

SHYNESS PADA SISWA DI SMK X KABUPATEN JEMBER

SKRIPSI

**Diajukan Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Strata 1 (S-1) Sarjana Psikologi Pada Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Jember**



Oleh:

Nisfatin Rifkah Nurdiana

NIM 19 10811 021

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

2025

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas
Muhammadiyah Jember untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna
Memperoleh Derajat Strata Satu (S1) Psikologi

Pada Tanggal

01 Februari 2025

Mengesahkan

Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Jember

Dekan



Dr. Nurlaela Widyarini, S.Psi, M.Si

NIP. 197505292005012001

Dewan Penguji

Tanda Tangan

Istiqomah, S.Psi, M.Si, Psikolog
NPK. 1975053111312445

Panca Kursistin Handayani, S.Psi, M.A, Psikolog
NIP. 197303032005012001

Dr. Nurlaela Widyarini, S.Psi, M.Si
NIP. 197505292005012001

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Nisfatin Rifkah Nurdiana

NIM : 1910811021

Dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya ataupun pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia menerima konsekuensi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang telah saya peroleh.

Jember, 01 Februari 2025

★Yang menyatakan



Nisfatin Rifkah Nurdiana

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk Alm.Ayah dan Ibunda tercinta. Orang hebat yang selalu menjadi penyemangat penulis, tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta dan tulus. Terima kasih sebesar-besarnya atas segala doa yang telah dipanjatkan dan pengorbanan tulus sehingga penulis bisa berada di titik ini. Terima kasih atas nasihat dan kesabaran hati menghadapi penulis yang keras kepala dan sangat sensitif ketika ditanya mengenai skripsi. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan di bangku perkuliahan, namun beliau mampu memberikan yang terbaik, tak kenal lelah mendoakan, memberi perhatian, dan dukungan sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai meraih gelar sarjana. Ibunda menjadi pengingat dan penguat paling hebat. Semoga Ibunda diberikan kesehatan, panjang umur, dan bahagia selalu.

Teruntuk adikku, yang selalu menjadi alasan penulis untuk lebih keras lagi berjuang karena dia termasuk orang yang menjadikan penulis lebih kuat dan semangat lagi. Terimakasih adikku yang sudah menemani proses demi proses sampai di titik sekarang.

MOTTO

“Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(Q.S Al-Baqarah : 286)

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan”

(Q.S Al-Insyirah : 5)

“Terlambat bukan berarti gagal, cepat bukan berarti hebat. Terlambat bukan menjadi alasan untuk menyerah, setiap orang memiliki proses yang berbeda. Percaya proses itu yang paling penting, karena Allah telah mempersiapkan hal baik dibalik kata proses yang kamu anggap rumit”

(Edwar Satria)

“Semua jatuh bangunmu hal yang biasa, angan dan pertanyaan waktu yang menjawabnya, berikan tenggat waktu bersedihlah secukupnya, rayakan perasaanmu sebagai manusia”

(Baskara Putra – Hindia)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT Tuhan Yang Maha Esa, karena hanya atas izin-Nya dimudahkan segala sesuatu yang sulit bagi umat Nya dan telah diberikan kesempatan untuk menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi dengan terselesaikannya skripsi ini sebagai salah syarat untuk mendapatkan gelar sarjana. Shalawat dan salam akan selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW.

Terselesaikannya skripsi ini bukanlah proses yang sangat singkat, melainkan sebuah proses panjang yang mengajarkan penulis tentang berjuang, sabar, tekun, dan bersyukur dalam menghadapi setiap permasalahan yang dialami. Karya ini dapat selesai tidak luput dari dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Nurlaela Widyarini, S.Psi, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember sekaligus Dosen Pembimbing 1 yang telah mencurahkan segenap ilmu, motivasi, dan dukungan sehingga dapat bermanfaat dalam proses penyusunan skripsi penulis.
2. Ibu Panca Kursistin Handayani, S.Psi, M.A, Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang membimbing peneliti, memberi kritik saran, dan semangat dalam menyelesaikan skripsi.
3. Ibu Istiqomah, S.Psi, M.Si, Psikolog selaku Dosen Wali angkatan 2019 kelas Ganjil sekaligus dosen penguji yang selalu memberikan dukungan dan arahan kepada anak didiknya selama berproses di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember.

4. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember yang telah memberikan ilmu serta dukungannya selama peneliti menuntut ilmu di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember.
5. Kepada Ustadz dan Ustadzah yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian pada siswa siswi.
6. Seluruh teman-teman angkatan 2019 yang telah memberikan kenangan serta berproses bersama selama berkuliah.
7. Kepada sahabat saya Gadis Toxic dan Da terimakasih telah memberikan semangat, pengalaman, canda dan tawa, serta selalu memberikan dukungan dalam menghadapi kesulitan.
8. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu, terimakasih telah memberikan bantuan serta doa pada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, semoga hal baik kembali kepada kalian semua.

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
MOTTO	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
INTISARI.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
1. Manfaat Teoritis	8
2. Manfaat Praktis.....	8
E. Keaslian Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	14
A. <i>Shyness</i>	14
1. Definisi <i>Shyness</i>	14
2. Gejala <i>Shyness</i>	15

3. Dampak <i>Shyness</i>	16
4. Faktor-faktor yang Menyebabkan <i>Shyness</i>	18
5. Jenis <i>Shyness</i>	19
6. Usia dan Tahapan <i>Shyness</i>	20
B. Perkembangan Emosi Remaja.....	20
1. Definisi Emosi.....	21
2. Perkembangan Emosi Remaja.....	23
C. Gambaran <i>Shyness</i> pada Remaja.....	27
BAB III METODE PENELITIAN.....	30
A. Jenis Penelitian.....	30
B. Identifikasi Variabel.....	30
C. Definisi Operasional.....	30
1. <i>Shyness</i>	30
D. Subjek Penelitian.....	31
1. Populasi	31
2. Sampel	32
E. Metode Pengumpulan Data	34
F. Metode Analisis Data	35
1. Keabsahan Alat Ukur	35
2. Uji Asumsi.....	37
3. Uji Deskriptif.....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	38
A. Orientasi Kacah dan Persiapan.....	38

1. Orientasi Kancan	38
2. Persiapan Pelaksanaan Penelitian.....	38
3. Pelaksanaan Penelitian	39
B. Analisa Data	40
1. Uji Validitas dan Reliabilitas Uji Coba Alat Ukur.....	40
2. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	41
3. Uji Asumsi.....	41
4. Uji Deskriptif.....	42
C. Pembahasan.....	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	56
A. Kesimpulan	56
B. Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN.....	62

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Usia dan Tahapan <i>Shyness</i>	20
Tabel 2. Jumlah Populasi	32
Tabel 3. Pilihan Jawaban.....	34
Tabel 4. <i>Blue Print</i>	34
Tabel 5. Interpretasi Nilai <i>Cronbach's Alpha</i>	35
Tabel 6. Hasil Uji Coba Reliabilitas	40
Tabel 7. Hasil Uji Reliabilitas.....	41
Tabel 8. Hasil Uji Normalitas	42
Tabel 9. Deskripsi <i>Shyness</i>	43
Tabel 10. Hasil Kategori Berdasarkan Aspek.....	43
Tabel 11. Hasil Kategori Berdasarkan Jenis Kelamin	44
Tabel 12. Hasil Kategori Berdasarkan Kelas	44
Tabel 13. Hasil Kategori Berdasarkan Jurusan	45
Tabel 14. Hasil Kategori Berdasarkan Suku Bangsa	46
Tabel 15. Hasil Kategori Berdasarkan Keikutsertaan Dalam Organisasi	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Persetujuan Etika Penelitian.....	62
Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian	69
Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian Dari Instansi.....	70
Lampiran 4. Skala <i>Shyness</i>	71
Lampiran 5. Hasil Uji Coba Validitas Skala <i>Shyness</i>	74
Lampiran 6. Hasil Uji Coba Reliabilitas Skala <i>Shyness</i>	83
Lampiran 7. Hasil Uji Validitas Data Sebenarnya Skala <i>Shyness</i>	84
Lampiran 8. Hasil Uji Reliabilitas Data Sebenarnya Skala <i>Shyness</i>	94
Lampiran 9. Hasil Uji Normalitas.....	94
Lampiran 10. Hasil Deskripsi <i>Shyness</i>	94
Lampiran 11. Hasil Kategorisasi Berdasarkan Aspek.....	95
Lampiran 12. Hasil Kategorisasi Berdasar Demografi Jenis Kelamin	96
Lampiran 13. Hasil Kategorisasi Berdasar Demografi Kelas	98
Lampiran 14. Hasil Kategorisasi Berdasar Demografi Jurusan	99
Lampiran 15. Hasil Kategorisasi Berdasar Demografi Suku Bangsa	102
Lampiran 16. Hasil Kategorisasi Berdasar Demografi Keikutsertaan Dalam Organisasi	103
Lampiran 17. Data Pengisian Uji Coba Skala <i>Shyness</i>	105
Lampiran 18. Data Pengisian Uji Sesungguhnya Skala <i>Shyness</i>	106