

HUBUNGAN *SELF-TALK* DAN PENERIMAAN DIRI PADA INDIVIDU DEWASA AWAL ATAS SEBUAH PERISTIWA PUTUS CINTA

Gloryossa Gerraldina Zefanya

ABSTRAK

Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-talk* dan penerimaan diri pada individu dewasa awal atas sebuah peristiwa putus cinta. Partisipan dalam penelitian ini adalah 304 individu dewasa awal berjenis kelamin perempuan dan laki-laki berusia 18-29 tahun yang pernah berpacaran dan pernah mengalami putus cinta. Terdapat dua hipotesis pada penelitian ini, yaitu ada korelasi positif antara positif *self-talk* dan penerimaan diri dan ada korelasi negatif antara negatif *self-talk* dan penerimaan diri pada individu dewasa awal atas sebuah peristiwa putus cinta. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan *convenience sampling* dan *voluntary sampling* sebagai teknik pengambilan sampel. Metode pengumpulan data menggunakan dua skala Likert, yaitu skala *self-talk* dan skala penerimaan diri. Uji coba skala yang dilakukan menghasilkan koefisien reliabilitas pada skala *self-talk* sebesar 0.797 dan skala penerimaan diri sebesar 0.932. Hipotesis penelitian dianalisis menggunakan uji korelasi non-parametrik *Spearman's Rho* karena data tidak berdistribusi normal. Hipotesis penelitian juga diperbandingkan dengan analisis uji korelasi parametrik *Pearson Product Moment*. Kedua uji hipotesis dilakukan menggunakan aplikasi SPSS versi 22. Hasil uji kedua metode tersebut menunjukkan tidak adanya hubungan antara positif *self-talk* dan penerimaan diri ($r_s = 0.227; p < 0.001$; $r = 0.393; p < 0.001$) serta tidak adanya hubungan antara negatif *self-talk* dan penerimaan diri ($r_s = 0.136; p < 0.001$; $r = 0.060; p < 0.001$).

Kata kunci : dewasa awal, *self-talk*, penerimaan diri

THE RELATIONS BETWEEN SELF-TALK AND SELF-ACCEPTANCE OF A BREAK-UP IN ADULTS

Gloryossa Gerraldina Zefanya

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between self-talk and self-acceptance in early adult individuals in an event of a breakup. The subject in this research is 304 early adult individuals women and men aged 18-29 years that have had a boyfriend/girlfriend and experienced a breakup. There are two hypotheses in this study, namely that there is a positive correlation between positive self-talk and self-acceptance and there is a negative correlation between negative self-talk and self-acceptance in early adult individuals in an event of a breakup. This research is a quantitative research with convenience sampling and voluntary sampling as the sampling technique. The researcher using two Likert scale as the method of data collection, i.e. the scale of self-talk and self-acceptance scale. The test resulted in a reliability coefficient on the scale of self-talk by 0.797 and a self-acceptance scale of 0.932. The researcher tested the non-parametric hypothesis correlation using Spearman's Rho due to distribution of parental expectations data did not follow normal distribution. The researcher also conducted Pearson Product Moment correlation for comparison purpose. The two tests were carried out using SPSS 22 version. The test results of the two methods showed that there was no correlation between positive self-talk and self-acceptance ($r_s = 0.227$; $p < 0.001$; $r = 0.393$; $p < 0.001$) and there was no correlation between negative self-talk and self-acceptance ($r_s = 0.136$; $p < 0.001$; $r = 0.060$; $p < 0.001$).

Keywords: early adult, self-talk, self-acceptance

