

**HUBUNGAN SELF ACCEPTANCE DENGAN KECENDERUNGAN  
CINDERELLA COMPLEX PADA MAHASISWI**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Guna memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S1)  
dalam Ilmu Psikologi (S.Psi)



**Diajukan Oleh :**

**Rahayu Anggi Pangestu**

**NIM : 1707016097**

**PRODI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG**

**TAHUN 2021**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI**

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

**PENGESAHAN**

Naskah skripsi berikut ini :

Judul : HUBUNGAN SELF ACCEPTANCE DENGAN KECENDERUNGAN  
CINDERELLA COMPLEX PADA MAHASISWI

Penulis : Rahayu Anggi Pangestu

NIM : 1707016097

Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang munaqosah oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam Ilmu Psikologi.

Semarang, 8 Oktober 2021

**DEWAN PENGUJI**

Penguji I

Wening Wihartati, S.Psi., M.Si  
NIP : 19771102 200604 2004

Penguji II

Lucky Ade Sessiani, S. Psi., M. Si, Psikolog  
NIP : 198512022019032010

Penguji III

Dr. Baidi Bukhori S.Ag., M.Si  
NIP : 1973042719966031 001

Penguji IV

Siti Khikmah, S.Psi, M.Si  
NIP : 197502052006042003

Pembimbing I

Wening Wihartati, S.Psi., M.Si  
NIP : 19771102 200604 2004

Pembimbing II

Lucky Ade Sessiani, S. Psi., M. Si, Psikolog  
NIP : 198512022019032010

## **PERNYATAAN KEASLIAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rahayu Anggi Pangestu

NIM : 1707016097

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul :

### **HUBUNGAN SELF ACCEPTANCE DENGAN KECENDERUNGAN CINDERELLA COMPLEX PADA MAHASISWI**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitiankarya saya sendiri,

Kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 28 September 2021

Pembuat Pernyataan



**Rahayu Anggi Pangestu**

NIM: 1707016097



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI**

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

---

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Yth.  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan  
UIN Walisongo Semarang  
Di Semarang

*Assalamu 'alaikum. wr. wb.*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : HUBUNGAN SELF ACCEPTANCE DENGAN KECENDERUNGAN CINDERELLA COMPLEX PADA MAHASISWI

Nama : Rahayu Anggi Pangestu

NIM : 1707016097

Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

*Wassalamu 'alaikum. wr. wb.*

Mengetahui  
Pembimbing I,

Wening Wihartatati, S.Psi., M.Si.  
NIP. 19771102 200604 2004

Semarang, 28 September 2021  
Yang bersangkutan

Rahayu Anggi Pangestu  
NIM. 1707016097





**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI**

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

---

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Yth.  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan  
UIN Walisongo Semarang  
Di Semarang

*Assalamu 'alaikum. wr. wb.*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : HUBUNGAN SELF ACCEPTANCE DENGAN KECENDERUNGAN  
CINDERELLA COMPLEX PADA MAHASISWI

Nama : Rahayu Anggi Pangestu

NIM : 1707016097

Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

*Wassalamu 'alaikum. wr. wb.*

Mengetahui  
Pembimbing II,

Lucky Ade Sessiani, S. Psi., M. Si, Psikolog  
NIP. 198512022019032010

Semarang, 28 September 2021  
Yang bersangkutan

Rahayu Anggi Pangestu  
NIM. 1707016097



**KATA PENGANTAR**

Alhamdulillahairabbil ‘alamin.

Puji syukur senantiasa saya sampaikan kepada Allah SWT yang telah memberikan kesempatan untuk menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Self Acceptance Dengan Kecenderungan Cinderella Complex Pada Mahasiswi”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan memperoleh gelar Sarjana (S1) dalam ilmu psikologi (S.Psi) Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang.

Proses penelitian dan penyusunan skripsi juga memiliki kendala dan kekurangan. Namun kendala tersebut dalam penelitian selesai dengan cara berdiskusi dengan dosen pembimbing serta dukungan dan semangat dari berbagai pihak.

Pada penelitian kali ini peneliti menyadari masih kurang dari kata sempurna. Penulis berharap penelitian ini dapat memberikan sumbangan serta bermanfaat bagi berbagai pihak.

Semarang, 28 September 2021

Pembuat Pernyataan



**Rahayu Anggi Pangestu**

NIM: 1707016097

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Prof. Dr. KH. Imam Taufiq, M.Ag selaku Rektor UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya,
2. Prof. Dr. Syamsul Ma'arif, M.Ag selaku Dekan Fakultas Psikologi & Kesehatan UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya,
3. Wening Wihartatati, S.Psi., M.Si., selaku Ketua Jurusan Psikologi,
4. Wening Wihartatati, S.Psi., M.Si., selaku dosen pembimbing I dan Lucky Ade Sessiani, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen wali sekaligus pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, dukungan, arahan, motivasi dan waktunya selama proses penyusunan skripsi,
5. Dosen Fakultas Psikologi & Kesehatan UIN Walisongo yang telah memberikan ilmunya, membimbing serta memberikan saran kepada penulis,
6. Seluruh civitas akademik Fakultas Psikologi dan Kesehatan yang telah memberikan pelayanan dan fasilitas yang menunjang,
7. Mahasiswi UIN Walisongo Semarang yang bersedia menjadi subjek penelitian ini,
8. Orang tua tersayang, Bapak Slamet Rohmani dan Ibu Nurul Fadhilah beserta adik Muhamad Zacky Ramadhani beserta keluarga tercinta yang selalu mendukung, mendoakan, dan selalu memberi semangat,
9. Kepada Hadania Madhita Tiara Asyari yang selalu memberikan semangat dan dukungan selama perkuliahan,

10. Sahabat (Hadania, Septian Rendy, Naufal Efendi, Wahyu Apriliya, Muntazimatul Fikri, Rahayu) yang selalu memberikan semangat dan dukungan,
11. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebut satu-persatu dan telah berkontribusi dalam penyelesaian skripsi ini.
12. *Last but not least, I wanna thank me I wanna thank me for believing in me. I wanna thank me for doinng all this hard work I wanna thank me for having no days off. I wanna thank me for never quitting I wanna thank me for always being a giver and tryna give more than I receive.*

Akhir kata, penulis berharap bahwa skripsi ini dapat berguna bagi banyak orang.

Semarang, 28 September 2021

Pembuat Pernyataan



**Rahayu Anggi Pangestu**

NIM: 1707016097



## **MOTTO**

*“focus on what you can control”*

*-Rahayu Anggi Pangestu-*

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	1
HALAMAN PENGESAHAN.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
Abstract .....	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	10
C. Tujuan Penelitian .....	11
D. Manfaat Penelitian .....	11
E. Keaslian Penelitian.....	11
BAB II.....	15
KAJIAN TEORI .....	15
A. Cinderella Complex .....	15
1. Pengertian Cinderella Complex.....	15
2. Cinderella Complex pada Mahasiswi.....	20
3. Faktor-Faktor Yang Dapat Mempengaruhi Kecenderungan Cinderella Complex.....	22
4. Aspek-Aspek Cinderella Complex .....	23
5. Cinderella Complex dalam Islam .....	25
B. Self Acceptance.....	27
1. Pengertian <i>Self Acceptance</i> .....	27
2. Faktor Yang Dapat Mempengaruhi <i>Self Acceptance</i> .....	29
3. Aspek <i>Self Acceptance</i> .....	32
4. Indikator <i>Self Acceptance</i> .....	33

5. <i>Self Acceptance</i> Dalam Islam .....	33
C. Hubungan <i>Self Acceptance</i> dengan Kecenderungan <i>Cinderella Complex</i> pada Mahasiswi .....	35
D. Hipotesis.....	37
BAB III .....	41
METODE PENELITIAN.....	41
A. Jenis Penelitian.....	41
B. Identifikasi Variabel.....	41
C. Definisi Operasional.....	41
D. Tempat dan Waktu Penelitian .....	42
E. Sumber dan Jenis Data .....	43
F. Populasi dan Sampel .....	44
G. Teknik Pengumpulan Data.....	46
H. Validitas dan Reabilitas.....	50
I. Teknik Analisis Data.....	56
BAB IV .....	56
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	56
A. Hasil Penelitian .....	56
1. Deskripsi Subjek.....	56
2. Kategorisasi Variabel Penelitian .....	58
B. Hasil Uji Asumsi .....	61
1. Uji Normalitas .....	61
2. Uji Linearitas .....	63
3. Hasil Analisis Data .....	64
C. Pembahasan.....	66
BAB V.....	71
KESIMPULAN DAN SARAN.....	71
A. Kesimpulan .....	71
B. Saran.....	71
DAFTAR PUSTAKA .....	73
LAMPIRAN.....	73

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Studi Pendahuluan .....	7
Tabel 2 Penentuan Jumlah Sampel Isaac dan Michael .....	45
Tabel 3 Alternatif Pilihan Jawaban .....	47
Tabel 4 Blueprint Cinderella Complex .....	47
Tabel 5 Blueprint Self Acceptance .....	49
Tabel 6 Sebaran Skala Cinderella Complex Setelah Uji Coba .....	51
Tabel 7 Sebaran Skala Self Acceptance Setelah Uji Coba .....	52
Tabel 8 Koefisien Reliabilitas .....	54
Tabel 9 Hasil Estimasi Reliabilitas Variabel Cinderella Complex .....	55
Tabel 10 Hasil Estimasi Reliabilitas Variabel Self Acceptance .....	55
Tabel 11 Deskripsi Data Cinderella Complex dan Self Acceptance.....	58
Tabel 12 Kategori Skor Variabel Seld Acceptance.....	59
Tabel 13 Distribusi Variabel Self Acceptance .....	60
Tabel 14 Kategorisasi Variabel Cinderella Complex.....	60
Tabel 15 Distribusi Variabel Cinderella Complex.....	61
Tabel 16 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov .....	62
Tabel 17 Uji Linearitas Cinderella Complex dengan Self Acceptance.....	63
Tabel 18 Uji Hipotesis Cinderella Complex dengan Self Acceptance.....	65

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berpikir .....	35
Gambar 2 Persentasi Subjek Berdasarkan Fakultas .....	57

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : *Blue Print* Skala Penelitian

Lampiran 2 : Skala Penelitian

Lampiran 3 : Uji Validitas Dan Reabilitas

Lampiran 4 : Deskriptif Data

Lampiran 5 : Uji Asumsi Dan Hipotesis

Lampiran 6 : Daftar Riwayat Hidup

## **CORRELATION SELF-ACCEPTANCE WITH CINDERELLA COMPLEX TENDENCIES IN FEMALE STUDENTS**

### **Abstract**

**Abstract:** This study aims to empirically test the relationship of self acceptance with cinderella complex tendencies in female students. The hypothesis proposed by the researchers is that there is a negative relationship between self acceptance to the tendency of cinderella complex in female students. The sample in this study was 360 active students of UIN Walisongo Semarang, with ages 18-21 years. The measuring instrument uses cinderella complex scale and self acceptance scale. The data analysis method uses the normality test, linearity test, and hypothesis test using spearman rank analysis test. The results showed that there is a negative relationship with the understanding that the higher self acceptance that students have, the lower the Cinderella complex experienced, and conversely the lower the self acceptance that students have, the higher the Cinderella complex experienced.

**Keywords:** sorority, cinderella complex, self acceptance

## **HUBUNGAN SELF ACCEPTANCE DENGAN KECENDERUNGAN CINDERELLA COMPLEX PADA MAHASISWI**

### **Abstrak**

**Abstrak :** Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan *self acceptance* dengan kecenderungan *cinderella complex* pada mahasiswi. Hipotesis yang diajukan oleh peneliti adalah ada hubungan negatif antara *self acceptance* dengan kecenderungan *cinderella complex* pada mahasiswi. Sampel dalam penelitian ini adalah 360 mahasiswi aktif UIN Walisongo Semarang, dengan usia 18-21 tahun. Alat ukur menggunakan skala *cinderella complex* dan skala *self acceptance*. Metode analisis data menggunakan uji normalitas, uji linieritas, dan uji hipotesis menggunakan uji analisis *rank spearman*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dengan pemahaman bahwa semakin tinggi *self acceptance* yang dimiliki mahasiswi maka semakin rendah *cinderella complex* yang dialami, dan sebaliknya semakin rendah *self acceptance* yang dimiliki mahasiswi maka semakin tinggi *cinderella complex* yang dialami.

**Kata Kunci:** mahasiswi, *cinderella complex*, *self acceptance*

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak menuju masa dewasa. Pada proses transisi ini akan terjadi perubahan fisik, mental, hormonal serta sosial. Perubahan yang dialami biasanya sangat cepat tanpa disadari. Perubahan fisik termasuk perkembangan sifat seksual sekunder, perubahan perilaku dan hubungan sosial dengan lingkungan. Masa remaja dibagi menjadi dua yaitu masa remaja awal dengan rentan usia 12/13 tahun sampai 17/18 tahun dan masa remaja akhir yaitu dengan rentan usia 17/18 tahun sampai 21/22 tahun (Hurlock 1964, dalam Siti Hikmah, 2015:233). Selama periode perubahan fisik, psikologis, dan sosial, ini dapat menyebabkan masalah yang mengganggu kesehatan mental (Wanita dan Ratih, 2017: 43).

Remaja akhir adalah proses individu mengalami masa transisi yaitu masa remaja menuju dewasa (Siti Hikmah, 2015:233). Pada masa remaja akhir ini individu akan mengalami beberapa perubahan terkait dengan beberapa perubahan diantaranya adalah perubahan dengan orang tua maupun perubahan terhadap cita-cita, dan juga perubahan terhadap orientasi masa depan (Anna Freud, dalam buku Siti Hikmah, 2015: 234). Pada akhir masa remaja, remaja biasanya akan melihat diri mereka sebagai orang dewasa yang mampu mengekspresikan pikiran, sikap, serta perilaku yang lebih matang.



Interaksi dan komunikasi dengan orang tua mulai membaik, karena remaja mulai memiliki rasa kebebasan dan emosi mereka akan stabil (Hurlock, 1991, dikutip Ali, 2008:10). Pada masa ini orang tua akan menganggap bahwa anaknya telah siap untuk menjadi dewasa dan mandiri (Siti Hikmah, 2015: 234).

Proses menuju dewasa mendorong setiap individu untuk mengembangkan dirinya untuk dapat menghadapi permasalahan atau rintangan hidup yang dijalani. Tidak terkecuali perempuan. Saat ini perempuan turut serta aktif dalam kehidupan bermasyarakat. Pada era ini banyak perempuan yang menjadi seorang pemimpin, menjadi pengusaha, guru dan lain sebagainya. Hal ini membuktikan bahwa perempuan dari masa ke masa memiliki kemandirian yang semakin meningkat. Kemandirian adalah sikap dimana individu mampu menentukan keputusannya sendiri berdasarkan dirinya sendiri. Kemandirian merupakan salah satu tujuan hidup individu dan salah satu aspek penting yang harus dimiliki oleh individu. Berdasarkan penelitian dari Fitri pada tahun 2017 faktanya tidak semua individu terutama perempuan memiliki rasa kemandirian didalam dirinya, banyak dari mereka yang masih ketergantungan, serta keinginan untuk selalu dilindungi dan dirawat oleh orang lain. Sifat ketergantungan dan keinginan dirawat dan dilindungi ini lah yang disebut dengan *cinderella complex* yang dikemukakan oleh (Dowling, 1995: 17).

*Cinderella Complex* diartikan sebagai kondisi dimana seorang perempuan mengalami ketergantungan secara psikis kepada orang lain. Hal

ini ditandai salah satunya oleh keinginan individu untuk dilindungi dan dirawat oleh orang lain, terutama oleh laki-laki. Menurut Dowling (1995: 17) seseorang yang mengalami *cinderella complex* akan mengharap orang lain untuk mengubah kehidupan mereka atau ketidaknyamanan yang mereka alami. *Cinderella complex* dialami pada masa remaja menuju dewasa. Sindrom *cinderella complex* dinilai memiliki dampak negatif terutama pada perkembangan yang dialami perempuan, salah satunya mempengaruhi cara perempuan dalam merespon lingkungan (Anggriany & Astuti dalam Mayangsari, 2013: 158). Cinderella complex juga memiliki dampak pada produktivitas perempuan. Misalnya, menghambat menjadi diri sendiri, menghambat berbagai kemampuan perempuan, dan kurang terlibat dan antusias dalam lingkungan kerja (Dowling, 1995: 25), sehingga menjadikan perempuan tidak menyelesaikan tugas dan kewajibannya, dan cenderung bergantung dengan orang lain (Teguh, 2017: 213).

Menurut Dowling banyak perempuan yang tidak menyadari “masalah” ini. Banyak perempuan menyatakan keinginan kemerdekaan atau kebebasan. Namun secara emosional menunjukkan hal yang sebaliknya, perempuan memperlihatkan kondisi diri seperti tanda penderitaan karena telah mengalami konflik secara batin. Kondisi seperti ini dapat terus menerus berkembang sehingga dapat mengakibatkan perempuan mulai tergantung kepada laki-laki secara perlahan, karena kemampuan bertahan secara fisik yang kurang terlatih. Secara psikis perempuan dapat menjadi pribadi yang tergantung dan tidak terbiasa untuk menghadapi segala kekuatan, persaingan,

dan tidak terbiasa untuk terus maju untuk menghadapi rintangan hal ini disebabkan oleh dominasi laki-laki (Dowling, 1995: 25).

*Cinderella Complex* cenderung dialami oleh mahasiswi. Hal ini didasarkan mahasiswi masih takut mandiri karena terbiasa dengan bantuan orangtua sehingga ketika jauh dengan orang tua mahasiswi cenderung menginginkan bantuan orang lain ketika mengalami kesulitan atau permasalahan (Susanto, dkk, 2008:11). Cinderella complex yang dialami oleh mahasiswi dapat menyebabkan terjadinya prokrastinasi dan keterlambatan akademik, sehingga menyebabkan mahasiswi lebih mengandalkan orang lain dan enggan menyelesaikan tugasnya (Teguh, 2017: 212).

Mahasiswi yang harus mulai mandiri dengan kehidupannya, terkadang merasa terlalu takut untuk melakukan semua hal sendiri, misalnya membeli makanan. Hal tersebut dikarenakan, kebiasaan untuk selalu bersama orang lain. Dalam menghadapi permasalahan seorang mahasiswi cenderung untuk menceritakannya kepada orang terdekatnya sebelum mencoba memikirkan untuk jalan keluarnya (Annisa, 2014: 10). Rata-rata mahasiswi menginginkan seseorang yang selalu ada ketika mereka kesulitan dalam mengerjakan tugas perkuliahan, seseorang yang selalu mendengarkan cerita keluh kesah, seseorang yang dapat memberikan solusi, dan seseorang yang dapat menenangkan ketika menghadapi permasalahan. Tetapi ketika diberi pertanyaan lebih lanjut, mereka menyatakan bahwa mereka bukanlah individu yang bergantung pada orang lain (Teguh, dkk, 2017: 220).

Berdasarkan penelitian dari WD Prasetya (2013) menyebutkan bahwa penerimaan diri yang baik oleh individu, dapat membantu individu untuk mengambil keputusan dengan mandiri tanpa bantuan dari orang lain hal ini mengindikasikan bahwa diperlukan adanya *self acceptance* yang baik oleh individu agar dapat meminimalisir terjadinya *cinderella complex* dalam diri individu.

*Self acceptance* adalah sikap yang dimana seseorang memiliki kepuasan terhadap diri, kualitas yang dimiliki, bakat yang dimiliki, dan pengakuan terhadap keterbatasan diri (Chaplin, 2004: 451, dalam Nabella, 2019: 9). *Self acceptance* merupakan kondisi dimana seseorang mampu menerima dirinya dari segala kelebihan dan kekurangannya. Seseorang bisa sangat baik dalam menerima dan juga memahami tentang fakta berbeda tentang dirinya yang disampaikan oleh orang lain. Seseorang dapat secara realistis menilai dirinya sendiri dan memberi penghargaan terhadap pencapaian diri.

Individu yang memiliki sikap penerimaan diri yang baik terhadap dirinya cenderung mengakui serta menerima dengan baik berbagai aspek dari dalam diri termasuk kualitas diri yang baik ataupun kualitas diri yang buruk serta mampu memandang positif kehidupan yang dijalani. Proses *self acceptance* yang baik adalah dengan melibatkan pemahaman terhadap diri dan kesadaran secara realistis, tentang kekuatan maupun kelemahan diri. Hal ini akan menghasilkan perasaan dari dalam diri bahwa masing-masing individu memiliki “nilai unik”.

*Self acceptance* yang kurang pada individu dapat tercermin dari beberapa hal, misalnya tidak dapat mengemukakan pendapat, menjawab pertanyaan, atau tidak dapat berargumen dalam melakukan diskusi. Seseorang yang memiliki *self acceptance* yang rendah cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah pula. *Self acceptance* adalah hal yang paling dasar dalam diri individu yang harus dimiliki, karena jika individu memiliki *self acceptance* yang baik maka akan membuat orang lain menerima diri individu tersebut secara baik (Hurlock, 2006: 436).

Setiap perkembangan yang dialami akan mempengaruhi proses *self acceptance* yang dialami oleh individu. Proses ini akan berbeda antar individu satu dengan yang lainnya. Beberapa individu mampu menerima dirinya secara cepat, namun beberapa lainnya membutuhkan waktu yang sedikit lebih lama. Namun, *self acceptance* tetap perlu dilakukan karena menurut Helmi (Nurvia ; 2010) *self acceptance* yang baik harus dapat diterapkan oleh setiap individu karena merupakan salah satu dari aspek kesehatan mental yang dapat membantu individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial. Sehingga untuk mencapai keseimbangan dalam kesehatan mental maupun kehidupan secara sosial, individu perlu melakukan *self acceptance*.

Peneliti melakukan studi pendahuluan pada 3 mahasiswi yang berasal dari UIN Walisongo dengan latar belakang yang berbeda dengan menggunakan metode wawancara didapatkan bahwa :

Tabel 1 Studi Pendahuluan

	<b>Mahasiswi 1</b>	<b>Mahasiswi 2</b>	<b>Mahasiswi 3</b>
<b>Jenjang perkuliahan</b>	Semester 4	Semester 2	Semester 6
<b>Kelekatan hubungan</b>	Memiliki hubungan yang baik dengan orang tuanya, terutama ayahnya.	Memiliki hubungan yang tidak cukup baik dengan orang tua, memiliki beberapa sahabat dan memiliki kekasih.	Memiliki hubungan dekat dengan keluarga.
<b>Ketergantungan dengan orang lain</b>	Subjek memiliki ketergantungan dengan ayahnya dan kekasihnya.	Subjek memiliki ketergantungan yang besar dengan kekasihnya, karena sering melakukan banyak hal bersama-sama	Subjek memiliki ketergantungan dengan teman sebaya atau sahabatnya.
<b>Pemahaman diri dan rasa tanggung jawab</b>	Berdasarkan wawancara yang dilakukan, subjek	Berdasarkan wawancara yang dilakukan, subjek	Berdasarkan wawancara yang

	<p>terlihat memiliki pemahaman diri dan tanggung jawab yang cukup baik. Subjek selalu mengerjakan kewajibannya semaksimal mungkin sesuai dengan kemampuannya.</p>	<p>memiliki pemahaman diri dan rasa tanggung jawab yang kurang. Subjek selalu mengandalkan kekasihnya ketika subjek merasa berat terhadap tugas dan tanggung jawabnya</p>	<p>dilakukan, subjek memiliki pemahaman diri yang cukup baik dan rasa tanggung jawab yang baik. Namun, terkadang subjek tidak mampu nmengambil keputusan sendiri, sehingga harus meminta pertimbangan dari teman sebaya atau sahabatnya.</p>
--	---	---	--

<p><b>Bakat, minat, dan cita-cita</b></p>	<p>Subjek menuturkan tidak memiliki bakat dan memiliki minat dalam bidang literasi. Subjek memiliki cita-cita sebagai psikolog.</p>	<p>Subjek menuturkan tidak memiliki bakat yang spesifik namun memiliki minat dalam bidang olahraga. Subjek tidak memiliki cita-cita yang pasti</p>	<p>Subjek memiliki bakat <i>public speaking</i>, dan memiliki minat dalam seni. Subjek memiliki cita-cita memiliki bisnis pribadi.</p>
---	---	--	--

Berdasarkan hasil wawancara dan data diatas, menunjukkan bahwa orang-orang terdekat dan lingkungan sangat mempengaruhi kecenderungan *cinderella complex* yang dialami oleh mahasiswi. Subjek cenderung tidak mengakui bahwa dirinya bergantung dan memaparkan bahwa telah dapat mandiri. Hal ini selaras dengan penelitian Teguh 2017: 212, yang memaparkan bahwa individu cenderung mengatakan bahwa mereka bukanlah individu yang bergantung.

Hasil wawancara dari ketiga subjek memperlihatkan bahwa ketiganya sama-sama memiliki kelekatan hubungan dengan orang lain, yaitu orang tua, kekasih, maupun sahabatnya. Ketiga subjek juga memperlihatkan perilaku ketergantungan terhadap orang-orang terdekat. Ketergantungan ini dapat



terlihat dari perilaku subjek yang mengandalkan orang lain, dan tidak dapat mengambil keputusan secara mandiri.

Ketiga subjek memperlihatkan pemahaman diri yang kurang. Meskipun subjek memaparkan bahwa dapat mengenali diri dengan baik, namun ketiganya menunjukkan sikap yang sebaliknya, yaitu mereka tidak mampu mengenali bakat, maupun memiliki cita-cita yang pasti. Hal ini mengindikasikan bahwa dari ketiga subjek tidak memiliki pemahaman diri yang cukup baik. Subjek juga tidak mampu dalam mengambil keputusan secara mandiri.

Berdasarkan pemaparan diatas mengenai *cinderella complex*, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul hubungan *self acceptance* dengan kecenderungan *cinderella complex* pada mahasiswi. Cinderella complex sendiri menjadi menarik diteliti dalam penelitian ini karena belum banyak penelitian mengenai *cinderella complex* terutama di Indonesia, sehingga penelitian ini diharapkan akan melengkapi penelitian-penelitian sebelumnya tentang *cinderella complex* dan *self acceptance*.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah paparkan oleh peneliti, muncul permasalahan penelitian yaitu adakah hubungan *self acceptance* dengan kecenderungan *cinderella complex* pada mahasiswi?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan oleh peneliti, tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris hubungan *self acceptance* dengan kecenderungan *cinderella complex* pada mahasiswi.

### **D. Manfaat Penelitian**

Berikut adalah beberapa manfaat yang peneliti harapkan dapat diperoleh dari penelitian ini:

#### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu mengembangkan dan menambah wawasan ilmu pengetahuan baru terkait dengan *self acceptance* dan kecenderungan *cinderella complex* pada mahasiswi.

#### 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan mampu dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh perempuan terkait dengan penerimaan diri pada sikap kecenderungan *cinderella complex*, sehingga dapat menyelesaikan permasalahan tersebut. Penelitian ini juga diharapkan dapat bermanfaat untuk orang tua agar dapat memberikan perlakuan yang tepat kepada anak, sehingga akan menciptakan mental yang sehat pada anak.

### **E. Keaslian Penelitian**

Untuk meminimalisir terjadinya pengulangan terhadap hasil dari temuan penelitian ini dengan peneliti lain, baik dalam bentuk skripsi maupun

dalam bentuk tulisan lainnya, maka peneliti akan mendeskripsikan tentang hubungan dari permasalahan yang penulis teliti dengan permasalahan dari penelitian terdahulu yang relevan. Beberapa penelitian adalah sebagai berikut:

Pertama, Tsurayya Syarif Zain (2016: 1) Mahasiswa pasca sarjana Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, dengan judul : *Cinderella Complex Dalam Perspektif Psikologi Perkembangan Sosial Emosi*. Hasil dari penelitian tersebut adalah Cinderella Complex terbentuk sejak anak usia dini, hal ini terjadi atas respon dari harapan orang tua, guru dan teman sebaya, berdasarkan perspektif perkembangan gender, Cinderella Complex yang dialami oleh perempuan dapat dipengaruhi budaya di lingkungan tempat tinggal yang mempersepsikan perempuan sebagai makhluk yang lemah.

Kedua, Anisa Dwi Hapsari, Moh Iqbal, Rulita Hndriyani (2014: 1) Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, dengan judul : *Cinderella Kompleks Pada Mahasiswi di Universitas Negeri Semarang*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswi di Universitas Negeri Semarang memiliki ketakutan sedang terhadap kemandirian. Aspek terpenting dari Cinderella complex yang dialami oleh mahasiswa Universitas Negeri Semarang adalah mengharapkan bimbingan orang lain, sedangkan aspek sekunder adalah mengandalkan orang lain.

Ketiga, Teguh Febyola Oktinisa, Rinaldi, Tesi Hermaleni (2017: 8) Universitas Negeri Padang, dengan judul : *Kecenderungan Cinderella Complex Pada Mahasiswa Perempuan Ditinjau Dari Persepsi Pola Asuh*. Hasil penelitian ini adalah bahwa dalam proyek penelitian psikologi

Universitas Negeri Padang, pola asuh otoritatif (otoriter/demokratis) paling banyak diterima oleh mahasiswi. Dibandingkan dengan ketiga pola asuh lainnya, pola asuh laissez-faire memiliki kecenderungan tertinggi pada siswa perempuan *cinderella complex*, dan metode pengasuhan otoritatif memiliki kecenderungan terendah pada mahasiswi.

Keempat, Sneha Saha<sup>1</sup>, Tanishka S. Safri (2016: 3) *The International Journal of Indian Psychology*, dengan judul : *Cinderella Complex: Theoretical Roots to Psychological Dependency Syndrome in Women*. Hasil dari penelitian tersebut adalah melihat bagaimana perempuan pada abad 21 yang memiliki ketergantungan berdasarkan latar belakang seseorang. *Cinderella complex* merupakan sindrom psikologis yang menyatakan bahwa wanita secara tidak sadar didorong oleh alam bawah sadar untuk bergantung pada sosok yang lebih dominan. Teori rasional dalam kaitannya dengan *cinderella complex* menandai perbedaan dalam perkembangan emosional antara pria dan wanita terutama didorong untuk berhubungan dengan orang lain.

Kelima, Robinson, G.J. (2016; 18) *The University Of Sheffield*, dengan judul *The Cinderella Complex: punishment, society and community sanctions. Punishment & Society*. Hasil dari penelitian tersebut adalah melihat bagaimana hukuman komunitas yang diabaikan oleh orang dengan alasan ketidakmampuan diri dalam melaksanakan hukuman.

Keenam, Robina Mohammad (2005) *South Asian Studies Programme, National University of Singapore*, dengan judul *The Cinderella complex –*

*narrating Spanish women's history, the home and visions of equality: developing new margins.* Hasil dari penelitian ini adalah mengajak wanita Spanyol untuk melawan represi negara dan berusaha mengontrol kesuburan mereka sehingga tidak memiliki rasa lemah walaupun berada didalam rumah.

Ketujuh, Shelley H. Carson, Ellen J. Langer (2006: 24) *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy, Harvard University, USA*, dengan judul *Mindfulness And Self-Acceptance*. Hasil dari penelitian ini adalah artikel ini berfokus pada teori kognitif dalam mencapai penerimaan diri tanpa syarat. Penelitian ini berfokus pada aspek-aspek yang diterapkan dalam penerimaan diri.

Kedelapan, Barbara D.R. Wangge (2013: 2) Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, dengan judul *Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Harga Diri pada Remaja pasca Perceraian Orangtua*. Hasil dari penelitian ini adalah semakin tinggi penerimaan diri remaja, maka akan semakin tinggi harga diri yang dimiliki oleh remaja ketika menghadapi kehidupan.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya, penelitian ini lebih berfokus pada sikap *self acceptance* pada kecenderungan *cinderella complex* pada mahasiswi.

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Cinderella Complex

##### 1. Pengertian Cinderella Complex

*Cinderella complex* atau sering juga disebut sebagai sindrom cinderella, pertama kali dikemukakan pada tahun 1981 oleh Colette Dowling. Istilah ini dicetuskan oleh Dowling berdasarkan oleh pengalaman pribadi. Setelah menemukan istilah *cinderella complex*, Dowling melakukan penelitian hingga mendapatkan hasil bahwa sindrom *cinderella complex* ini dialami oleh sebagian besar perempuan, namun seringkali perempuan tidak menyadari hal tersebut (Anggriany dan Astuti, 2003:42). Istilah ini tertuang dalam buku Dowling yang berjudul “*The Cinderella Complex : Womans Hidden Fear From In-dependence*” . Dalam kehidupan sehari-hari sindrom *cinderella complex* juga disebut sebagai sindrom umur 20, sindrom umur 21, dan seterusnya sepanjang perempuan memiliki ketergantungan dengan khayalan tentang bertemu “pangeran” impiannya (Dowling, 1995: 51).

*Cinderella complex* diartikan sebagai suatu jaringan suatu sikap dan juga rasa takut yang sebagian besar ditekan, hal ini yang menyebabkan perempuan tidak memiliki keberanian dalam memanfaatkan kelebihan dan kreativitasnya dengan maksimal (Dowling 1995:17). Hal ini tercermin seperti kisah cinderella yang menunggu

pangeran untuk menjemputnya agar terhindar dari ibu tiri dan saudara tirinya, demikianlah perempuan yang menanti sesuatu dari luar yang mampu mengubah hidupnya. Dowling memaparkan bahwa *cinderella complex* adalah sebuah kondisi ketergantungan secara psikologis yang dialami oleh perempuan, yang ditandai dengan memiliki keinginan untuk dilindungi serta dirawat oleh pihak yang lebih dominan terutama oleh laki-laki (Dowling, 1995:16-17). Dowling menyatakan bahwa para wanita muda, telah meyakini bahwa mereka akan selalu memiliki sosok yang akan melindungi mereka setiap saat (Dowling 1995:81).

*Cinderella complex* adalah suatu kondisi dimana seseorang mengalami ketakutan kemandirian, hal ini ditandai dengan keinginan dari dalam diri yang secara tak sadar ingin untuk dilindungi dan dirawat oleh orang lain. Menurut Santoso (2008:10), *cinderella complex* hampir selalu terjadi pada setiap perempuan. Menurut Su (2010:747), perempuan kurang memiliki kekuasaan dan memiliki status sosial yang rendah dimata masyarakat yang menyebabkan perasaan tidak berdaya timbul pada diri perempuan sejak zaman dahulu. Perasaan tidak berdaya yang dialami oleh perempuan, menjadikan perempuan memiliki resiko depresi hal ini dapat mengakibatkan perempuan mengalami *cinderella complex*. Perempuan cenderung memiliki keinginan untuk menyerah dan mencari perlindungan pria saat perempuan menghadapi hidup yang dirasa semakin berat (Corburn, dalam Dowling 1995: 51).

Dowling memaparkan bahwa sindrom *cinderella complex* biasanya dialami oleh perempuan berusia enam belas (16) tahun maupun tujuh belas (17) tahun, hal ini dinilai sering menghalangi perempuan untuk melanjutkan pendidikan, dan dapat mempercepat remaja untuk memasuki fase pernikahan di usia muda (Dowling 1995:51).

Dowling (1995:16) menjelaskan bahwa menghindari kebutuhan psikologis mandiri (keinginan untuk diselamatkan) adalah salah satu isu penting yang harus dihadapi perempuan. Perempuan telah mengandalkan pria sejak mereka masih muda. *Cinderella complex* digambarkan dari keinginan bawah sadar untuk diurus oleh orang lain, itu hanya rasa takut akan kemerdekaan (Santoso, dkk., 2008:10).

Symonds mengatakan bahwa *cinderella complex* adalah suatu permasalahan yang akan dihadapi hampir setiap perempuan yang ditemuinya. Perempuan yang tampaknya sangat sukses di permukaan juga cenderung memiliki ketergantungan pada orang lain, tanpa disadari mereka menghabiskan sebagian besar energi untuk menemukan cinta, bantuan, dan perlindungan untuk menghadapi hal-hal yang tampaknya sulit serta menantang di dunia. Ketakutan adalah salah satu peluang yang menghalangi para perempuan ini untuk menikmati hidup sepenuhnya, yaitu tidak dapat menggunakan kemampuan terbaik mereka. (Dowling, 1995:16). Selain itu, Su (2010:747) juga menjelaskan bahwa sejak zaman dahulu, ketidakberdayaan perempuan dan status sosial yang rendah telah menimbulkan rasa tidak berdaya. Rasa tidak berdaya yang dimiliki oleh



perempuan menempatkan perempuan pada risiko depresi, yang pada gilirannya membuat perempuan mengalami *cinderella complex*.

Terbentuknya *cinderella complex* pada perempuan diawali dengan perlakuan yang diterima berbeda oleh anak laki-laki dan anak perempuan sejak kecil. Pada masa kanak-kanak, perempuan dibesarkan dengan cara tidak diajarkan untuk mampu bersikap tegas dan mandiri, perempuan cenderung diajarkan untuk bersikap nonasertif dan menjadi tergantung pada orang lain, sehingga menyebabkan perempuan cenderung mengalami *cinderella complex* (Symond dalam Dowling, 1995: 40). Setiap kultur maupun budaya memiliki batasan sendiri untuk mengatasi beberapa hal. Namun, setiap kultur dan budaya masih sama-sama mentransformasikan bayi laki-laki untuk menjadi dewasa yang maskulin sedangkan bayi perempuan untuk menjadi dewasa yang feminim (Atkinson, 2002). Dowling juga menjelaskan tentang ketakutan yang telah lama dialami dianggap wajar sebagai bagian dari feminim, misalnya takut terhadap kecoa, takut terhadap tikus, takut terhadap kegelapan, takut terhadap kesendirian, adalah hal yang wajar dilakukan oleh perempuan namun tidak wajar bagi laki-laki.

Menurut Hoffman (Dowling, 1995: 51), ada beberapa alasan anak perempuan dapat tumbuh menjadi manusia dewasa dengan kecenderungan tergantung dan membutuhkan dukungan orang lain secara berlebihan, diantaranya sebagai berikut:

- a. Anak perempuan mendapatkan dorongan menuju kemandirian yang lebih sedikit.
- b. Anak perempuan mendapat lebih banyak perlindungan dari orangtua.
- c. Anak perempuan mendapat tekanan yang lebih sedikit secara kognitif dan secara sosial.
- d. Anak perempuan biasanya mengeksplorasi lingkungan dengan cara yang kurang mandiri.

Budaya patriarkal tidak dibentuk dari proses yang sebentar, namun telah terbentuk melalui proses yang sangat panjang dari sosial. Sejak zaman dahulu kala, laki-laki selalu diberikan tanggung jawab yang besar, misalnya berburu, dan melindungi perempuan, lalu garis keturunan dibentuk oleh laki-laki, beberapa pemimpin suku dipilih laki-laki karena dianggap kuat dan mampu melindungi kaumnya. Saat ini telah muncul gerakan seperti feminisme yang membangunkan kekuatan pada perempuan, namun dalam penelitian Sa'diyah 2012 menyatakan bahwa sebagian besar perempuan tidak menyadari bahwa mereka belum siap dalam menghadapi beban hidup yang dimiliki. Perempuan bukan tidak mampu menghadapi, namun merasa takut dan tidak memiliki kepercayaan diri terhadap kemampuan yang dimiliki.

Berdasarkan beberapa pendapat tentang *cinderella complex* diatas, dalam penelitian kali ini *cinderella complex* dideskripsikan sebagai rasa takut akan kemandirian yang timbul dari diri dalam diri perempuan. *Cinderella complex* rata-rata dialami oleh perempuan dalam masa remaja

akhir menuju dewasa awal. *Cinderella complex* dapat mempengaruhi kegiatan sehari-hari individu, misalnya akan terjadi prokastinasi karena individu cenderung menganggap bahwa dirinya tidak mampu melakukan suatu pekerjaan tertentu (Mayangsari, 2013: 140).

## 2. *Cinderella Complex pada Mahasiswi*

*Cinderella complex* banyak dialami oleh perempuan yang sedang dalam masa pendidikan. Psikolog Elizabeth Douvan melakukan penelitian dan menemukan bahwa perempuan tidak menunjukkan adanya tanda menuju arah kedewasaan sampai dengan usia delapan belas tahun (dan kadang-kadang lebih) (Dowling, 1995:81).

*Cinderella complex* cenderung dialami oleh remaja perempuan yang sedang dalam masa pendidikan di perguruan tinggi (mahasiswi). Hal ini didasarkan karena mahasiswi masih takut mandiri dan jauh dari orang tua sehingga cenderung menginginkan bantuan orang lain ketika mengalami kesulitan atau permasalahan (Susanto, dkk, 2008:11). Mahasiswi yang harus mulai mandiri dengan kehidupannya, terkadang merasa terlalu takut untuk melakukan semua hal sendiri, misalnya membeli makanan. Hal tersebut dikarenakan, kebiasaan untuk selalu bersama orang lain. Dalam menghadapi permasalahan seorang mahasiswi cenderung untuk menceritakannya kepada pacarnya atau sahabatnya sebelum mencoba memikirkan untuk jalan keluarnya (Annisa, 2014: 10). Rata-rata mahasiswi menginginkan seseorang yang selalu ada ketika mereka kesulitan dalam mengerjakan tugas perkuliahan, seseorang yang

selalu mendengarkan cerita keluh kesah, seseorang yang dapat memberikan solusi, dan seseorang yang dapat menenangkan ketika menghadapi permasalahan. Tetapi ketika diberi pertanyaan lebih lanjut, mereka menyatakan bahwa mereka bukanlah individu yang bergantung pada orang lain (Teguh, dkk, 2017: 212).

Berdasarkan pemahaman mahasiswa dan *cinderella complex* di atas, dapat disimpulkan bahwa *cinderella complex* pada mahasiswi merupakan semacam ketergantungan psikologis, diwujudkan sebagai keinginan yang kuat untuk dirawat dan dilindungi oleh orang lain, terutama oleh laki-laki, dan memikirkan hal-hal asing akan membantu mereka. Hal ini terjadi karena perempuan antara usia 16 dan 25 tahun takut akan mandiri dan sedang mengenyam pendidikan tinggi (mahasiswi).

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa *cinderella complex* pada mahasiswi dalam penelitian ini merupakan ketakutan mahasiswi untuk menghadapi permasalahan yang lebih besar. Ketakutan ini timbul dapat disebabkan karena sebelum memasuki perguruan tinggi, mereka cenderung masih dibantu dalam banyak hal, namun ketika masuk ke perguruan tinggi mereka cenderung dituntut untuk melakukan semuanya sendiri. Hal tersebut akan memicu mahasiswi untuk mengalami *cinderella complex* karena mereka tidak mengenali dan menerima kelebihan dan kekurangannya dengan baik.

### 3. *Faktor-Faktor Yang Dapat Mempengaruhi Kecenderungan Cinderella Complex*

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecenderungan *cinderella complex* pada seseorang menurut Dowling (1995: 21-25), diantaranya adalah:

- a. Pola asuh, orang tua selalu mempunyai cara tersendiri, inilah yang disebut pola asuh. pola asuh yang diterapkan oleh orang tua sejak kecil dapat mempengaruhi seseorang ketika beranjak dewasa ketika seseorang cenderung lebih mudah mandiri atau tidak.
- b. Kematangan pribadi, kedewasaan adalah proses yang berkesinambungan bagi sistem organisme untuk mencapai kematangan perilaku, menstabilkan respon organisme terhadap lingkungan alam dan memungkinkannya untuk mempertahankan integritas organisme dengan cara orang dewasa dihasilkan oleh proses memasak.
- c. Konsep diri, ketika seseorang memiliki konsep diri yang positif, dia akan menghargai dirinya sendiri, tetapi ketika seseorang memiliki konsep diri yang negatif, dia akan cenderung tidak percaya diri dan memilih untuk bergantung pada orang lain. Konsep diri yang dimiliki individu harus stabil, karena hal ini dapat mempengaruhi penerimaan diri pada individu atau *self acceptance*.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Annisa, 2014: 7 memaparkan terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi

terjadinya *cinderella complex* pada mahasiswi diantaranya adalah pola asuh orang tua, budaya patriarki, pekerjaan atau tugas yang menuntut pribadi, harga diri dan pengalaman.

Berdasarkan pemaparan dari faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecenderungan *cinderella complex*, beberapa faktor yang menjadi garis dalam penelitian ini adalah konsep diri dalam diri individu. Individu yang memiliki konsep diri positif, maka individu akan menerima diri dengan baik. Faktor selanjutnya adalah pola asuh sejak kecil orang tua yang cenderung mengakibatkan anak perempuan menjadi tidak percaya diri untuk melakukan suatu pekerjaan walaupun sebenarnya mereka mampu.

#### **4. Aspek-Aspek Cinderella Complex**

Ketergantungan seorang perempuan dipengaruhi oleh tiga hal. Pertama, keinginan untuk mendapatkan kasih sayang dan perlindungan dari oranglain, perilaku ini disebut perilaku afektif. Kedua, keinginan perempuan untuk mendapat pertolongan untuk menyelesaikan permasalahan dan cenderung tidak mampu menyelesaikan masalah sendiri, perilaku ini disebut perilaku penanggungan. Ketiga, keinginan untuk selalu mendapat perhatian dari oranglain (Dowling, 1995: 81).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Prasetyani, 2013: 22 ada tiga aspek dalam *cinderella complex*, yaitu sebagai berikut:

- a. Keinginan untuk dilindungi dan dirawat oleh oranglain, terutama oleh laki-laki, hal ini disebabkan oleh sifat perempuan yang selalu merasa tidak berdaya. Adanya anggapan di masyarakat mengenai kebebasan yang menakutkan, seperti tanggung jawab terhadap kesempatan, bepergian sendirian tanpa didampingi oranglain, atau memilih teman sendiri, hal tersebut dirasa menakutkan untuk perempuan. Hal tersebut mengakibatkan perempuan menjadi takut untuk melangkah kemudian memilih kembali dalam keadaan aman dan nyaman, atau berpura-pura dapat bertahan dengan keadaan tersebut.
- b. Dorongan dari dalam diri atau alam bawah sadar perempuan untuk mendapatkan rasa aman, rasa nyaman dan juga mendapatkan dukungan secara emosional dari orang lain.

Penelitian yang dilakukan oleh Annisa, 2014: 7 juga menyebutkan beberapa aspek yang ditemukan dalam penelitian terkait dengan aspek *cinderella complex* diantaranya adalah rendahnya harga diri, tergantung kepada orang lain, mengharapkan pengarahan orang lain, kontrol diri eksternal, menghindari tantangan dan kompetisi

Berdasarkan beberapa aspek yang telah dipaparkan, aspek *cinderella complex* yang menjadi garis besar dalam penelitian ini adalah saat perempuan memiliki dorongan dalam dirinya untuk selalu nyaman dan aman berada dalam lindungan orang lain. Hal ini dapat menyebabkan perempuan menjadi terus menerus bergantung.

## 5. *Cinderella Complex dalam Islam*

*Cinderella complex* adalah sindrom yang dapat menghambat perempuan untuk lebih produktif dan berkembang, sedangkan Allah SWT telah menciptakan manusia untuk bisa beraktualisasi dan berkembang seperti yang tertuang dalam Al- Qur'an Surah An-Naml ayat 23

إِنِّي وَجَدْتُ امْرَأَةً تَمْلِكُهُمْ وَأُوتِيَتْ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ وَوَهَّابَتْ عَرْشَ عَظِيمٍ

Artinya : “Sungguh, kudapati ada seorang perempuan yang memerintah mereka, dan dia dianugerahi segala sesuatu serta memiliki singgasana yang besar.”

Berdasarkan ayat diatas, menjelaskan bahwa perempuan pada dasarnya memiliki kemampuan yang sama untuk mandiri, maju dan juga mampu untuk memaksimalkan seluruh potensi yang dimiliki. Hal ini berarti bahwa perempuan juga dianugerahi kekuatan untuk memimpin. Mempimpin dapat dimulai dari memimpin diri sendiri yaitu dengan mampu menentukan dan mengambil keputusan secara mandiri.

*Cinderella complex* dapat menghambat perempuan untuk melakukan hal-hal besar dalam hidupnya. Perempuan akan cenderung menggantungkan hidup pada orang lain, sedangkan dalam agama Islam diajarkan bahwa kita harus mampu mandiri dan menggantungkan segala hal hanya kepada Allah bukan kepada makhluk-Nya. Islam memberikan kemampuan untuk mandiri pada perempuan tanpa ada halangan, misalnya



perempuan boleh melakukan transaksi kekayaan serta perempuan juga diperbolehkan untuk menjadi pemilik dari kekayaan dan modal. Hal ini tertuang dalam Quran Surat An-Nisa ayat 32 :

وَلَا تَتَمَنَّوْا مَا فَضَّلَ اللَّهُ بِهِ بَعْضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ لِّلرِّجَالِ نَصِيبٌ مِّمَّا  
 كَسَبُوا وَلِلنِّسَاءِ نَصِيبٌ مِّمَّا كَسَبْنَ وَسَأَلُوا اللَّهَ مِنْ فَضْلِهِ ۗ إِنَّ اللَّهَ  
 كَانَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمًا ﴿٣٢﴾

artinya : *dan janganlah kamu iri hati terhadap apa yang dikaruniakan Allah kepada sebahagian kamu lebih banyak dari sebahagian yang lain. (karena) bagi orang laki-laki ada bagian yang mereka usahakan, dan bagi para wanita (pun) ada bahagian dari apa yang mereka usahakan, dan mohonlah kepada Allah sebagian dari karunia-Nya. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui segala sesuatu.*

Perempuan dalam Islam adalah sebuah komponen fundamental dalam kehidupan bermasyarakat. Maka dari itu tidak dibenarkan apabila perempuan bergantung pada orang lain, karena pada dasarnya setiap manusia diberikan kekuatan oleh Allah SWT untuk menjalani hidupnya.

Pandangan Islam mengenai *cinderella complex* dalam penelitian ini adalah ketakutan akan kemandirian sangat tidak baik jika terjadi pada perempuan, karena Allah SWT telah memberikan kekuatan kepada seseorang untuk menjalani hidup, sehingga seseorang harus tetap

semangat dan tidak mudah menyerah. Perempuan dianugerahi kekuatan untuk menentukan jalan hidupnya sendiri dan memimpin diri sendiri.

## **B. Self Acceptance**

### **1. Pengertian *Self Acceptance***

*Self acceptance* adalah kesediaan individu untuk menerima dirinya baik dalam keadaan fisik, keadaan psikologis, keadaan sosial, serta pencapaian diri baik berupa kekurangan maupun kelebihan yang dimiliki (Jersild 1978 dalam Gayamanti, 2016: 147). Hurlock pada tahun 1974 (dalam Gayamanti, 2016: 140) mengartikan bahwa kondisi dimana individu telah mampu mempertimbangkan karakteristik dirinya, dan merasa mampu dan telah menerima karakteristik tersebut dalam hidupnya. Sedangkan Chaplin, 2004: 451, dalam Nabella, 2019: 9 mengartikan self acceptance sebagai sikap yang dimana seseorang memiliki kepuasan terhadap diri, kualitas yang dimiliki, bakat yang dimiliki, dan pengakuan terhadap keterbatasan. *Self acceptance* adalah kondisi dimana individu mampu menerima diri dari segala kelebihan dan kekurangannya. Setiap orang dapat sangat baik dalam menerima maupun dalam memahami fakta yang berbeda tentang dirinya. Seseorang dapat secara realistis menilai dirinya sendiri dan memberi penghargaan terhadap dirinya sendiri. Menurut Carson & Langer, 2006 dalam Gayamanti, 2016: 139 penerimaan diri merupakan keputusan yang sangat penting diambil individu ketika akan mengambil suatu tanggung jawab dan individu

menyadari bahwa individu tersebut hidup melalui kontrol dan keputusan yang dibangun sendiri. Hal ini juga terkait dengan kesediaan terbuka seseorang untuk mengungkapkan pikiran, perasaan, reaksi dan penerimaan orang lain, serta kesehatan mental pribadi (Supratiknya, 1995: 80).

*Self acceptance* merupakan salah satu aspek penting untuk menciptakan kesehatan mental yang baik dan stabil. Kegagalan seseorang untuk menerima dirinya dapat menyebabkan berbagai kondisi emosional yang tidak stabil, salah satunya adalah merasa depresi dan mudah marah yang tidak terkontrol (Shelley, 2006). *Self acceptance* juga merupakan kemampuan yang dimiliki individu, mampu menerima segala kekurangan dan kelebihan yang dimiliki, serta mau memperbaiki apa yang dirasa kurang (Hurlock, 2006: 125).

Menurut Ryff, 1989 (dalam Shelley, 2006) *self acceptance* dapat dijelaskan sebagai suatu keadaan dimana seorang individu dapat bertindak positif terhadap dirinya sendiri. Orang yang memiliki sikap penerimaan yang baik terhadap dirinya sendiri akan mengenali dan menerima semua aspek dirinya, termasuk sifat baik dan buruk seseorang, dan mengambil pandangan positif terhadap kehidupannya. *Self acceptance* melibatkan pemahaman terhadap diri individu dan kesadaran secara realistis, tentang kekuatan maupun kelemahan diri. Hal ini akan menghasilkan perasaan dari dalam diri bahwa masing-masing individu memiliki “nilai unik”.

*Self acceptance* yang kurang dapat tercermin dari beberapa hal, misalnya tidak dapat mengemukakan pendapat, menjawab pertanyaan, atau tidak dapat berargumen dalam melakukan diskusi. Seseorang yang memiliki penerimaan diri yang cukup rendah cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa *self acceptance* merupakan kemampuan seseorang dalam menerima dirinya, baik berupa kelebihan maupun kekurangan.

## **2. Faktor Yang Dapat Mempengaruhi *Self Acceptance***

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *self acceptance* menurut Hurlock (1978 dalam Fauziya, 2013: 3), adalah sebagai berikut :

- a. Pemahaman tentang diri, yaitu pemahaman seseorang tentang kemampuan dan ketidakmampuan atau kekurangan diri sendiri, jika seseorang semakin memahami diri sendiri maka akan semakin mudah pula dalam menerima diri.
- b. Pengharapan yang realistis, yaitu ketika seseorang telah mampu menentukan sendiri kemauannya yang telah disesuaikan oleh kemampuan yang dimiliki, serta tidak mudah bergantung dengan orang lain, sehingga memiliki harapan yang realistis.
- c. Tidak terdapat hambatan di lingkungan, jika individu telah memiliki harapan realistis, namun memiliki lingkungan masyarakat yang tidak mendukung, maka hal tersebut akan menghambat harapannya.

- d. Masyarakat yang memiliki sikap terbuka dan menyenangkan, dan mendukung atau memiliki dugaan baik karena pujian, serta kesediaan individu berpartisipasi dalam kegiatan dalam lingkungan masyarakat.
- e. Tidak memiliki gangguan emosional yang tergolong berat, hal ini berarti seseorang mampu bekerja dengan baik dan merasa senang.
- f. Kenangan akan keberhasilan sebelumnya. Lingkungan akan selalu memberikan penilaian atas apa yang individu capai, baik itu keberhasilan maupun kegagalan, hal itu yang akan diingat oleh individu sebagai penilaian terhadap diri. Saat individu mengalami kegagalan, individu bisa mengingat penilaian keberhasilan yang telah dicapai, sehingga akan membangkitkan individu untuk menerima dirinya kembali.
- g. Penyesuaian diri yang baik. Saat individu mampu mengidentifikasi diri dengan individu yang lain dan memiliki penyesuaian diri yang baik, maka individu tersebut akan terbantu untuk memiliki nilai yang positif tentang diri sendiri. Sehingga individu memiliki sikap menerima diri dengan baik.
- h. Perspektif diri. Pada saat individu telah mampu melihat diri dengan perspektif yang lebih positif, maka individu tersebut dianggap telah mampu menerima diri dengan baik. Perspektif diri juga dipengaruhi oleh proses belajar yang dialami individu.
- i. Pola Asuh. Pola asuh memiliki peran yang penting, karena pada masa kanak-kanak individu akan belajar tentang diri sendiri lebih banyak,

sehingga hal tersebut akan menentukan bagaimana individu melihat dirinya. Pola asuh demokratis disebut lebih efektif dalam membentuk karakter anak untuk lebih menghargai diri sendiri karena diajarkan untuk menerima diri sebagai individu yang memiliki kekurangan dan kelebihan.

- j. Konsep Diri. konsep diri dalam individu sangat berpengaruh terhadap kemampuan individu dalam memahami dan menghargai dirinya sendiri. Saat individu memiliki konsep diri positif, maka individu tersebut akan menghargai diri sendiri, sedangkan individu memiliki konsep diri negatif, maka individu tersebut tidak memiliki kepercayaan diri dan memilih untuk mengandalkan orang lain. Konsep diri pada individu harus stabil, karena jika individu tidak memiliki konsep diri yang stabil dapat mengakibatkan individu mengalami masa dimana individu mampu mengekspresikan dirinya karena individu tersebut sangat mencintai dirinya dan akan ada masa dimana individu tidak mampu mengekspresikan dirinya karena individu tersebut sangat membencinya.

Berdasarkan beberapa faktor diatas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi *self acceptance* dalam penelitian ini diantaranya adalah konsep diri yang stabil akan menjadikan individu memiliki *self acceptance* yang baik. Selain itu juga terdapat pola asuh yang mempengaruhi *self acceptance* dalam individu.

### 3. Aspek *Self Acceptance*

Beberapa aspek dalam *self acceptance* menurut Jersild, 1978 dalam Gayamanti, 2016: 148 diantaranya adalah :

- a. Pandangan terhadap diri sendiri dan sikap terhadap penampilan.
- b. Sikap terhadap kekuatan dan kelemahan diri sendiri dan orang lain.
- c. Kompleks inferioritas adalah gejala penolakan diri.
- d. Sikap terhadap kritikan dan penolakan.
- e. Keseimbangan antara diri yang ideal dan diri yang sebenarnya.
- f. Menerima diri sendiri dan menerima orang lain.
- g. Lakukan apa yang ingin dilakukan dan nikmati hidup.
- h. Aspek moral dari penerimaan diri.
- i. Sikap positif terhadap *self acceptance*.

Beberapa aspek dalam *self acceptance* menurut Supratiknya 1995: 85 (dalam Erin, 2017: 10-11) diantara adalah kerelaan dari dalam diri untuk mengungkapkan pikiran, perasaan dan reaksi kita kepada orang lain, kualitas dari perasaan kita berkaitan erat dengan kondisi psikologis yang kita alami, dan penerimaan terhadap orang lain.

Berdasarkan beberapa aspek diatas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek *Self Acceptance* diantaranya adalah ketika seseorang memiliki *self acceptance* yang baik dan juga mampu menerima orang lain secara baik. Sikap yang ditunjukkan oleh individu dalam melihat dirinya, merespon atas kritikan yang muncul, dan cara menikmati hidup.

#### 4. Indikator *Self Acceptance*

Indikator *self acceptance* menurut Germer (2009) yaitu sebagai berikut :

- a. *Aversion* – kebencian / keengganan, kebencian / keengganan dapat memunculkan reaksi mental berupa perenungan atau berusaha mencari tahu cara supaya perasaan tersebut hilang.
- b. *Curiosity* – menggunakan perhatian untuk menghindari perasaan tidak nyaman yang muncul.
- c. *Tolerance* – mampu menanggung rasa sakit secara emosional yang dirasakan dengan cara melawan, sehingga rasa sakit dapat segera hilang.
- d. *Allowing* – seseorang membiarkan perasaannya datang dan pergi.
- e. *Friendship* – merangkul.

Berdasarkan pemaparan tersebut, indikator *self acceptance* dalam penelitian ini yaitu dengan *tolerance*, yaitu menanggung rasa sakit dengan cara melawan. Selanjutnya adalah membiarkan perasaan itu menjadi bagian dari diri kita dan membiarkannya datang dan pergi.

#### 5. *Self Acceptance* Dalam Islam

*Self acceptance* dalam islam merupakan salah satu kajian dari qanaah (dalam Reza Mina 2019). Qanaah merupakan sifat merasa ridho dan ikhlas atas apa yang Allah berikan kepada kita. Sifat qanaah merupakan sifat yang dapat menjadikan satu tanda bahwa seseorang



termasuk orang yang beriman, karena sifat qanaah menunjukkan bahwa seseorang mampu menerima dengan ikhlas terhadap ketentuan serta ketetapan Allah SWT.

Rasulullah SAW bersabda yang artinya “akan merasakan kemanisan (kesempurnaan) iman, orang yang ridha kepada Allah Ta’ala sebagai Rabb-nya dan Islam sebagai agamanya serta (nabi) Muhammad SAW sebagai rasulnya” (HR. Muslim No. 34). Makna dari Ridha kepada Allah berarti ikhlas dengan seluruh perintah serta larangan yang ditetapkan Allah, dengan segala perbekalan dan pilihannya, serta apa yang didapatnya dan yang tidak didapatkannya. Allah SWT berfirman dalam Surah Az Zukhruf ayat 32 Al-Qur'an, yang berbunyi :

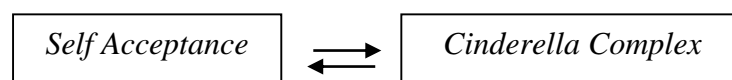
أَهُمْ يَفْضِمُونَ رَحْمَتَ رَبِّكَ ۗ نَحْنُ قَسَمْنَا بَيْنَهُمْ مَعِيشَتَهُمْ فِي  
 الْحَيَاةِ الدُّنْيَا ۗ وَرَفَعْنَا بَعْضَهُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَاتٍ لِيَتَّخِذَ  
 بَعْضُهُمْ بَعْضًا سَخِرِيًّا ۗ وَرَحْمَتُ رَبِّكَ خَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُونَ

Artinya : Apakah mereka yang membagi-bagi rahmat Tuhanmu? Kami telah menentukan antara mereka penghidupan mereka dalam kehidupan dunia, dan kami telah meninggikan sebahagian mereka atas sebagian yang lain beberapa derajat, agar sebagian mereka dapat mempergunakan sebagian yang lain. Dan rahmat Tuhanmu lebih baik dari apa yang mereka kumpulkan.

*Self Acceptance* dalam penelitian ini adalah ketika seseorang ikhlas atas apa yang diterima sebagai salah satu ketetapan dari Allah SWT.

**C. Hubungan *Self Acceptance* dengan Kecenderungan *Cinderella Complex* pada Mahasiswi**

Gambar 1 Kerangka Berpikir



Berdasarkan kajian pustaka diatas, peneliti membuat landasan berpikir berdasarkan teori yang telah disimpulkan. *Cinderella complex* diartikan oleh Dowling 1995: 17 sebagai suatu jaringan dari suatu sikap serta rasa takut yang sebagian besar ditekan dalam diri, sehingga menyebabkan perempuan tidak memiliki keberanian dalam memanfaatkan kelebihan dan kreativitasnya dengan maksimal yang dialami oleh perempuan.

Penelitian Elizabeth Douvan menemukan bahwa *Cinderella complex* dialami oleh perempuan dengan usia 18 tahun keatas atau pada masa remaja akhir hingga dewasa awal (Dowling, 1995:81). Dalam penelitian Mayangsari 2013: 140 menemukan bahwa beberapa masalah akan muncul akibat dari kecenderungan *cinderella complex* yang dialami oleh remaja menuju dewasa, misalnya adalah prokrastinasi akademik yang terjadi pada mahasiswi.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Dowling, ditemukan bahwa setiap remaja yang dilakukan wawancara selalu menuturkan bahwa tidak memiliki ketergantungan dan selalu membicarakan tentang kemandirian. Hal

ini disimpulkan oleh Dowling bahwa perempuan tidak menyadari kecenderungan cinderella complex yang terjadi pada dirinya.

*Cinderella complex* dapat terjadi disebabkan oleh kebiasaan perempuan untuk selalu bersama orang lain. Dalam menghadapi permasalahan seorang mahasiswi cenderung untuk menceritakannya kepada pacarnya atau sahabatnya sebelum mencoba memikirkan untuk jalan keluarnya (Annisa, 2014: 10)

Dowling juga menjelaskan bahwa salah satu faktor dari kecenderungan *cinderella complex* yang dialami oleh individu adalah konsep diri. Individu dengan konsep diri yang positif akan mampu menghargai dirinya sendiri, namun sebaliknya jika individu memiliki konsep diri yang negatif maka akan cenderung tidak percaya diri dan menggantungkan hidupnya pada orang lain.

Mahasiswi dengan konsep diri stabil adalah mahasiswi yang telah mampu melihat dirinya dengan kondisi yang sama. Kondisi ini sangat penting karena saat individu memiliki konsep diri yang tidak stabil yang terjadi adalah individu akan mengalami masa dimana ia mampu mengekspresikan dirinya karena individu tersebut sangat mencintai dirinya dan akan ada masa dimana individu tidak mampu mengekspresikan dirinya karena individu tersebut sangat membencinya (Hurlock, 1987: 250). Konsep diri yang dimiliki individu harus stabil, karena hal ini dapat mempengaruhi penerimaan diri pada individu atau *self acceptance*.

*Self acceptance* merupakan kesediaan individu untuk menerima dirinya baik dalam keadaan fisik, keadaan psikologis, keadaan sosial, serta

pencapaian diri baik berupa kekurangan maupun kelebihan yang dimiliki (Jersild 1978 dalam Gayamanti, 2016: 147). Hurlock, 2006: 436 mengartikan *Self acceptance* sebagai kemampuan yang dimiliki individu, yaitu mampu menerima segala kekurangan dan kelebihan yang dimiliki, serta mau memperbaiki apa yang dirasa kurang.

Salah satu faktor dari *self acceptance* menurut Hurlock adalah konsep diri yang stabil pada individu. Konsep diri pada individu berpengaruh terhadap kemampuan individu dalam memahami serta menghargai dirinya sendiri. Mahasiswi yang memiliki konsep diri yang stabil akan cenderung memiliki *self acceptance* yang baik.

Berdasarkan beberapa teori diatas dapat disimpulkan bahwa kecenderungan *cinderella complex* pada mahasiswi akan menurun jika mahasiswi memiliki konsep diri yang stabil. Konsep diri yang stabil dapat diciptakan salah satunya adalah memiliki sikap *self acceptance* yang baik, yaitu mampu menerima diri baik kekurangan maupun kelebihan yang dimiliki. Sehingga terjadi hubungan yang negatif antara *self acceptance* dengan kecenderungan *cinderella complex*, yaitu ketika *self acceptance* dalam diri individu meningkat maka kecenderungan *cinderella complex* pada individu akan menurun.

#### **D. Hipotesis**

Berdasarkan dari pembahasan dinamika hubungan tersebut, maka hipotesis yang dapat peneliti sajikan dalam penelitian ini adalah : “Ada

hubungan negatif antara *Self Acceptance* dengan Kecenderungan *Cinderella Complex* pada Mahasiswi.”

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional, yang bertujuan untuk mengamati ada tidaknya hubungan antar variabel tanpa intervensi peneliti (Fraenkel dalam Safitri, 2019: 68). Metode kuantitatif merupakan metode yang menekankan pada analisis data numerik (angka) yang kemudian diolah dengan metode statistik serta digunakan untuk meneliti suatu populasi ataupun sampel dalam skala besar (Azwar, 2016 : 5).

#### B. Identifikasi Variabel

Sugiyono (2014:38) berpendapat bahwa variabel penelitian merupakan karakteristik / atribut / nilai subjek, objek maupun kegiatan dengan variabilitas tertentu yang ditentukan oleh peneliti, kemudian ditarik kesimpulan. Dua variabel yang digunakan dalam penelitian ini, antara lain adalah:

1. Variabel bebas : *Self Acceptance* (X)
2. Variabel terikat : *Cinderella Complex* (Y)

#### C. Definisi Operasional

1. *Cinderella Complex*

*Cinderella complex* merupakan suatu sindrom yang dapat menyebabkan seseorang menjadi takut untuk menuju kemandirian. Pengukuran *cinderella complex* dalam penelitian ini menggunakan

skala *cinderella complex* yang telah dimodifikasi dari skala milik Anisa Dwi Hapsari (2014), dengan ketentuan semakin tinggi skor yang diperoleh subjek maka akan semakin tinggi kecenderungan *cinderella complex* yang dialami. Sebaliknya, jika skor yang diperoleh subjek semakin rendah maka kecenderungan *cinderella complex* akan semakin rendah.

## 2. *Self Acceptance*

*Self acceptance* merupakan kondisi dimana seseorang mampu menerima diri dengan baik. Menerima diri dengan baik berarti seseorang mampu menerima kekurangan dan kelebihan yang dimiliki, menerima kritik dan saran dari orang sekitar. Pengukuran *self acceptance* dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala *self acceptance* yang dimodifikasi dari skala milik Erin Ana Fitri (2017), dengan ketentuan semakin tinggi skor yang diperoleh oleh subjek berarti semakin tinggi *self acceptance* dalam diri subjek, begitupun sebaliknya jika semakin rendah skor yang didapat oleh subjek maka semakin rendah *self acceptance* yang dalam diri subjek.

## **D. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni - Juli 2021 di Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang.

## E. Sumber dan Jenis Data

### 1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Data yang dikumpulkan berupa angka. Angka-angka yang diperoleh kemudian dianalisis dalam analisis data. Terdapat dua variabel yaitu *self acceptance* sebagai variabel bebas dan kecenderungan *cinderella complex* sebagai variabel terikat.

### 2. Sumber Data

Sumber data adalah segala sesuatu yang dapat digunakan sebagai informasi dalam data. Data dibagi menjadi dua bagian menurut sumbernya, yaitu sebagai berikut:

#### a. Data Primer

Data primer merupakan data yang digunakan oleh peneliti untuk memecahkan masalah. Data primer dalam penelitian ini diperoleh secara langsung dengan menggunakan skala *self acceptance* dan skala kecenderungan *cinderella complex*.

#### b. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data yang dikumpulkan oleh peneliti untuk memecahkan masalah. Dalam penelitian ini data sekunder diperoleh dari artikel, jurnal dan buku.



## **F. Populasi dan Sampel**

Populasi merupakan wilayah yang digeneralisasikan. Populasi meliputi: objek/subyek dengan kualitas tertentu dan karakteristik tertentu, dan ditentukan serta disimpulkan peneliti (Sugiyono, 2014: 61). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswi UIN Walisongo Semarang dengan jumlah yang tidak diketahui secara pasti. Sampel merupakan bagian dari sifat serta jumlah dalam populasi (Sugiyono, 2014: 62). Sampel dalam penelitian ini ditentukan dengan menggunakan tabel pengembangan dari Isaac dan Michael untuk menentukan jumlah sampel dari populasi tertentu.

Berikut rumus dari penghitungan jumlah sample dari *Isaac* dan *Michael*:

Tabel 2 Penentuan Jumlah Sampel *Isaac dan Michael*

N	s			N	s			N	s		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
10	10	10	10	280	197	155	138	2800	537	310	247
15	15	14	14	290	202	158	140	3000	543	312	248
20	19	19	19	300	207	161	143	3500	558	317	251
25	24	23	23	320	216	167	147	4000	569	320	254
30	29	28	27	340	225	172	151	4500	578	323	255
35	33	32	31	360	234	177	155	5000	586	326	257
40	38	36	35	380	242	182	158	6000	598	329	259
45	42	40	39	400	250	186	162	7000	606	332	261
50	47	44	42	420	257	191	165	8000	613	334	263
55	51	48	46	440	265	195	168	9000	618	335	263
60	55	51	49	460	272	198	171	10000	622	336	263
65	59	55	53	480	279	202	173	15000	635	340	266
70	63	58	56	500	285	205	176	20000	642	342	267
75	67	62	59	550	301	213	182	30000	649	344	268
80	71	65	62	600	315	221	187	40000	563	345	269
85	75	68	65	650	329	227	191	50000	655	346	269
90	79	72	68	700	341	233	195	75000	658	346	270
95	83	75	71	750	352	238	199	100000	659	347	270
100	87	78	73	800	363	243	202	150000	661	347	270
110	94	84	78	850	373	247	205	200000	661	347	270
120	102	89	83	900	382	251	208	250000	662	348	270
130	109	95	88	950	391	255	211	300000	662	348	270
140	116	100	92	1000	399	258	213	350000	662	348	270
150	122	105	97	1100	414	265	217	400000	662	348	270
160	129	110	101	1200	427	270	221	450000	663	348	270
170	135	114	105	1300	440	275	224	500000	663	348	270
180	142	119	108	1400	450	279	227	550000	663	348	270
190	148	123	112	1500	460	283	229	600000	663	348	270
200	154	127	115	1600	469	286	232	650000	663	348	270
210	160	131	118	1700	477	289	234	700000	663	348	270
220	165	135	122	1800	485	292	235	750000	663	348	270
230	171	139	125	1900	492	294	237	800000	663	348	271
240	176	142	127	2000	498	297	238	850000	663	348	271
250	182	146	130	2200	510	301	241	900000	663	348	271
260	187	149	133	2400	520	304	243	950000	663	348	271
270	192	152	135	2600	529	307	245	1000000	663	348	271
								∞	664	349	272

Berdasarkan perhitungan diatas, jumlah sampel yang harus diambil dengan tingkat kesalahan 5% jika pupulasi dengan jumlah yang tidak diketahui secara pasti maka besar sampel yang diperlukan adalah sebesar 349 Sampel, dan dibulatkan menjadi 360 sampel.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purpose sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel menggunakan standar dan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2014: 68).

Kriteria subjek dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Berstatus mahasiswa aktif
2. Mahasiswa UIN Walisongo Semarang
3. Mahasiswa dengan usia 18-21 tahun

#### **G. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode skala. Skala pengukuran merupakan protokol yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang interval pendek pada alat ukur, sehingga alat ukur dapat menghasilkan data berupa data kuantitatif ketika digunakan dalam pengukuran (Sugiyono, 2014: 92). Skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala *likert*. Skala *likert* merupakan skala yang digunakan mengukur pendapat, sikap serta persepsi seseorang maupun sekelompok orang terhadap fenomena sosial yang ada (Sugiyono, 2014: 93).

Skala menggunakan 4 skor jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Kemudian skala dikelompokkan berupa item pertanyaan yang disukai (*favorable*) dan tidak disukai (*unfavorable*). Sistem penilaiannya adalah dengan menilai item yang disukai dari 4, 3, 2, dan 1, sedangkan item yang tidak disukai adalah 1, 2, 3, dan 4.

Tabel 3 Alternatif Pilihan Jawaban

Jenis Pertanyaan	Respon			
	SS	S	TS	STS
Favorabel	4	3	2	1
Unfavorable	1	2	3	4

Skala dalam penelitian ini menggunakan skala kecenderungan *cinderella complex*, dan skala *self acceptance* sebagai berikut :

1. Skala Kecenderungan *Cinderella Complex*

Pengukuran kecenderungan *cinderella complex* menggunakan skala kecenderungan *cinderella complex* yang dimodifikasi dari skala yang skala yang disusun oleh Anisa Dwi Hapsari (2014), yang terdiri dari 45 item dengan 33 item dinyatakan valid, dan 12 item dinyatakan gugur. Skala yang *cinderella complex* yang disusun oleh Anisa Dwi Hapsari memiliki reabilitas sebesar 0.876 ini berarti skala dinyatakan reliabel. Skala dimodifikasi menjadi 50 item yang terdiri dari 5 aspek, yaitu harga diri rendah, ketergantungan pada orang lain, harapan bimbingan orang lain, dan eksternal diri, menghindari tantangan dan persaingan.

Tabel 4 *Blueprint Cinderella Complex*

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Rendahnya Harga Diri	Perasaan lemah dan tidak mampu	1, 42	8, 17, 32	5
	Tidak berani mengungkapkan aspirasi yang dimiliki	3, 31	20, 26, 39	5

Tergantung Kepada Orang Lain	Mebutuhkan bantuan dari orang lain	2, 36, 46	22, 29	5
	Mebutuhkan perlindungan	9, 27, 43	13, 35	5
Mengharapkan Pengaruh Dari Orang Lain	Takut mengambil keputusan	10, 33	4, 37, 47	5
	Pentingnya pendapat dari orang lain	14, 23, 45	15, 25	5
Kontrol Diri Eksternal	Takut bertindak asertif	16, 34, 48	14, 40	5
	Ragu dalam bertindak	5, 28	7, 24, 44	5
Menghindari Tantangan Dan Kompetisi	Penghindaran terhadap suatu objek	12, 38	21, 41, 49	5
	Tidak mempunyai semangat	6, 19, 50	18, 30	5
<b>Jumlah Aitem</b>		25	25	50

## 2. Skala *Self Acceptance*

Pengukuran kecenderungan *self acceptance* menggunakan skala *self acceptance* yang dimodifikasi dari skala yang disusun oleh Erin Ana Fitri (2017), yang terdiri dari 35 item dengan 19 item dinyatakan valid, dan 16 item dinyatakan gugur. Skala yang *self acceptance* yang disusun oleh Erin

Ana Fitri memiliki reabilitas sebesar 0.800 ini berarti skala dinyatakan reliabel. Skala dimodifikasi menjadi 36 item yang terdiri dari 3 aspek yaitu pemahaman diri, sikap terhadap pemahaman diri, sikap terhadap penerimaan diri.

Tabel 5 *Blueprint Self Acceptance*

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Pemahaman Diri	Mempunyai pendapat terhadap diri sendiri	12, 22, 30	29	4
	Memiliki perasaan bahwa dirinya sesuai dengan keadaan yang diharapkan	27, 34	9, 10	4
	Memiliki penilaian terhadap diri sendiri maupun orang lain	6, 16	15, 35	4
Sikap Terhadap Pemahaman Diri	Mampu mengatasi atau bertindak dengan tepat terhadap kekuatan dan kelemahan diri	2, 17	4, 36	4
	Mampu merespon kritik dan dsaran dari orang lain dengan baik	13, 14	24, 25	4

	Selalu melakukan evaluasi diri	5, 23, 31	3	4
Sikap Terhadap Penerimaan Diri	Memiliki tanggung jawab atas apa yang ia lakukan	26, 33,	11, 32	4
	Aktif dalam berbagai kegiatan dan mampu meng-eksplor diri	7, 19	8, 20	4
	Mampu menjalani kehidupan dengan baik dengan keadaan yang dimiliki saat ini	18, 28	1, 21	4
<b>Jumlah Aitem</b>		20	16	36

## H. Validitas dan Reabilitas

### 1. Estimasi Validitas

Validitas berarti sejauh mana akurasi dari suatu alat tes atau disebut skala dalam melakukan fungsi sebuah pengukuran (Anwar, 2014: 8). Alat tes dapat dikatakan valid apabila dapat mengukur sebuah atribut secara akurat. Alat tes atau alat ukur yang memiliki angka validitas dan angka akurasi yang tinggi akan menghasilkan eror minimal dalam suatu penelitian. Dalam sebuah skala instrumen dikatakan valid apabila skala

atau alat ukur dapat mengukur apa yang seharusnya diukur (Sugiyono, 2014: 121). Sehingga diperlukan adanya uji validitas untuk sebuah instrumen supaya tingkat kevalidan dari sebuah instrumen dapat dipercaya.

Penelitian ini menggunakan validitas isi. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan aplikasi SPSS yaitu korelasi product moment pearsonn yaitu instrumen dinyatakan valid apabila r hitung lebih besar daripada r tabel (Azwar, 2018: 95). Standar pengukuran  $r_{xy} > 0,30$ . apabila hasil koefisien yang dihasilkan lebih besar dari 0,30 maka skala pengukuran yang digunakan memiliki tingkat validitas yang tinggi, sedangkan apabila skala pengukuran yang digunakan memiliki koefisien kurang dari 0,30 maka skala pengukuran dinyatakan kurang valid (Sugiyono, 2014: 126).

Tabel 6 Sebaran Skala *Cinderella Complex* Setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Rendahnya Harga Diri	Perasaan lemah dan tidak mampu	30, 42*	4, 32*	4
	Tidak berani mengungkapkan aspirasi yang dimiliki	22	12*, 18*, 28, 39	5
Tergantung Kepada Orang Lain	Mebutuhkan bantuan dari orang lain	26, 36*	14, 20*	4
	Mebutuhkan perlindungan	5*, 19*, 31, 43*	8, 35*	6



Mengharapkan Pengarahan Dari Orang Lain	Takut mengambil keputusan	24	1, 37, 46*, 47*	5
	Pentingnya pendapat dari orang lain	15, 33*, 45*	17	4
Kontrol Diri Eksternal	Takut bertindak asertif	25, 34*, 48*, 9	6*, 29, 40*	7
	Ragu dalam bertindak	2, 16*	32, 44*	4
Menghindari Tantangan Dan Kompetisi	Penghindaran terhadap suatu objek	27*, 38*, 41	7*, 13, 49,	6
	Tidak mempunyai semangat	3, 50*	10*, 21, 11	5
<b>Jumlah Aitem</b>		23	27	50

Keterangan : **tanda \* untuk item yang gugur atau tidak valid**

Skala kecenderungan *cinderella complex* menggunakan aitem sebanyak 50 aitem. 26 aitem dinyatakan gugur dan 24 aitem dinyatakan valid. Skala merupakan skala yang dimodifikasi dari skala yang disusun oleh Anisa Dwi Hapsari (2014).

Tabel 7 Sebaran Skala *Self Acceptance* Setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Pemahaman Diri	Mempunyai pendapat terhadap diri sendiri	12*, 22*, 30	29	4

	Memiliki perasaan bahwa dirinya sesuai dengan keadaan yang diharapkan	27, 34*	9, 10*	4
	Memiliki penilaian terhadap diri sendiri maupun orang lain	6*, 16	15, 35	4
Sikap Terhadap Pemahaman Diri	Mampu mengatasi atau bertindak dengan tepat terhadap kekuatan dan kelemahan diri	2, 17	4, 36*	4
	Mampu merespon kritik dan dsaran dari orang lain dengan baik	13*, 14	24, 25*	4
	Selalu melakukan evaluasi diri	5*, 23*, 31	3	4
Sikap Terhadap Penerimaan Diri	Memiliki tanggung jawab atas apa yang ia lakukan	26*, 33	11*, 32	4
	Aktif dalam berbagai kegiatan dan mampu meng-eksplor diri	7*, 19	8, 20*	4

	Mampu menjalani kehidupan dengan baik dengan keadaan yang dimiliki saat ini	18*, 28	1, 21*	4
<b>Jumlah Aitem</b>		20	16	36

Keterangan : **tanda \* untuk item yang gugur atau tidak valid**

Skala *self acceptance* menggunakan aitem sebanyak 36 aitem. 16 aitem dinyatakan gugur dan 20 aitem dinyatakan valid. Skala merupakan skala yang dimodifikasi dari skala yang skala yang disusun oleh Erin Ana Fitri (2017).

## 2. Reabilitas

Reliabilitas atau *reliability* berarti sejauh mana penelitian tersebut dapat dipercaya (Matondang, 2009: 93). Menurut Arikunto (2006:154), reliabilitas merupakan alat yang handal yang digunakan sebagai alat ukur untuk pengumpulan data atribut, karena alat ukur sudah sangat baik. Perhitungan tingkat reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan program aplikasi SPSS, menggunakan teknologi *Cronbach Alpha*. Reliabilitas dinyatakan dengan koefisien reliabilitas dari 0,000 sampai 1,000 artinya semakin mendekati 1,000 maka semakin reliabel.

Tabel 8 Koefisien Reliabilitas

<b>Besar linier r</b>	<b>Interpretasi</b>
0,800 – 1,000	Tinggi

0,600 – 0,800	Cukup
0,400 – 0,600	Agak Rendah
0,200 – 0,400	Rendah
0,000 – 0,200	Sangat Rendah

Tabel 9 Hasil Estimasi Reliabilitas Variabel *Cinderella Complex*

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.914	24

Hasil estimasi reabilitas dari variabel kecenderungan *cinderella complex* menunjukkan hasil dengan reliabilitas dalam kategori tinggi yaitu 0,914.

Tabel 10 Hasil Estimasi Reliabilitas Variabel *Self Acceptance*

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.913	20

Hasil estimasi reabilitas dari variabel *self acceptance* menunjukkan hasil dengan reliabilitas dalam kategori tinggi yaitu 0,913.

## I. Teknik Analisis Data

### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas data dilakukan dengan tujuan mengetahui variabel pengganggu atau nilai residual sudah berdistribusi secara normal. Uji normalitas dilakukan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov, dimana jika signifikansi data yang diperoleh kurang dari 0,05 maka data tersebut tidak sesuai dengan distribusi normal, sebaliknya jika signifikansi lebih dari 0,05 maka data tersebut tidak sesuai dengan distribusi normal. data dikatakan berdistribusi positif (Ghozali dalam Mulyono, 2019:1).

### 2. Uji Linarites

Uji linarites merupakan sebuah pengujian untuk menentukan hubungan antar variabel bersifat linier atau tidak. Uji linarites dapat dikatakan sangat penting karena berhubungan dengan adanya bias dari keseluruhan hasil analisis.

Dapat dikatakan linier apabila dalam suatu hubungan memiliki signifikansi nilai F yang diamati lebih dari taraf signifikansi 0,05 (dalam Riduwan, 2008: 172). Uji linarites dalam penelitian ini menggunakan metode test of linearity melalui program SPSS dengan nilai taraf signifikansi sebesar 0,05.

### 3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis merupakan metode yang digunakan dalam pengambilan keputusan berdasarkan analisis data. Uji hipotesis dalam

penelitian ini menggunakan uji *rank spearman*. Uji menggunakan uji *rank spearman* dilakukan dengan ketentuan beberapa syarat yaitu : (1) data yang digunakan harus bersifat data ordinal, (2) tidak memerlukan data normalitas dan data linearitas, (3) bertujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel, (4) dapat menentukan arah dari hubungan (positif atau negatif).

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

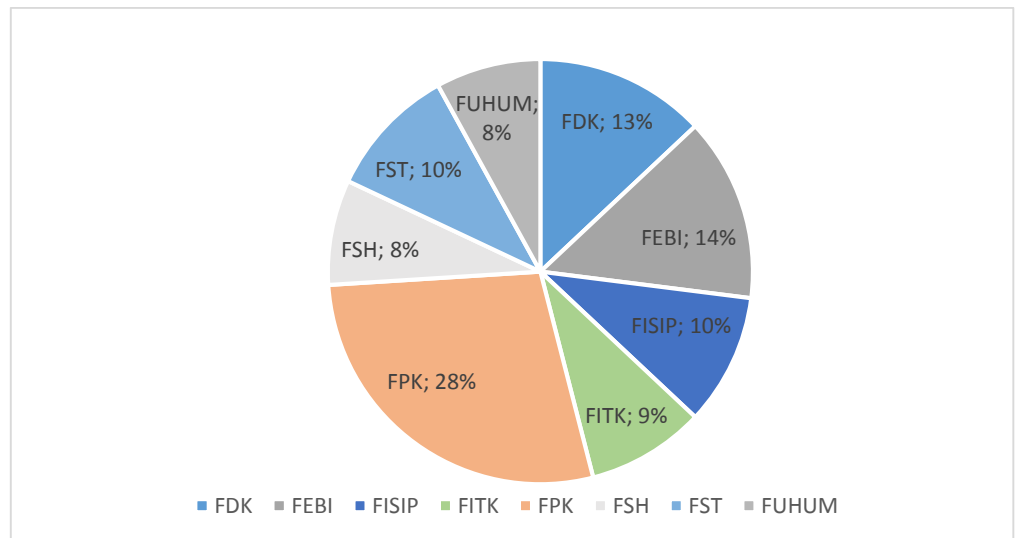
##### 1. Deskripsi Subjek

Subjek dalam penelitian ini yaitu mahasiswi Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang. Populasi dalam penelitian dengan jumlah 18.852 mahasiswa terdiri dari 8 fakultas yaitu Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan (FITK), Fakultas Ushuludin dan Humaniora (FUHUM), Fakultas Sains dan Teknologi (FST), Fakultas Syariah dan Hukum (FSH), Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam (FEBI), Fakultas Dakwah dan Komunikasi (FDK), Fakultas Ilmu Sosial dan Politik (FISIP), dan Fakultas Psikologi dan Kesehatan (FPK). Adapun responden yang diambil berjumlah 360 responden, yaitu sebanyak 2% dari jumlah populasi. Deskripsi data dari kecenderungan *cinderella complex* dan *self acceptance* mahasiswi UIN Walisongo Semarang diperoleh melalui perhitungan menggunakan SPSS 2.2 for windows.

##### a) Berdasarkan Fakultas

Berdasarkan fakultas subjek penelitian, maka sebaran subjek dapat dilihat pada gambar

Gambar 2 Persentasi Subjek Berdasarkan Fakultas



Berdasarkan data diatas dapat diketahui bahwa dari 360 responden terdiri dari Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan (FITK) sebanyak 9% (32 responden), Fakultas Ushuludin dan Humaniora (FUHUM) sebanyak 8% (24 responden), Fakultas Sains dan Teknologi (FST) sebanyak 10% (36 responden), Fakultas Syariah dan Hukum (FSH) sebanyak 8% (28 responden), Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam (FEBI) sebanyak 14% (52 responden), Fakultas Dakwah dan Komunikasi (FDK) sebanyak 13% (48 responden), Fakultas Ilmu Sosial dan Politik (FISIP) sebanyak 10% (36 responden), dan Fakultas Psikologi dan Kesehatan (FPK) sebanyak 28% (104 responden).



## 2. Kategorisasi Variabel Penelitian

Kategorisasi dari masing-masing variabel penelitian menggunakan rata-rata skor serta standar deviasi dari setiap variabel yang selanjutnya dikategorikan dalam 3 (tiga) kategori yaitu kategori tinggi, kategori sedang, dan kategori rendah.

Tabel 11 Deskripsi Data *Cinderella Complex* dan *Self Acceptance*

		Statistics	
		CINDERELLA COMPLEX	SELF ACCEPTANCE
N	Valid	360	360
	Missing	0	0
Mean		54.16	55.69
Std. Error of Mean		.254	.213
Median		55.00	56.00
Mode		56	57
Std. Deviation		4.825	4.042
Variance		23.285	16.337
Range		27	19
Minimum		37	47
Maximum		64	66
Sum		19496	20048

Berdasarkan hasil tabel deskripsi diatas dapat diketahui bahwa, pada variabel *self acceptance* yang diukur dengan skala *self acceptance* (X) skor data minimum yaitu 47 dan skor data maksimum adalah 66 dengan rata-rata (mean) sebesar 55.69, serta standard deviation sebesar 4.042. Pada variabel

kecenderungan *cinderella complex* (Y) yang diukur menggunakan skala *cinderella complex* skor data minimum yaitu 37 dan skor data maksimum adalah 64 dengan rata-rata (mean) sebesar 54.16, serta standard deviation sebesar 4.825.

a) Kategorisasi variabel *self acceptance*

Tabel 12 Kategori Skor Variabel *Seld Acceptance*

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Nilai
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	< 53	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 1\text{SD})$	53 - 60	Sedang
$X \geq (\text{Mean}) + 1\text{SD}$	$\geq 60$	Tinggi

Tinggi Kategori rumusan di atas dapat dilihat skor skala *self acceptance* pada mahasiswa UIN Walisongo Semarang dinyatakan memiliki *self acceptance* rendah atau negatif apabila memiliki skor di bawah 53, dinyatakan memiliki *self acceptance* sedang atau cukup apabila skor antara 53 – 60, dinyatakan memiliki *self acceptance* tinggi jika skor lebih dari sama dengan 60. Berdasarkan dari tabel tersebut, maka hasil yang diperoleh mahasiswa UIN Walisongo Semarang adalah 97 mahasiswa memiliki *self acceptance* yang tergolong rendah, 211 mahasiswa memiliki *self acceptance* yang sedang atau cukup, dan

52 mahasiswi memiliki *self acceptance* yang tinggi dengan keseluruhan responden sebanyak 360 mahasiswi.

Tabel 13 Distribusi Variabel *Self Acceptance*

		KATEGORI			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	97	26.9	26.9	26.9
	SEDANG	211	58.6	58.6	85.6
	TINGGI	52	14.4	14.4	100.0
Total		360	100.0	100.0	

b) Kategorisasi variabel kecenderungan *cinderella complex*

Tabel 14 Kategorisasi Variabel *Cinderella Complex*

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Nilai
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	< 46	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 1\text{SD})$	46 - 55	Sedang
$X \geq (\text{Mean} + 1\text{SD})$	$\geq 55$	Tinggi

Berdasarkan tabel kategorisasi variabel kecenderungan *cinderella complex* di atas, mahasiswi dinyatakan memiliki kecenderungan *cinderella complex* rendah apabila memiliki skor di bawah 46.

Mahasiswi dengan kecenderungan cinderella complex rendah berjumlah 13 mahasiswi dari 360 responden. Mahasiswi dinyatakan memiliki kecenderungan cinderella complex sedang apabila memiliki skor di antara 46 - 55. Mahasiswi dengan kecenderungan cinderella complex sedang berjumlah 162 mahasiswi dari 360 responden. Mahasiswi dinyatakan memiliki kecenderungan cinderella complex tinggi apabila memiliki skor di atas 55. Mahasiswi dengan kecenderungan cinderella complex sedang berjumlah 185 mahasiswi dari 360 responden.

Tabel 15 Distribusi Variabel *Cinderella Complex*

		KATEGORICC			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	13	3.6	3.6	3.6
	SEDANG	162	45.0	45.0	48.6
	TINGGI	185	51.4	51.4	100.0
	Total	360	100.0	100.0	

## B. Hasil Uji Asumsi

### 1. Uji Normalitas

Uji Normalitas Data Menurut Ghozali (2018, p. 111), uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi, variabel independen dan dependennya berdistribusi normal atau tidak. Model regresi yang baik

memiliki distribusi data yang normal atau mendekati normal yaitu distribusi tidak menyimpang ke kiri atau ke kanan (kurva normal). Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji *kolmogorov-smirnov*, dimana jika signifikansi data yang diperoleh kurang dari 0,05 maka data tersebut dinyatakan tidak sesuai dengan distribusi normal, sebaliknya jika signifikansi lebih dari 0,05 maka data tersebut dinyatakan sesuai dengan distribusi normal data dikatakan berdistribusi positif (Ghozali dalam Mulyono, 2019:1). Adapun hasil uji normalitas dalam penelitian ini dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 16 Hasil Uji Normalitas *Kolmogorov-Smirnov*

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		360
Normal Parameters <sup>a, b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.07933238
Most Extreme Differences	Absolute	.044
	Positive	.039
	Negative	-.044
Kolmogorov-Smirnov Z		.827
Asymp. Sig. (2-tailed)		.501

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan uji *kolmogorov-Smirnov* yang dilakukan, dapat dilihat bahwa signifikansi data sebesar 0,501 yang berarti data terdistribusi normal.

## 2. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan bertujuan untuk mengetahui kedua variabel memiliki hubungan yang linear atau tidak secara signifikan antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Dua variabel dapat dikatakan memiliki hubungan yang linear jika nilai signifikansi linear lebih kecil dari 0,05 ( $p < 0,05$ ). Data masing-masing variabel diolah dengan menggunakan teknik anova dengan menggunakan SPSS 2.2 for windows.

Adapun hasil uji linearitas dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 17 Uji Linearitas *Cinderella Complex* dengan *Self Acceptance*

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
CinderellaComplex * SelfAcceptance	Between Groups	(Combined)	1939.205	17	114.071	8.062	.000
		Linearity	804.020	1	804.020	56.826	.000
		Deviation from Linearity	1135.185	16	70.949	5.014	.000
Within Groups			4838.917	342	14.149		
Total			6778.122	359			

Berdasarkan tabel dapat dilihat pada kolom deviation of linearity pada skala *self acceptance* dan kecenderungan *cinderella complex*, kedua variabel memiliki nilai signifikansi  $0,00 < 0,05$ . Artinya data tidak bersifat linear. Data dinyatakan tidak linear karena terdapat data yang tidak bisa kita

kendalikan seperti kepribadian seseorang yang dapat mempengaruhi jawaban responden dalam penelitian ini. Misalnya, seseorang dengan kepribadian tertutup cenderung tidak mengungkapkan dirinya dengan sebenarnya. Namun, tidak semua variabel psikologi memiliki hubungan yang linear, ada pula yang berbentuk kurve (Hanif, 2018).

### **3. Hasil Analisis Data**

Setelah uji asumsi dilakukan, maka dilakukan uji hipotesis. Uji hipotesis akan menguji hipotesis yang diajukan oleh peneliti. Dalam penelitian ini uji hipotesis menggunakan uji *rank spearman* dengan bantuan aplikasi SPSS 2.2 for Windows yang dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat lainnya. Uji *rank spearman* digunakan sebagai alternatif uji korelasi *pearson product moment* karena data tidak linier. Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu *self acceptance* (X), dan kecenderungan *cinderella complex* (Y). Hasil uji *rank spearman* sebagai berikut :

Tabel 18 Uji Hipotesis *Cinderella Complex* dengan *Self Acceptance*

Correlations			XTOTAL	YTOTAL
Spearman's rho	XTOTAL	Correlation Coefficient	1.000	-.522**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	360	360
	YTOTAL	Correlation Coefficient	-.522**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	360	360

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel diatas, uji hipotesis dengan menggunakan uji *rank spearman* didapatkan nilai koefisien korelasi  $-.522$  dalam kategori memiliki hubungan yang kuat dengan arah negatif dan nilai sig. (2-tailed) antara *self acceptance* (X), dan kecenderungan *cinderella complex* (Y) 0,000. Korelasi terbukti signifikan jika  $p < 0,05$ . Nilai signifikansi (Pvalue) hasil uji hipotesis penelitian ini adalah 0,000 yang berarti kurang dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) sehingga korelasi kedua variabel tersebut dinyatakan signifikan. Dari hasil pengujian *self acceptance* (X), dan kecenderungan *cinderella complex* (Y), dilihat dari nilai koefisien korelasi dan nilai signifikansi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang kuat dengan arah yang negatif antara *self acceptance*, dan kecenderungan *cinderella complex* pada mahasisiwi UIN Walisongo Semarang.



### C. Pembahasan

Hipotesis dari penelitian ini adalah ada hubungan yang negatif antara *self acceptance* dengan kecenderungan *cinderella complex* pada mahasiswi. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan negatif antara *self acceptance* dengan kecenderungan *cinderella complex* pada mahasiswi. Subjek yang terlibat dalam penelitian ini merupakan mahasiswi UIN Walisongo Semarang yang memiliki usia 18 – 21 tahun serta tercatat sebagai mahasiswa aktif UIN Walisongo. Berdasarkan data dari distribusi subjek, diketahui bahwa responden berasal dari masing-masing fakultas dengan persentase sebagai berikut, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan (FITK) sebanyak 32 responden (9%), Fakultas Ushuludin dan Humaniora (FUHUM) sebanyak 24 responden (8%), Fakultas Sains dan Teknologi (FST) sebanyak 36 responden (10%), Fakultas Syariah dan Hukum (FSH) sebanyak 28 responden (8%), Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam (FEBI) sebanyak 52 responden (14%), Fakultas Dakwah dan Komunikasi (FDK) sebanyak 48 responden (13%), Fakultas Ilmu Sosial dan Politik (FISIP) sebanyak 36 responden (10%), dan Fakultas Psikologi dan Kesehatan (FPK) sebanyak 104 responden (28%). Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa responden paling banyak berasal dari Fakultas Psikologi dan Kesehatan (FPK) yaitu sebanyak 104 mahasiswi (28%).

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar dari subjek dengan persentase sebanyak 59% mahasiswi memiliki *self acceptance* dengan kategori sedang, 27% mahasiswi memiliki *self acceptance* dengan kategori tinggi, dan 14% mahasiswi diantaranya memiliki *self acceptance* dengan

kategori rendah. Selain itu, hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek dengan persentasi sebanyak 50% mahasiswi memiliki kecenderungan *cinderella complex* dengan kategori tinggi, 46% mahasiswi memiliki kecenderungan *cinderella complex* dengan kategori sedang, dan 4% mahasiswi diantaranya memiliki kecenderungan *cinderella complex* dengan kategori rendah. Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan bahwa subjek dalam penelitian ini sebagian besar memiliki *self acceptance* yang cukup dan kecenderungan *cinderella complex* yang tinggi.

Sebagian besar subjek memiliki kecenderungan *cinderella complex* dalam dirinya, hal ini disebabkan oleh karena walaupun saat ini tinggal jauh dengan orang tua, namun mereka masih memiliki kelekatan dengan orang lain. kondisi ini juga didukung dengan hasil dari *self acceptance* yang menunjukkan hasil yang rendah hal ini didukung oleh teori dari Dowling (1995: 17) yang menyebutkan bahwa perempuan cenderung mengalami *cinderella complex* pada masa menuju dewasa yang menyebabkan perempuan tidak memiliki keberanian dalam memanfaatkan kelebihan dan memaksimalkan kreativitasnya dengan maksimal. Hal ini juga terdapat dalam penelitian Santoso (2008) yang menyebutkan bahwa *cinderella complex* terjadi pada hampir setiap perempuan.

Selain aspek dari *cinderella complex*, terdapat pula faktor-faktor yang mempengaruhi *cinderella complex* pada mahasiswi, yaitu pola asuh orang tua, budaya patriarki, pekerjaan atau tugas yang menuntut pribadi, harga diri dan pengalaman. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan Anggiany dan Astuti (2003:49) yang berjudul "Hubungan antara Pola Asuh Berwawasan Jender

dengan Cinderella Complex” dengan hasil analisis data yang menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang sangat signifikan antara pola asuh berwawasan gender dan cinderella complex, jadi semakin tinggi pola asuh berwawasan gender maka semakin rendah cinderella complex. Selain itu, terdapat pula penelitian yang dilakukan oleh Iswantiningrum (2013:6) dengan judul “Hubungan antara Kematangan Kepribadian dengan kecenderungan Cinderella Complex pada Mahasiswa di Asrama Putri Universitas Negeri Surabaya” dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kematangan kepribadian dengan kecenderungan cinderella complex pada mahasiswa di asrama putri Universitas Negeri Surabaya, artinya semakin tinggi kematangan kepribadian maka semakin rendah kecenderungan cinderella complex pada mahasiswa di asrama putri Universitas Negeri Surabaya, dan sebaliknya.

Penelitian ini mendapatkan data yang berdistribusi normal namun tidak memiliki hubungan yang linear antar variabel. Selanjutnya, uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji nonparametris *Rank Spearman* dalam program *SPSS for windows versi 22.0*. Uji hipotesis yang dilakukan mendapatkan hasil bahwa variabel *self acceptance* dan kecenderungan *self acceptance* pada mahasiswi UIN Walisongo Semarang memiliki nilai yang negatif dan memiliki hubungan yang kuat antar variabel. Nilai sig. (2-tailed) dari semua variabel yaitu  $0,000 < 0,05$  ( $P < 0,05$ ). Hasil dari uji *rank spearman* didapatkan nilai koefisien korelasi  $-,522$  yang berarti memiliki hubungan yang kuat, dan berhubungan negatif. Hasil analisis ini menunjukkan bahwa hipotesis

yang diajukan oleh peneliti dalam penelitian ini diterima, yakni ada hubungan negatif antara *self acceptance* dengan kecenderungan *cinderella complex* pada mahasiswi.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Elizabeth Douvan (dalam Dowling 1995: 81) menyebutkan bahwa *cinderella complex* dialami oleh perempuan dengan usia 18 tahun hingga dewasa awal. Menurut Sharma, 2012 (dalam Setyani, 2017) proses transisi yang dialami oleh mahasiswa menimbulkan berbagai permasalahan, diantaranya adalah permasalahan dalam bidang pendidikan, dalam penyesuaian sosial, dan emosional. Menurut Hurlock, 2008 dalam penelitian Anni Zulfani, 2017 menyebutkan bahwa masa remaja akhir hingga dewasa yaitu masa pencarian kemandirian serta masa reproduktif yang penuh dengan masalah serta ketegangan emosional. *Cinderella complex* diartikan sebagai kondisi dimana seorang perempuan mengalami ketergantungan secara psikis kepada orang lain (Dowling, 1995: 17). Mereka biasanya akan tergantung pada teman sebaya. Mereka lebih mempercayai bahwa teman sebaya akan memahami perasaannya lebih baik daripada orang-orang dewasa disekitarnya (Desmita, 2012 dalam Syahrani 2017)

Salah satu faktor dari kecenderungan *cinderella complex* yang dialami oleh individu adalah konsep diri (Dowling, 1995: 51). Individu dengan konsep diri yang positif akan mampu menghargai dirinya sendiri, namun sebaliknya jika individu memiliki konsep diri yang negatif maka akan cenderung tidak percaya diri dan menggantungkan hidupnya pada orang lain.

Mahasiswi yang memiliki konsep diri stabil adalah mahasiswi yang telah mampu melihat dirinya dengan kondisi yang sama. Kondisi ini sangat penting karena saat individu memiliki konsep diri yang tidak stabil maka yang terjadi adalah individu akan mengalami masa dimana ia mampu mengekspresikan dirinya karena individu tersebut sangat mencintai dirinya dan akan ada masa dimana individu tidak mampu mengekspresikan dirinya karena individu tersebut sangat membencinya (Hurlock, 1987). Konsep diri dalam diri individu harus stabil, karena hal ini dapat mempengaruhi penerimaan diri pada individu atau *self acceptance*.

*Self acceptance* diartikan sebagai kemampuan yang dimiliki individu, yaitu mampu menerima segala kekurangan dan kelebihan yang dimiliki, serta mau memperbaiki apa yang dirasa kurang (Hurlock, 2006: 436). Salah satu faktor dari *self acceptance* menurut Hurlock adalah konsep diri yang stabil pada individu. Konsep diri pada individu berpengaruh terhadap kemampuan individu dalam memahami serta menghargai dirinya sendiri. Mahasiswi yang memiliki konsep diri yang stabil akan cenderung memiliki *self acceptance* yang baik.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, *self acceptance* diperlukan untuk menurunkan kecenderungan *cinderella complex* yang dialami oleh mahasiswi. Semakin tinggi *self acceptance* yang dimiliki oleh individu maka kecenderungan *cinderella complex* pada individu akan menurun. Hal ini berarti hubungan keduanya bersifat negatif.

*Self acceptance* pada mahasiswi UIN Walisongo Semarang terbilang sedang cenderung tinggi. Kemudian, data frekuensi yang didapat memperlihatkan skor

sebesar 55.69 yang berarti saat ini memiliki *self acceptance* yang sedang cenderung rendah. Rendahnya *Self acceptance* yang dialami oleh mahasiswa, hal ini berdampak pada kecenderungan *cinderella complex* pada mahasiswa UIN Walisongo Semarang terbelah sedang cenderung tinggi. Kemudian, data frekuensi yang didapat memperlihatkan skor sebesar 54.16 yang berarti saat ini memiliki kecenderungan *cinderella complex* yang sedang cenderung tinggi. Hal ini selaras dengan teori Jersild yaitu *self acceptance* merupakan kesediaan individu untuk menerima dirinya baik dalam keadaan fisik, keadaan psikologis, keadaan sosial, serta pencapaian diri baik berupa kekurangan maupun kelebihan yang dimiliki. Artinya jika seseorang mampu memiliki sikap *self acceptance* yang baik, hal ini akan mendorong perempuan untuk bersikap lebih mandiri. Perempuan akan mengetahui potensi yang dimiliki sehingga dapat memaksimalkan potensi tersebut, dan dapat memperbaiki apa yang kurang dari dirinya dan terhindar dari kecenderungan *cinderella complex*.

Terdapat beberapa perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya. Penelitian ini terdahulu yang menjadi referensi dari penelitian ini hanya meneliti tentang *cinderella complex* atau *cinderella complex* dengan variabel lain dan *self acceptance* dengan variabel lain. Maka dari itu peneliti meneliti variabel tersebut untuk pembaharuan penelitian. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Subjek dari penelitian ini adalah mahasiswa UIN Walisongo Semarang.

Secara keseluruhan, penelitian ini tidak terlepas dari kelemahan. Beberapa kelemahan dalam penelitian ini diantaranya adalah pengambilan data yang

disebarkan melalui google form, karena banyaknya penelitian yang melibatkan mahasiswa dalam penelitian kemungkinan mahasiswa bosan dalam pengisian skala yang berakibat subjek tidak sungguh-sungguh dalam memilih jawaban. Selain itu, tidak sesuai dengan keadaannya sekarang atau bahkan tinggal pilih-pilih saja tanpa membaca aitem yang ditawarkan terlebih dahulu.

Saran berikutnya adalah mahasiswi dengan kategori *self acceptance* rendah-sedang sebaiknya meningkatkan *self acceptance* dalam diri, sedangkan yang memiliki skor tinggi perlu dipertahankan agar memiliki *self acceptance* yang stabil. Mahasiswi dengan skor *cinderella complex* yang sedang-tinggi diharapkan untuk menurunkan kecenderungan yang dimiliki dengan meningkatkan *self acceptance*. Peneliti dapat menemukan cara atau metode yang efektif untuk meningkatkan *self acceptance* yang dimiliki oleh mahasiswi sehingga dapat terhindar dari kecenderungan *cinderella complex*.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Hipotesis dari penelitian ini adalah ada hubungan yang negatif antara *self acceptance* dengan kecenderungan *cinderella complex* pada mahasiswi. Penelitian ini dibuat untuk mengetahui secara empiris hubungan antara variabel *self acceptance* dengan variabel *cinderella complex* pada mahasiswi. Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan oleh peneliti, kesimpulan yang didapat bahwa terdapat hubungan antara variabel *self acceptance* dengan variabel *cinderella complex*. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, dengan pemahaman bahwa jika semakin tinggi *self acceptance* yang dimiliki mahasiswi maka akan semakin rendah *cinderella complex* yang dialami, dan sebaliknya jika semakin rendah *self acceptance* yang dimiliki mahasiswi maka akan semakin tinggi *cinderella complex* yang dialami.

#### B. Saran

Beberapa saran yang diberikan peneliti berkaitan dengan penelitian yaitu :

##### 1. Bagi Subjek Penelitian

Mahasiswi dengan kategori rendah-sedang diharapkan untuk meningkatkan *self acceptance* dan dapat memahami kemampuan serta potensi diri sendiri sehingga dapat mengurangi kecenderungan *cinderella complex* dengan kategori sedang-tinggi yang dialami.



## 2. Bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan untuk mengenali bakat yang dimiliki oleh anak, dan mengajarkan anak untuk bertanggung jawab dengan dirinya, sehingga hal ini diharapkan akan membantu anak dalam proses menuju dewasa.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dalam melakukan penelitian yang berkaitan dengan *self acceptance* dan *cinderella complex* diharapkan untuk dapat memperluas cakupan bahasan terkait dengan mengapa *cinderella complex* dapat dialami oleh mahasiswa yang terdapat dalam penelitian ini dengan melihat variabel lain yang dapat mempengaruhi *cinderella complex*. Serta memperluas populasi untuk diteliti.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfinuha, S., & Nuqul, F. L. (2017). Bahagia dalam meraih cita-cita: Kesejahteraan subjektif mahasiswa teknik arsitektur ditinjau dari regulasi emosi dan efikasi diri. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 12-28.
- Andayu, A. A., Rizkyanti, C. A., & Kusumawardhani, S. J. (2019). Peran insecure attachment terhadap kekerasan psikologis dalam pacaran pada perempuan remaja akhir. *Psymphathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 181-190.
- Anggreini, R., & Mariyanti, S. (2014). Hubungan antara kontrol diri dan perilaku konsumtif mahasiswi Universitas Esa Unggul. *Jurnal Psikologi Esa Unggul*, 12(01), 126664
- Anggriyani, N. dan Astuti, Y.D. 2003. Hubungan antara pola asuh berwawasan jender dengan cinderella complex. *Psikologika*. No.16. Tahun VIII. Hlm.41-51.
- Ardilla, F., & Herdiana, I. (2013). Penerimaan diri pada narapidana wanita. *Jurnal psikologi kepribadian dan sosial*, 2(1), 1-7.
- Batubara, J. R. (2016). Adolescent development (perkembangan remaja). *Sari pediatri*, 12(1), 21-9.
- Carson, S. H., & Langer, E. J. (2006). Mindfulness and self-acceptance. *Journal of rational-emotive and cognitive-behavior therapy*, 24(1), 29-43.
- Dowling, Colette. 1995. Tantangan wanita modern : ketakutan wanita akan kemandirian. Alih bahasa: Santi, W.E., Soekanto. Jakarta: Erlangga.
- Dowling, C., & Dowling, C. (1990). *Cinderella complex*. New York: Pocket Books.
- Faramita, K. (2019). Hubungan antara konsep diri dengan kecenderungan cinderella complex pada mahasiswi universitas mercu buana yogyakarta (Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).
- Fitri, E. A. (2017). Hubungan antara konsep diri dengan penerimaan diri siswa kelas VII SMPN 3 Bandung Tulungagung (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Gamayanti, W. (2016). Gambaran penerimaan diri (self-acceptance) pada orang yang mengalami skizofrenia. *Psymphathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(1), 139-152.

- Hapsari, A. D. (2014). Cinderella complex pada mahasiswi (Studi Deskriptif pada Mahasiswi di Universitas Negeri Semarang) (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang)..
- Hikmah, Siti. (2015). Psikologi perkembangan (*tinjauan dalam perspective islam*). Semarang. CV. Karya Abadi Jaya.
- Hurlock, E.B., (2006). Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan, Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Illahi, S. P. K., & Akmal, S. Z. (2018). Hubungan kelekatan dengan teman sebaya dan kecerdasan emosi pada remaja yang tinggal di panti asuhan. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(2), 171-181.
- Iswantiningrum, Febritania Dwi Putri. 2013. Hubungan antara kematangan kepribadian dengan kecenderungan cinderella complex pada mahasiswa di asrama putri Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Mahasiswa Psikologi*. Vol.2. No.1. Hlm. 1-7
- Mina Pahlewi, Reza. (2019). Makna self acceptance dalam islam (analisis fenomenologi sosok ibu dalam kemiskinan di Provinsi D.I Yogyakarta). *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 16(2).
- Mubarok, D. W. S. (2015). Profil penerimaan diri pada remaja yang tinggal dengan orang tua tunggal beserta faktor-faktor yang memengaruhinya (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Mohammad, R. (2005). The Cinderella complex–narrating Spanish women's history, the home and visions of equality: developing new margins. *Transactions of the Institute of British Geographers*, 30(2), 248-261.
- Na'imah, T., & Tanireja, T. (2017). Student well-being pada remaja Jawa. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 1-11.
- Oktinisa, T. F., Rinaldi, R., & Hermaleni, T. (2018). Kecenderungan cinderella complex pada mahasiswa perempuan ditinjau dari persepsi pola asuhkecenderungan cinderella complex pada mahasiswa perempuan ditinjau dari persepsi pola asuh. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 8(2), 211-222.
- Paramitasari, R., & Alfian, I. N. (2012). Hubungan antara kematangan emosi dengan kecenderungan memaafkan pada remaja akhir. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 1(2), 1-7
- Prasetyani, N. (2013). Hubungan antara kecenderungan cinderella complex dengan prestasi belajar pada mahasiswi jurusan PGMI angkatan 2012 UIN

- Maliki Malang (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Putro, M. (2010). Hubungan antara kematangan beragama dengan cinderella complex pada mahasiswi fakultas psikologi universitas muhammadiyah surakarta (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Qomariyah, R. (2010). Pola Insecure Attachment pada remaja: studi kasus (Doctoral dissertation, IAIN Sunan Ampel Surabaya).
- Ridha, M. (2012). Hubungan antara body image dengan penerimaan diri pada mahasiswa Aceh di Yogyakarta. *Jurnal empathy*, 1(1), 111-121.
- Robinson, G. (2016). The Cinderella complex: Punishment, society and community sanctions. *Punishment & Society*, 18(1), 95-112..
- Saha, S., & Safri, T. S. (2016). Cinderella complex: theoretical roots to psychological dependency syndrome in women. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(3), 118-122.
- Savitri, W. C., & Listiyandini, R. A. (2017). Mindfulness dan kesejahteraan psikologis pada remaja. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 43-59.
- Sa'diyah, S. C. (2012). Hubungan self esteem dengan kecenderungan cinderella complex pada mahasiswi semester VI Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Wangge, B. D., & Hartini, N. (2013). Hubungan antara penerimaan diri dengan harga diri pada remaja pasca perceraian orangtua. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 2(1), 1-6.
- Yulikhah, S., Bukhori, B., & Murtadho, A. (2019). Self concept, self efficacy, and interpersonal communication effectiveness of student. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(1), 65-76.
- Zain, T. S. (2016). Cinderella complex dalam perspektif psikologi perkembangan sosial emosi. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 92-98.

## LAMPIRAN

### LAMPIRAN 1 : *BLUE PRINT* SKALA PENELITIAN

#### 1. *Blue Print Cinderella Complex*

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Rendahnya Harga Diri	Perasaan lemah dan tidak mampu	17	4	2
	Tidak berani mengungkapkan aspirasi yang dimiliki	15	21	2
Tergantung Kepada Orang Lain	Mebutuhkan bantuan dari orang lain	14	8	2
	Mebutuhkan perlindungan	18	23	2
Mengharapkan Pengarahan Dari Orang Lain	Takut mengambil keputusan	12	1, 20	3
	Pentingnya pendapat dari orang lain	9	10	2
Kontrol Diri Eksternal	Takut bertindak asertif	13, 5	16	3
	Ragu dalam bertindak	2	19	2
Menghindari Tantangan Dan Kompetisi	Penghindaran terhadap suatu objek	22	7, 24	3
	Tidak mempunyai semangat	3	11, 6	3
<b>Jumlah Aitem</b>		11	13	24

## 2. *Blue Print Self Acceptance*

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Pemahaman Diri	Mempunyai pendapat terhadap diri sendiri	16	15	2
	Memiliki perasaan bahwa dirinya sesuai dengan keadaan yang diharapkan	13	6	2
	Memiliki penilaian terhadap diri sendiri maupun orang lain	9	8, 20	3
Sikap Terhadap Pemahaman Diri	Mampu mengatasi atau bertindak dengan tepat terhadap kekuatan dan kelemahan diri	2, 10	4	3
	Mampu merespon kritik dan dsaran dari orang lain dengan baik	7	12	2
	Selalu melakukan evaluasi diri	17	3	2
Sikap Terhadap Penerimaan Diri	Memiliki tanggung jawab atas apa yang ia lakukan	19	18	2

	Aktif dalam berbagai kegiatan dan mampu meng-eksplor diri	11	5	2
	Mampu menjalani kehidupan dengan baik dengan keadaan yang dimiliki saat ini	14	1	2
<b>Jumlah Aitem</b>		10	10	20

## LAMPIRAN 2 : SKALA PENELITIAN

### 1. Skala *Cinderella Complex*

#### *Skala Cinderella Complex*

Nama / Umur :

Fakultas :

#### PETUNJUK PENGISIAN

1. Tulislah identitas diri anda.
2. Bacalah dan pahami baik baik pernyataan yang ada.
3. Pilihlah jawaban pada salah satu kolom jawaban yang disediakan.
4. Beberapa pilihan jawaban yang tersedia yaitu :

Sangat Sesuai : jika pernyataan tersebut SANGAT SESUAI dengan pendapat anda

Sesuai : jika pernyataan tersebut SESUAI dengan pendapat anda

Tidak Sesuai : jika pernyataan tersebut TIDAK SESUAI dengan pendapat anda

Sangat Tidak Sesuai : jika pernyataan tersebut SANGAT TIDAK SESUAI dengan pendapat anda



5. Pilihlah jawaban yang sesuai dengan diri anda, karena **semua jawaban adalah benar dan baik.**
6. Teliti kembali setiap jawaban, agar tidak ada jawaban yang terlewatkan.

*Selamat Mengerjakan*

NO.	PERNYATAAN	JAWABAN			
		Sangat Sesuai	Sesuai	Tidak Sesuai	Sangat Tidak Sesuai
1	Saya yakin dengan keputusan yang saya ambil.				
2	Tugas saya dapat selesai dengan baik karena bantuan dari orang lain.				
3	Saya lebih memilih santai dalam mengikuti perkuliahan daripada harus bersaing dengan teman yang lain.				
4	Saya bangga dengan hasil pekerjaan yang saya lakukan.				
5	Saya marah ketika saya gagal dalam menyelesaikan masalah yang saya hadapi.				
6	Saya malas mengikuti lomba yang diadakan oleh organisasi di Universitas.				
7	Meskipun banyak hambatan, saya yakin tetap dapat menyelesaikan tugas dengan baik.				
8	Saya mampu mengatasi kesulitan yang saya hadapi sendiri saat berada dilingkungan baru seperti tinggal di kost.				
9	Saya meminta pendapat dari orang lain untuk menentukan suatu pilihan.				
10	Saya tidak terpengaruh oleh pendapat orang lain ketika menyelesaikan tugas.				
11	Saya senang apabila dikutsertakan dalam suatu kompetisi kampus.				
12	Saya ragu dalam mengambil keputusan.				
13	Saya menangis ketika mempunyai masalah.				
14	Saya menyelesaikan tugas dengan bantuan dari orang lain.				

15	Saya tidak dapat menyalurkan ide kreatif saya dalam sebuah karya.				
16	Saya menjaga diri saya untuk tetap tenang saat memecahkan suatu permasalahan.				
17	Saya merasa kesulitan jika mengerjakan tugas sendirian.				
18	Saat meminta bantuan orang lain untuk menemani membeli makanan.				
19	Saya dapat menyelesaikan tugas dengan baik karena kemampuan yang saya miliki.				
20	Saya takut sendirian dalam waktu yang lama.				
21	Saya dapat menolak ajakan dari orang lain.				
22	Saya merasa puas telah menyelesaikan tugas dengan baik.				
23	Saya yakin dengan keputusan saya.				
24	Saya berani mencoba hal baru.				

## 2. Skala *Self Acceptance*

### Skala *Self Acceptance*

Nama / Umur :

Fakultas :

#### PETUNJUK PENGISIAN

1. Tulislah identitas diri anda.
2. Bacalah dan pahami baik baik pernyataan yang ada.
3. Pilihlah jawaban pada salah satu kolom jawaban yang disediakan.
4. Beberapa pilihan jawaban yang tersedia yaitu :

Sangat Sesuai : jika pernyataan tersebut SANGAT SESUAI dengan pendapat anda

- Sesuai : jika pernyataan tersebut SESUAI dengan pendapat anda
- Tidak Sesuai : jika pernyataan tersebut TIDAK SESUAI dengan pendapat anda
- Sangat Tidak Sesuai : jika pernyataan tersebut SANGAT TIDAK SESUAI dengan pendapat anda

5. Pilihlah jawaban yang sesuai dengan diri anda, karena **semua jawaban adalah benar dan baik.**
6. Teliti kembali setiap jawaban, agar tidak ada jawaban yang terlewatkan.

*Selamat Mengerjakan*

NO.	PERNYATAAN	JAWABAN			
		Sangat Sesuai	Sesuai	Tidak Sesuai	Sangat Tidak Sesuai
1	Saya kurang menyukai kondisi kehidupan saya saat ini				
2	Saya mentaati peraturan yang ditetapkan, baik di sekolah maupun di masyarakat				
3	Saya kurang introspeksi diri saya sendiri				
4	Saya bersikap acuh terhadap orang yang terlihat kurang menyukai saya				
5	Saya menolak jika harus terlibat dalam suatu kegiatan				
6	Pribadi saya yang saya inginkan bertentangan dengan pribadi saya saat ini.				
7	Saya berterimakasih jika mendapat pujian.				
8	Saya sudah merasa puas dengan pencapaian yang saat ini sudah saya capai				

9	Saya mampu memberikan penilaian dengan baik pada orang-orang di sekitar saya				
10	Saya merasa nyaman jika saya bisa melakukan pencegahan pada hal yang mungkin akan menjadi masalah bagi saya di masa depan				
11	Saya merasa senang jika dijadikan ketua pelaksana dalam suatu kegiatan				
12	Saya menjadi tersinggung dan menyimpan rasa marah saat ada orang lain memberikan kritikan pada saya				
13	Saya berbeda dengan orang lain, mempunyai kelebihan dan kekurangan tersendiri				
14	Saya merasa belum memahami diri saya sendiri				
15	Saya memaksimalkan kelebihan yang saya miliki.				
16	Evaluasi diri membuat diri saya menjadi semakin baik				
17	Mengerjakan tugas tepat waktu adalah kebiasaan saya				
18	Saya masih bisa bersikap ramah terhadap orang yang terlihat kurang menyukai saya				
19	Saya menyelesaikan tugas yang diberikan kepada saya				
20	Saya sama saja dengan orang lain.				

### LAMPIRAN 3 : UJI VALIDITAS DAN REABILITAS

#### 1. Skala *Cinderella Complex*

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	12	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	12	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.914	23

## Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	63.83	81.061	.899	.905
item2	64.67	80.061	.632	.908
item3	64.08	77.356	.693	.906
item4	64.50	84.273	.438	.912
item5	64.17	78.697	.564	.910
item6	63.83	81.242	.661	.908
item7	64.00	76.182	.981	.900
item8	65.25	89.841	-.045	.918
item9	64.33	85.333	.427	.912
item10	64.58	82.992	.526	.910
item11	63.92	80.811	.589	.909
item12	64.58	83.538	.653	.909
item13	64.25	87.295	.274	.914
item14	63.83	81.061	.899	.905
item15	64.67	80.061	.632	.908
item16	64.08	77.356	.693	.906
item17	64.50	84.273	.438	.912
item18	64.17	78.697	.564	.910
item19	64.83	91.424	-.158	.925
item20	63.83	81.242	.661	.908
item21	64.00	76.182	.981	.900
item22	65.25	89.841	-.045	.918
item23	64.33	85.333	.427	.912

## 2. Skala *Self Acceptance*

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	12	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	12	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.913	20

## Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
ITEM1	57.17	61.061	.154	.915
ITEM2	57.58	54.447	.725	.905
ITEM3	56.92	52.447	.779	.903
ITEM4	57.58	57.902	.493	.910
ITEM5	56.83	55.061	.853	.903
ITEM6	57.67	52.606	.748	.904
ITEM7	57.08	55.174	.416	.915
ITEM8	57.50	55.364	.658	.906
ITEM9	57.17	61.061	.154	.915
ITEM10	57.17	55.606	.353	.919
ITEM11	56.83	57.242	.410	.913
ITEM12	57.00	51.455	.908	.899
ITEM13	57.17	61.061	.154	.915
ITEM14	57.33	57.333	.544	.909
ITEM15	57.17	61.061	.154	.915
ITEM16	57.58	54.447	.725	.905
ITEM17	56.92	52.447	.779	.903
ITEM18	57.58	57.902	.493	.910
ITEM19	56.83	55.061	.853	.903
ITEM20	57.67	52.606	.748	.904



#### LAMPIRAN 4 : DESKRIPTIF DATA

		CINDERELLAC OMPLEX	SELFACCEPTA NCE
N	Valid	360	360
	Missing	0	0
Mean		68.63	54.68
Std. Error of Mean		.229	.215
Median		69.00	54.00
Mode		70	51
Std. Deviation		4.345	4.072
Range		20	30
Minimum		60	40
Maximum		80	70
Sum		24706	19686

#### 1. Perhitungan Kategorisasi Skala *Cinderella Complex*

N : 24

X Max : 64

X Min : 37

Range :  $X \text{ Max} - X \text{ Min} = 27$

Mean :  $(X \text{ Max} + X \text{ Min}) : 2 = (64 + 37) : 2 = 50,5$

SD :  $\text{Range} : 6 = 27 : 6 = 4,5$

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Nilai
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	< 46	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 1\text{SD})$	46 - 55	Sedang
$X \geq (\text{Mean}) + 1\text{SD}$	$\geq 55$	Tinggi

## KATEGORI

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	13	3.6	3.6	3.6
	SEDANG	162	45.0	45.0	48.6
	TINGGI	185	51.4	51.4	100.0
	Total	360	100.0	100.0	

## 2. Perhitungan Kategorisasi Skala *Self Acceptance*

N : 20

X Max : 66

X Min : 47

Range : X Max – X Min = 19

Mean :  $(X_{Max} + X_{Min}) : 2 = (66 + 47) : 2 = 56,5$

SD : Range : 6 = 19 : 6 = 3,16

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Nilai
$X < (\text{Mean} - 1SD)$	< 53	Rendah
$(\text{Mean} - 1SD) \leq X \leq (\text{Mean} + 1SD)$	53 - 60	Sedang
$X \geq (\text{Mean}) + 1SD)$	$\geq 60$	Tinggi

## KATEGORI

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	97	26.9	26.9	26.9
	SEDANG	211	58.6	58.6	85.6
	TINGGI	52	14.4	14.4	100.0
	Total	360	100.0	100.0	

## LAMPIRAN 5 : UJI ASUMSI DAN HIPOTESIS

### 1. Uji Normalitas

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual	
N			360
Normal Parameters <sup>a, b</sup>	Mean	,0000000	
	Std. Deviation		4,07933238
Most Extreme Differences	Absolute	,044	
	Positive	,039	
	Negative		-,044
Kolmogorov-Smirnov Z		,827	
Asymp. Sig. (2-tailed)		,501	

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

### 2. Uji Linearitas

#### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
CinderellaComplex * SelfAcceptance	Between	(Combined)	1939,205	17	114,071	8,062	,000
	Groups	Linearity	804,020	1	804,020	56,826	,000
		Deviation from Linearity	1135,185	16	70,949	5,014	,000
	Within Groups		4838,917	342	14,149		
	Total		6778,122	359			

### 3. Uji Hipotesis

Correlations

			SELF ACCEPTANCE	CINDERELLA COMPLEX
Spearman's rho	SELFACC	Correlation Coefficient	1,000	-,522**
	EPTANC			
	E	Sig. (2-tailed)	,000	
		N	360	360
		Correlation Coefficient	-,522**	1,000
	CINDERE			
	LACOMPL	Sig. (2-tailed)	,000	
	EX	N	360	360

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## LAMPIRAN 6 : DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### RIWAYAT HIDUP

#### A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Rahayu Anggi Pangestu
2. Tempat & Tgl. Lahir : Kab. Semarang, 31 Juli 1999
3. Alamat Rumah : Keji, Rt 08 / Rw 01, Kec. Ungaran Barat, Kab.  
Semarang
4. HP : 083842906446
5. E-mail : [rhyanggi@gmail.com](mailto:rhyanggi@gmail.com)

#### B. Riwayat Pendidikan

##### 1. Pendidikan Formal:

- a. MI MA'ARIF Keji
- b. SMP Negeri 3 Ungaran
- c. SMA Negeri 2 Ungaran
- d. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

##### 2. Pendidikan Non-Formal:

- a. ....
- b. ....