Remaja Penderita Hiv Di Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, 1(3), 1–7.
- Kurniawati, N. W. W., & Suarya, L. M. K. S. (2019). Gambaran kecemasan remaja perempuan dengan berat badan berlebih. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(02), 280. <https://doi.org/10.24843/jpu.2019.v06.i02.p07>
- Kurniawati, Y., & Lestari, S. (2021). Beauty Bullying or Body Shaming? Upaya Pencegahan Body Shaming Pada Remaja. *PLAKAT (Pelayanan Kepada Masyarakat)*, 3(1), 69. <https://doi.org/10.30872/plakat.v3i1.5483>
- Lestari, D. W. (2014). Penerimaan Diri Dan Strategi Coping Pada. *Journal Psikologi*, 2(1), 1–13.
- Muhammad Ridha. (2012). Hubungan Antara Body Image Dengan Penerimaan Diri Pada Mahasiswa Aceh Di Yogyakarta. *Empathy*, 1(1), 113.
- Musri, A. (2020). Hubungan konsep diri dengan kecemasan dalam mematuhi aturan pada santri dayah insan qurani sibreh Aceh besar. *Sains Riset (JSR)*. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/12145/>
- Nevid, J.S., Rathus, S.A., & Greene, B. (2005). Psikologi Abnormal Terjemahan. Jakarta: Erlangga
- Nurchahya, A., & Hadijah, H. S. (2020). Pemberian penguatan (reinforcement) dan kreatifitas mengajar guru sebagai determinan motivasi belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 5(1), 83–96. <https://doi.org/10.17509/jpm.v4i2.18008>
- Oktaviani, M. A. (2019). Hubungan Penerimaan Diri Dengan Harga Diri Pada Remaja Pengguna Instagram. *Psikoborneo*, 7(4), 549–556.
- Papalia, D. E., Feldman, R. D. (2014). Experience Human Development [*Menyelami Perkembangan Manusia*]. (Alih bahasa : F. Herarti). Jakarta: Salemba Humanika.
- Ramadani, N. (2021). *Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Strategi Coping Pada Remaja Putri Korban Body Shaming Kelas Xi Di Man 1 Kabupaten Malang*.

147.

- Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development* (N. I. Sallama (ed.); 13th ed.). Penerbit Erlangga.
- Sari, P. P., & Mulyadi, S. (2020). *Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia Dini*. 4(1), 157–170.
- Satyaningtyas, R., & Abdullah, S. M. (2007). Penerimaan diri dan kebermaknaan hidup penyandang cacat fisik. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. [http://fpsi.mercubuana-yogya.ac.id/wp-content/uploads/2012/06/Februari\\_2010\\_Sri-Muliati-A.pdf](http://fpsi.mercubuana-yogya.ac.id/wp-content/uploads/2012/06/Februari_2010_Sri-Muliati-A.pdf)
- Schultz, Duane. 1991. Psikologi pertumbuhan (model-model kepribadian sehat). Yogyakarta: Kanisius
- Sugiyono. (2010). Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Supratiknya, A. 2006. Komunikasi antar pribadi (tinjauan psikologis). Yogyakarta: Kanisius
- Waney, N. C., Kristinawati, W., & Setiawan, A. (2020). Mindfulness Dan Penerimaan Diri Pada Remaja Di Era Digital. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 22(2), 73. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v22i2.969>
- Wulandari, A. R., & Susilawati, L. K. P. . (2016). Peran Penerimaan Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan Di Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(3), 135–144.