

PENERIMAAN DIRI DAN KECEMASAN TERKAIT PERNIKAHAN PADA WANITA KORBAN PELECEHAN SEKSUAL

¹Frida I. Darusman, ²Nurul Qomariyah*

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma
Jl. Margonda Raya No. 100, Depok 16424, Jawa Barat

²nurul_q@staff.gunadarma.ac.id*

*) Penulis korespondensi

Abstrak

Pelecehan seksual adalah segala bentuk perilaku yang berkonotasi seks, yang dilakukan sepihak dan tidak dikehendaki oleh korbannya dalam bentuk fisik atau nonfisik seperti ungkapan verbal disertai menggunakan kekerasan, ancaman, atau mengambil keuntungan. Salah satu dampak dari pelecehan seksual adalah muncul kecemasan terkait pernikahan. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh penerimaan diri terhadap kecemasan terkait pernikahan pada wanita korban pelecehan seksual. Sampel dalam penelitian ini adalah 96 orang wanita yang berusia 21-35 tahun, pernah mengalami pelecehan seksual, dan belum menikah. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling. Hasil dari penelitian ini ditemukan bahwa adanya pengaruh penerimaan diri yang sangat signifikan terhadap kecemasan terkait pernikahan. Hal ini menunjukkan bahwa penerimaan diri wanita yang pernah mengalami pelecehan seksual memengaruhi kecemasan terkait pernikahan, yaitu ketika wanita tersebut dapat menerima dirinya, termasuk pengalaman negatif yang pernah dialami, maka kecenderungannya untuk mengalami kecemasan menghadapi pernikahannya pun rendah.

Kata Kunci: penerimaan diri, kecemasan, pernikahan, pelecehan seksual

Abstract

Sexual harassment is any form of behavior that has a sexual connotation, which is carried out unilaterally and unwanted by the victim in a physical or non-physical form, such as verbal expression accompanied by the use of violence, threats or taking advantage. One of the effects of sexual harassment is anxiety related to marriage. This quantitative study aims to empirically examine the effect of self-acceptance on anxiety related to marriage in women victims of sexual harassment. The sample in this study was 96 women aged 21-35 years, who had experienced sexual harassment and were not married yet. The sampling technique used is purposive sampling. The results of this study found that there is a very significant effect of self-acceptance on anxiety related to marriage. This shows that the self-acceptance of women who have experienced sexual harassment affects anxiety related to marriage, that is, when a woman can accept herself, including the negative experiences she has experienced, her tendency to experience anxiety about her marriage is low.

Keywords: self-acceptance, anxiety, marriage, sexual harassment

PENDAHULUAN

Menikah merupakan salah satu fase yang diinginkan dalam kehidupan bagi pria maupun wanita, namun pada nyatanya banyak wanita yang mengalami peristiwa kelam seperti pelecehan seksual sebelum memasuki

fase menikah yang dapat menimbulkan masalah baru. Berdasarkan keterangan dari Komnas Perempuan (2017), pelecehan seksual adalah tindakan seksual lewat sentuhan fisik maupun non-fisik dengan sasaran organ seksual atau seksualitas korban. Termasuk

juga di dalamnya menggunakan siulan, main mata, ucapan bernuansa seksual, mempertunjukkan materi pornografi dan keinginan seksual, colesan atau sentuhan di bagian tubuh, gerakan atau isyarat yang bersifat seksual sehingga mengakibatkan rasa tidak nyaman, tersinggung, merasa direndahkan martabatnya, dan mungkin sampai menyebabkan masalah kesehatan dan keselamatan.

Angka kekerasan seksual pada wanita, termasuk diantaranya, pelecehan seksual sangat mengkhawatirkan. Tertulis dalam catatan tahunan Komisi Nasional Anti-Kekerasan Terhadap Perempuan tahun 2021, terdapat data kasus pelecehan seksual sebanyak 181 kasus. Kejadian ini dapat menimbulkan dampak secara fisiologis, psikologis dan sosial. Menurut Quamila (2020), individu yang pernah mengalami pelecehan seksual dapat mengalami kecemasan, ketakutan, ketidakpercayaan terhadap orang lain. Menurut Durand dan Barlow (2006), kecemasan dapat muncul saat individu terbayang kembali kenangan negatif di masa lalu. Bayangan ini dapat menghantui kehidupan individu di masa yang akan datang dan mengarahkan pada keyakinan yang tidak rasional, karena dalam keadaan cemas individu dapat mengalami paranoia dan berpikir aneh-aneh yang bersifat khayalan (Afrillia, 2018; Peterson & Ho, 2021; Van der Kolk, 2000). Budia (2020) menyatakan bahwa, tak jarang korban pelecehan yang menyalahkan diri dengan keterbatasan yang dimilikinya. Pada akhirnya, individu yang merasa cemas yang

juga menjadi takut untuk membuat keputusan dan ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri (Afrilia, 2018). Selain itu korban pelecehan juga akan mengalami kecemasan pernikahan (Terwase, Achubu, & Iligh, 2020). Kecemasan dalam penelitian ini menitikberatkan pada kecemasan para wanita yang belum menikah dan pernah mengalami pelecehan seksual dalam menghadapi pernikahan. Kecemasan terkait pernikahan dalam penelitian ini didefinisikan sebagai perasaan tidak menyenangkan diantaranya kekhawatiran, kegugupan, atau ketakutan yang dirasakan ketika memikirkan peristiwa ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita dengan tujuan membentuk keluarga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa dengan melibatkan cinta, ada hubungan timbal balik, melibatkan komitmen, bersifat sakral yang diikuti reaksi fisik, mental, dan emosional sehingga memotivasi seseorang untuk mengambil tindakan guna menghindari peristiwa dan situasi berbahaya.

Kecemasan yang dialami oleh individu yang pernah mengalami peristiwa pelecehan seksual dapat dikurangi dengan adanya penerimaan diri. Saat seseorang mengalami pelecehan seksual, maka para korban dapat memiliki harga diri yang rendah, takut bertemu dengan lawan jenis, serta berbagai jenis gejala fisik seperti mual, jantung berdebar, bahkan pusing (Mallista, Soetikno, & Risnawaty, 2020). Hal ini merupakan reaksi kemarahan dan penolakan terkait peristiwa buruk. Dalam pikiran para korban, mereka

berusaha melawan, menolak bahkan menghilangkan kejadian negatif ini, yang mana hal tersebut tidak dapat dilakukan karena memang sudah terjadi. Ketika para korban sudah dapat menerima bahwa peristiwa ini merupakan peristiwa yang sudah terjadi dan tidak dapat dihilangkan, maka kemudian korban akan mulai mencari hikmah dari peristiwa ini. Hikmah yang didapat akan membuat subjek menerima tubuhnya, tidak terlalu peduli dengan komentar negatif orang lain tentang dirinya, serta fokus pada hal-hal positif yang dimiliki. Keputusan para korban ini membuat dirinya merasakan emosi positif, dan penuhnya emosi positif pada akhirnya mampu mengalahkan keberadaan emosi negatif salah satunya kecemasan. Hal ini sesuai dengan Ellis (dalam Bernard dkk., 2013), yang menyatakan bahwa penerimaan diri dapat membebaskan individu dari kecemasan, depresi, dan menuntun individu menjelajahi hal baru yang membawa individu menikmati hidup dalam kebahagiaan yang besar, menganggap dirinya berharga, percaya kemampuan diri, mempunyai kemampuan untuk menghadapi kehidupan serta bertanggung jawab. Selain itu, Bernard dkk. (2013) juga menyatakan bahwa dengan adanya penerimaan diri, maka akan memunculkan emosi positif, serta meningkatkan kemampuan penyesuaian diri terhadap peristiwa negatif.

Hasil penelitian sebelumnya dilakukan oleh Islam, Shahrier, dan Absar (2014), menunjukkan korelasi negatif yang signifikan antara penerimaan diri dan kecemasan remaja.

Penelitian lainnya dilakukan oleh Ekawati (2020), juga menunjukkan bahwa ada hasil yang menunjukkan hubungan negatif antara penerimaan diri dengan kecemasan terhadap status narapidana, semakin tinggi kesediaan untuk menerima diri, maka semakin rendah kecemasan terhadap status sebagai mantan narapidana. Hasil penelitian lainnya dikemukakan oleh Wulan dan Ediaty (2019), menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif dan signifikan yang mengartikan semakin tinggi penerimaan diri, maka semakin rendah kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan wanita kasus narkoba di Kalimantan Timur, dan sebaliknya.

Berdasarkan uraian di atas diketahui bahwa wanita yang pernah mengalami pelecehan seksual dapat merasakan kecemasan yang berkaitan dengan pernikahan, seperti takut bertemu dan berhubungan dengan lawan jenis, dan pada akhirnya memutuskan untuk tidak menikah, padahal menikah merupakan salah satu tahapan perkembangan yang penting dalam kehidupan manusia. Kecemasan memiliki faktor yang dapat memengaruhi, salah satunya yaitu penerimaan diri. Oleh karena itu peneliti ingin mengetahui apakah ada pengaruh penerimaan diri terhadap kecemasan terkait pernikahan pada wanita korban pelecehan seksual?

METODE PENELITIAN

Partisipan penelitian ini adalah 96 wanita berusia 21 sampai dengan 35 tahun, pernah mengalami pelecehan seksual, dan

belum menikah. Para partisipan memiliki latar belakang pekerjaan yang berbeda, yaitu mahasiswa (63.5%), pegawai (17.7%), pekerja bebas (13.5%), dan lainnya (5.2%).

Skala kecemasan terkait pernikahan pada penelitian ini disusun dengan menggunakan skala kecemasan yang peneliti adaptasi, modifikasi, serta menambahkan aitem baru berdasarkan alat ukur kecemasan yang mengacu pada kuesioner *Beck Anxiety Inventory* dan disusun berdasarkan aspek-aspek kecemasan menurut Beck, Epstein, Brown, dan Steer (1988), yaitu *subjective*, *neurophysiologic*, *autonomic* dan *panic-related*. Berdasarkan 22 pernyataan yang diuji, diketahui terdapat 21 pernyataan yang memiliki daya diskriminasi yang baik, yaitu dengan koefisien korelasi yang bergerak dari 0.411 sampai dengan 0.695. Adapun nilai reliabilitasnya adalah 0.928, yang artinya reliabilitasnya baik.

Skala penerimaan diri pada penelitian ini disusun dengan menggunakan skala penerimaan diri yang peneliti adaptasi, modifikasi berdasarkan alat ukur penerimaan diri yang mengacu *Self-Acceptance Scale (The SAS-EB)* dan disusun berdasarkan sikap-sikap penerimaan diri menurut Tylka (2011), yaitu penerimaan tubuh (*body acceptance*), perlindungan diri dari penilaian *negative judgment* orang lain (*self-protection from others negative judgments*), dan fokus dan percaya pada kapasitas seseorang (*feeling and believing in one's capacities*). Berdasarkan 18 pernyataan yang diuji terdapat 17 pernyataan

yang baik dan 1 pernyataan yang gugur. Pernyataan dengan daya diskriminasi baik memiliki koefisien korelasi yang bergerak antara 0.420 sampai dengan 0.703. Reliabilitas skala ini adalah 0.911, yang berarti skala ini reliabel. Teknik analisis yang digunakan adalah regresi sederhana dengan bantuan program SPSS *for Windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji regresi yang dilakukan dengan menggunakan analisis teknik regresi sederhana diperoleh nilai F sebesar 14.987, dan R^2 sebesar 0.138 dan hasil taraf signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.01$). Dengan demikian, dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu terdapat pengaruh yang sangat signifikan antara penerimaan diri terhadap kecemasan terkait pernikahan pada wanita korban pelecehan seksual. Hal ini karena individu yang memiliki penerimaan diri tinggi, sudah tidak mengalami hambatan dalam mengekspresikan diri di lingkungan luar seperti tempat bekerja, dan atau tempat kegiatan lainnya, sehingga tekanan dari lingkungan yang menyebabkan individu menjadi cemas menjadi rendah. Menurut Ellis (dalam Bernad, 2013), penerimaan diri dapat membebaskan individu dari kecemasan. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri memiliki pengaruh terhadap kecemasan terkait pernikahan pada wanita korban pelecehan seksual.

Tabel 1. Hasil Uji Regresi Sederhana

Variabel	F	R	R ²	Sig.	Keterangan
Penerimaan diri Kecemasan menghadapi pernikahan	14.987	0.371	0.138	0.000 (p<0.01)	Terdapat pengaruh yang sangat signifikan

Komnas Perempuan (2017), menyatakan bahwa pelecehan seksual dapat menimbulkan dampak salah satunya adalah kecemasan terkait pernikahan, karena korban merasa cemas calon suami tidak dapat menerima kondisi korban. Menurut Nevid (2005), kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri-ciri fisiologis, seperti perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif yang mengacu pada keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi dengan gejala keringat dingin, pusing, sulit bernapas, mual. Kecemasan yang tidak dapat dikendalikan dapat menimbulkan stres dan menyebabkan gangguan pada kehidupan sosial. Menurut Budia (2020) tak jarang korban menjadi menyalahkan diri dengan keterbatasan yang dimilikinya setelah mengalami tindakan tersebut, sehingga menyebabkan korban menjadi rendah diri. Rendah diri dapat dikurangi jika adanya penerimaan diri seperti yang diungkapkan Hurlock (2009) bahwa

penerimaan diri merupakan kemampuan menerima segala hal yang ada pada diri sendiri baik kekurangan maupun kelebihan yang dimiliki. Triningtyas (2016) menuturkan bahwa penerimaan terhadap orang lain dapat dimulai dengan penerimaan diri, sehingga kecemasan dapat dikurangi.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan menurut Durand dan Barlow (2006) adalah faktor sosial yaitu adanya tekanan dari lingkungan, faktor tersebut berkaitan faktor yang mempengaruhi penerimaan diri yaitu tidak adanya hambatan dalam lingkungan ditandai salah satunya dengan tingkah laku sosial yang sesuai. Tingkah laku sosial yang sesuai adalah individu mampu untuk menerima dan mengakui keberadaan orang lain dengan tidak memandang orang lain buruk dan tidak menaruh prasangka pada lingkungan sehingga dengan adanya penerimaan diri maka tidak adanya tekanan dari lingkungan yang dapat mempengaruhi kecemasan.

Tabel 2. Kategori Variabel

Variabel	Mean Empirik	Mean Hipotetik	Standar Deviasi	Kategori
Penerimaan diri	57.76	51	11.3	Sedang
Kecemasan menghadapi pernikahan	40.83	63	14	Rendah

Beberapa penelitian pendukung mengenai hubungan kecemasan dan penerimaan diri yang dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya, hasil penelitian Islam, Shahrier, dan Absar (2014), menunjukkan korelasi negatif yang signifikan antara penerimaan diri dan kecemasan remaja. Penelitian lainnya dilakukan oleh Kusumaningsih (2017), menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara penerimaan diri dengan kecemasan terhadap status narapidana. Hasil penelitian lainnya dikemukakan oleh Machdan dan Hartini (2012), juga menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif dan signifikan antara penerimaan dengan kecemasan terkait dunia kerja pada tunadaksa yaitu semakin tinggi penerimaan diri, maka kecemasan terkait dunia kerja semakin rendah, dan begitu juga akan sebaliknya.

Berdasarkan analisis data, diketahui pula bahwa partisipan penelitian ini memiliki penerimaan diri yang sedang dan kecemasan pernikahan yang rendah. Penerimaan diri yang sedang artinya para wanita yang pernah mengalami pelecehan seksual ini cenderung dapat menerima kondisi fisik tubuhnya, yaitu merasa cukup nyaman dan mencintai tubuhnya. Mereka juga cenderung kurang peduli pada pendapat negatif orang lain. Selain itu, mereka juga mengetahui,

menghargai, dan mengembangkan pikiran positif tentang kapasitas diri mereka. Hal ini cenderung memiliki penilaian yang objektif mengenai keadaan dirinya, meski individu mengalami peristiwa kelam seperti pelecehan seksual dapat menilai kelebihan kekurangan dalam diri individu.

Hasil penelitian ini sejalan dengan definisi penerimaan diri dari Hurlock (2009), yang mengacu suatu tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya. Individu yang dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak bermasalah dengan dirinya sendiri, yang tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri sehingga individu lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan. Individu yang dapat menyesuaikan diri juga memiliki ciri-ciri memiliki penghargaan yang realistis yakni terhadap keyakinan akan standar dan prinsip dirinya tanpa harus diperbudak oleh individu lain, serta menerima potensi dirinya, tidak melihat diri mereka sebagai individu yang harus dikuasai rasa marah atau takut atau menjadi tidak berarti karena keinginan-keinginannya tapi dirinya bebas dari ketakutan untuk berbuat kesalahan, tidak merasa iri akan kepuasan-kepuasan yang belum mereka raih.

Tabel 3. Kategori Variabel Deskriptif

Deskripsi berdasarkan	Persentase	Penerimaan Diri		Kecemasan	
		Mean	Kategori	Mean	Kategori
Usia					
21 - 25	99 %	56.46	Sedang	41.02	Rendah
31 - 35	1 %	85.00	Sangat Tinggi	23.00	Sangat Rendah
Pendidikan Terakhir					
SMA Sederajat	55.2%	55.9	Sedang	42.91	Rendah
Diploma	2.1%	51.5	Sedang	30.5	Sangat Rendah
Sarjana	39.6%	58.95	Sedang	38.95	Rendah
Pasca Sarjana	3.1%	62	Sedang	35	Sedang
Status Hubungan					
Tidak memiliki pasangan	51%	57.76	Sedang	40.12	Rendah
Memiliki pacar tidak serius	15.6%	57.4	Sedang	39.2	Rendah
Memiliki pacar serius	30.2%	53.41	Sedang	43.55	Rendah
Bertunangan	3.1%	69.67	Tinggi	34.33	Sangat Rendah
Jenis Pelecehan					
<i>Catcalling</i>	21.9%	63.24	Tinggi	29.81	Sangat Rendah
Sentuhan bagian tubuh	7.3%	59.86	Sedang	41.86	Rendah
Ajakan kegiatan seksual	1%	39	Rendah	49	Sedang
Diperlihatkan alat kelamin	2.1%	72	Tinggi	31.5	Sangat Rendah
Mengalami semua jenis pelecehan seksual	67.7%	54.14	Sedang	44.45	Rendah

Kecemasan menghadapi pernikahan yang rendah artinya, para partisipan cenderung hanya mengalami sedikit perasaan yang tidak menyenangkan seperti kekhawatiran, kegugupan, atau ketakutan ketika memikirkan tentang ikatan suami dan istri. Para partisipan bahkan cenderung tidak menganggap pernikahan sebagai stres. Hal ini karena menurut Hooper (2020), kecemasan adalah respon tubuh terhadap stres. Stres tersebut merujuk pada reaksi fisik, mental, dan emosional terhadap beberapa jenis perubahan atau antisipasi terhadap perubahan. Hal ini juga dapat berarti partisipan memandang peristiwa negatif yang pernah dialami sebagai bagian dari pelajaran menuju kematangan pribadi (Khan dkk., 2021).

Responden dalam penelitian ini terbagi menjadi dua kategori berdasarkan usia, yaitu usia 21 sampai 25, dan usia 30 sampai 35 tahun. Hasil analisis deskripsi berdasarkan usia 31-35, diperoleh *mean* empirik variabel penerimaan diri berada pada tingkat sangat tinggi sedangkan variabel kecemasan pada tingkat sangat rendah. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Kaplan dan Sadock (2010), hal ini terjadi karena usia turut memengaruhi kecemasan seseorang. Gangguan kecemasan lebih mudah dialami oleh seseorang yang berusia lebih muda dibandingkan dengan yang berusia lebih tua dan semakin tinggi usia, seseorang mempunyai kecenderungan untuk memiliki penerimaan diri yang lebih baik khususnya dalam menghargai diri sendiri

secara realistik (Dietz, 1996; Irawati, 2005; Ogihara, 2019; Ulfa, Thoha, & Qohar, 2019).

Pada deskripsi berdasarkan pendidikan terakhir yaitu dibagi 4 kategori, yaitu SMA, diploma, sarjana, pasca sarjana. Responden yang berpendidikan terakhir Pasca sarjana memiliki nilai *mean* empirik tertinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa responden yang berpendidikan terakhir pasca sarjana cenderung memiliki tingkat penerimaan diri lebih tinggi dibandingkan dengan SMA, diploma, dan sarjana. Hasil penelitian ini sesuai dengan faktor-faktor penerimaan diri Hurlock (2009), yaitu penerimaan diri sangat dipengaruhi oleh proses belajar yang dialami oleh individu dalam hal ini usia dan pendidikan memegang peranan penting bagi individu. Hal senada juga ditemukan oleh beberapa riset (Ng, Allore, & Levy, 2020; Ogihara & Kusumi, 2020). Di sisi lain, semakin tinggi tingkat pendidikan subjek, semakin rendah tingkat kecemasannya (Bjelland dkk., 2008; Puspitasari, 2013).

Pada deskripsi berdasarkan status hubungan yaitu dibagi 4 kategori, yaitu tidak memiliki pasangan, memiliki pacar tidak serius, memiliki pacar serius, dan bertunangan. Responden yang berstatus hubungan tunangan memiliki penerimaan diri yang tinggi dan kecemasan yang sangat rendah. Hasil penelitian penerimaan diri ini sesuai pernyataan Jersild (1960) yaitu salah satu ciri dari penerimaan diri individu adalah

memiliki keinginan-keinginan serta harapan-harapan tertentu di antaranya menikah.

Pada deskripsi berdasarkan jenis pelecehan yang dialami yaitu dibagi 6 kategori, yaitu *catcalling*, sentuhan bagian tubuh, ajakan kegiatan seksual, diperlihatkan alat kelamin, dan yang mengalami semua jenis pelecehan seksual. Responden yang mengalami pelecehan ajakan kegiatan seksual memiliki penerimaan diri yang rendah dan kecemasan yang sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa responden yang mengalami pelecehan ajakan kegiatan seksual cenderung memiliki tingkat penerimaan diri lebih rendah dan tingkat kecemasan lebih tinggi (Prameswari & Khoirunnisa, 2020; Setyaningrum & Equatoria, 2022) dikarenakan *catcalling*, sentuhan bagian tubuh, diperlihatkan alat kelamin, dan yang mengalami semua jenis pelecehan seksual. Wanita yang pernah mengalami pelecehan seksual memiliki trauma nyata akan masa lalu yang kelam (Cortina & Kurbiak, 2006; Fitzgerald, 2017; Mushtaq, Sultana, & Imtiaz, 2015). Hal ini sesuai dengan faktor-faktor penerimaan diri di antaranya adalah pengalaman, dan sesuai dengan faktor-faktor kecemasan adalah selalu terbayang akan munculnya kembali kenangan negatif di masa lalu di kehidupan mendatang (Keles, McCrae, & Grealish, 2019; Luong & Green, 2023; Stahl & Denhag, 2020).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penerimaan diri terhadap kecemasan terkait pernikahan pada wanita korban pelecehan seksual yaitu sebesar 13.8% dan sisanya sebesar 86.2% merupakan pengaruh faktor atau variabel lain di luar penelitian. Pada penelitian ini juga didapatkan bahwa penerimaan diri berada dalam kategori sedang dan kecemasan berada dalam kategori rendah.

Dari penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa bahwa penerimaan diri partisipan penelitian berada dalam kategori sedang dan kecemasan berada dalam kategori rendah, maka diharapkan untuk subjek dapat menjadi pribadi yang dapat secara puas mengakui kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Adapun untuk penelitian selanjutnya diharapkan meneliti secara kualitatif, sehingga dapat lebih mengetahui dinamika pengaruh penerimaan diri terhadap kecemasan secara lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrillia, D. (2018). *Dampak gangguan kecemasan dalam kehidupan*. Diakses dari: <https://beritagar.id/artikel/gaya-hidup/dampak-gangguan-kecemasan-pada-kehidupan/> pada tanggal 24 Juni 2021.
- Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., & Steer, R. A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 56*, 893-897
- Bernard, M. E., Hoffman, L. A, Lopez, A. J., & Moats, M. (2013). *The strength of selfacceptance: Theory, practice and research*. London: Springer.
- Bjelland, I., Krokstad, S., Mykletun, A., Dahl, A. A., Tell, G. S., & Tambs, K. (2008). Does a higher educational level protect against anxiety and depression? The HUNT study. *Social Science & Medicine, 66*(6), 1334-1345. doi: 10.1016/j.socscimed.2007.12.0
- Budia, S. (2020). *Fenomena pelecehan seksual di jalanan*. Diakses dari: <https://youtu.be/PqRPOrPr8Wk/>, pada tanggal 11 Mei 2020.
- Burns, R. B. (1993). *Konsep diri: Teori, pengukuran, perkembangan, dan perilaku*. Alih Bahasa: Eddy. Jakarta: Arcan.
- Cortina, L., & Kurbiak, S. P. (2006). Gender and posttraumatic stress: Sexual violence as an explanation for woman's increased risk. *Journal of Abnormal Psychology, 115*(4), 753-759. doi: 10.1037/0021-843X.115.4.753
- Dietz, B. E. (1996). The relationship of aging to self-esteem: The relative effects of maturation and role accumulation. *The International Journal of Aging and Human Development, 43*(3), 249-266. doi: 10.2190/bhxn-xqm2-rmab-hd4p

- Durand, V., & Barlow, D. (2006). *Intisari psikologi abnormal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ekawati, A. (2020). Hubungan antara penerimaan diri dan kecemasan terhadap status mantan narapidana, *Jurnal Pemikiran dan Pengembangan*, 2(1), 7-33.
- Fitzgerald, L. F. (2017). Still the last great open secret: Sexual harassment as systemic trauma. *Journal of Trauma & Dissociation*, 1-7. doi: 10.1080/15299732.2017.1309143
- Hooper, L. (2020). *Anxiety disorders*. California: Salem Press.
- Hurlock, E. B. (2009). *Psikologi perkembangan: Suatu perkembangan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Irawati, Y. (2005). *Perbedaan penerimaan diri pada penyandang tuna netra bukan sejak lahir dan sejak lahir*. Thesis (tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.
- Islam, M. N., Shahrier, M. A. & Absar, M. N. (2014). Self-acceptance and anxiety of adolescents: its linkage to their ethnicity and academic achievements. *Journal Life Earth Science*. 9, 97-105.
- Jersild, A. T. (1960). *The psychology of adolescence*. The Macmillan Company.
- Kaplan J. B., & Sadock T. C. (1997). *Sinopsis psikiatri, ilmu pengetahuan perilaku psikiatri klinis, Edisi ke tujuh*. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2019). A systematic review: the influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 1–15. doi: 10.1080/02673843.2019.1590851
- Khan, B. S., Anwar, S., Tuaseen, M. A., Iqbal, M., & Tahir, M. H. (2021). Maturity in emotions and behavioral issues among postgraduate students: A correlational study. *Webology*, 18(6), 8233-8250.
- Komnas Perempuan. (2017). *Modul pedoman kekerasan seksual*. Diakses dari: <https://www.komnasperempuan.go.id/>, pada tanggal 30 April 2020.
- Kusumaningsih, L. P. S. (2017). Penerimaan diri dan kecemasan terhadap status narapidana, *Jurnal Psikologi Ilmiah Universitas Islam Sultan Agung*, 9(3), 235-242.
- Luong, A. D., & Green, C. A. (2023). Mental health and harassment in the workplace. *Journal of Emergency Nursing*, 49(3), 341-344. <https://doi.org/10.1016/j.jen.2022.09.011>
- Machdan, D. M., & Hartini, N. (2012). Hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan terkait dunia kerja pada tunadaksa di UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Tubuh Pasuruan, *Jurnal Psikologi*, 1(2), 79-85.

- Mallista, K., Soetikno, N., & Risnawaty, W. (2020, December). Sexual Harassment in Adolescent. In *The 2nd Tarumanagara International Conference on the Applications of Social Sciences and Humanities (TICASH 2020)* (pp. 549-552). Atlantis Press.
- Mushtaq, M., Sultana, S., & Imtiaz, I. (2015). The trauma of sexual harassment and its mental health consequences among nurses. *Journal of the College of Physicians and Surgeons Pakistan*, 25(9), 675-679.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., Greene, B., & Murad, J. (2005). *Psikologi abnormal edisi kelima jilid 1*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Ng, R., Allore, H. G., & Levy, B. R. (2020). Self-acceptance and interdependence promote longevity: Evidence from a 20-year prospective cohort study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(16), 5980. doi: 10.3390/ijerph17165980
- Ogihara, Y. (2019). A decline in self-esteem in adults over 50 is not found in Japan: Age differences in self-esteem from young adulthood to old age. *BMC Research Notes*, 12(1). doi:10.1186/s13104-019-4289-x
- Ogihara, Y., & Kusumi, T. (2020). The developmental trajectory of self-esteem across the life span in Japan: Age differences in scores on the Rosenberg Self-Esteem Scale from adolescence to old age. *Frontiers in Public Health*, 8, 132. doi: 10.3389/fpubh.2020.00132
- Peterson, P. R., & Ho, R. (2021). Nervous and scared: Understanding anxiety and trauma/stressor-related disorders and obsessive-compulsive disorders. *Physician Assistant Clinics*, 6(3), 479-493. <https://doi.org/10.1016/j.cpha.2021.03.002>
- Prameswari, V., & Khoirunnisa, R. N. (2020). Penerimaan diri pada perempuan korban pelecehan seksual yang dilakukan oleh keluarga. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(4), 62-78.
- Puspitasari, A. W. T. (2013). *Hubungan antara tingkat pendidikan dengan kecemasan pada wanita menopause*. Skripsi (tidak diterbitkan). Fakultas Kedokteran Uiniversitas Sebelas Maret.
- Quamila, A. (2020). *Delapan trauma fisik dan mental akibat kekerasan seksual*. Diakses dari: <https://helohehat.com/hidup-sehat/psikologi/trauma-akibat-kekerasan-seksual/pada> tanggal 6 Juli 2020.
- Setyaningrum, I. A., & Equatora, M. A. (2022). *Self-acceptance in forming sexual assault victims with online guidance*. Available at SSRN: <https://ssrn.com/abstract=4044183> or <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.4044183>
- Stahl, S., & Denhag, I. (2020). Online and offline sexual harassment associations of

anxiety and depression in an adolescent sample. *Nordic Journal of Psychiatry*, 75(5), 330-335. doi: 10.1080/08039488.2020.185692

Terwase, J. M., Achubu, C. L., & Iligh, C. (2020). Influence of Sexual Violence on Perceived Anxiety among Married Couples in Makurdi Metropolis. *Sciences (ISSN 2455-2267)*, 16(1), 23-30

Triningtyas, D. A. (2016). *Komunikasi antar pribadi*. Magetan: Media Grafika.

Tylka, T. L. (2011). Positive psychology perspectives on body image. In T. F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of body image and human appearance* (pp. 657–663). Elsevier Academic Press.

Ulfa, K., Thoha, A. F. N. A., & Qohar, A. (2019). Hubungan antara successful ageing dan penyesuaian diri lanjut usia dengan penerimaan diri. *Anfusina*, 2(2), 181-194.

van der Kolk, B. (2000). Post-traumatic stress disorder and the nature of trauma. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 2(1), 7-22.

Wulan, A. P. N., & Ediati A. (2019). Judul penerimaan diri dengan kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan wanita kasus narkoba di Kalimantan Timur. *Jurnal Psikologi*, 8(1), 173-184.