

PENERIMAAN DIRI PADA PEREMPUAN PASCA PERCERAIAN

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi**



Ecwa Lintang Nindita

21090000213

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERDEKA MALANG

MALANG

2025

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Ecwa Lintang Nindita
NIM : 21090000213
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Fakultas : Fakultas Psikologi
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Skripsi : Penerimaan Diri Perempuan Pasca Perceraian

Malang, 30 Juli 2025

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi

Dosen Pembimbing



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si



Taufiqurrahman, S.Psi., M.A

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi, M.Si., Psikolog

Penerimaan Diri Perempuan Pasca Perceraian

Dipersiapkan dan disusun oleh

Ecwa Lintang Nindita

21090000213

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 16 Juli 2025

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji

Sekretaris Penguji

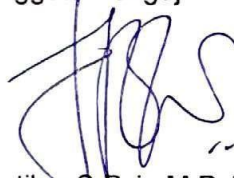


Taufiqurrahman, S.Psi., M.A



Deasy Christia Sera, S.Psi., M.Si

Anggota Penguji



Firlia Candra Kartika, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana.

Malang, 16 juli 2025

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi W., S. Psi., M. Si., Psikolog

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ecwa Lintang Nindita
Nomor Pokok : 21090000213
Program Studi : S1 Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Sosial
Judul Skripsi : Penerimaan Diri Perempuan Pasca Perceraian
Lokasi Penelitian : Kabupaten Malang
Alamat Rumah Asal : Jl. Sidomukti No.25 Kecamatan Singosari
Kabupaten Malang
No. Telp/Email : 081357665112 / ecwanindito@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut benar – benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika saya melakukan plagiasi maka saya bersedia dicabut gelar akademik saya. Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 30 Juli 2025



Ecwa Lintang Nindita

MOTTO

“You may say I'm a dreamer, but I'm not the only one”

Imagine – John Lennon

LEMBAR PERSEMBAHAN

Halaman ini kupersembahkan dengan penuh rasa syukur, saya ingin mengucapkan penghargaan dan rasa terimakasih kepada Allah SWT, Sang Pencipta Alam Semesta, atas rahmat, petunjuk, dan berkah-Nya yang senantiasa memberikan cahaya dan petunjuk dalam perjalanan penelitian ini. Semoga segala usaha dan dedikasi yang dilakukan mendapat ridha-Nya.

Tidak lupa kupersembahkan kepada pasangan, teman, dan keluarga tercinta, yang selalu memberikan dukungan doa, dukungan dan cinta tanpa batas dalam menghadapi setiap tantangan untuk menyelesaikan penelitian ini. Semua jirih payah, pengorbanan, semangat, dan kasih sayang yang diberikan menjadi motivasi dan pendorong utama dalam perjalanan studi dan penelitian ini.

Serta kepada semua pihak yang turut serta dalam kelancaran penelitian ini, baik secara langsung maupun tidak langsung. Landasan mereka menjadi hasil penelitian yang dapat memberikan kontribusi positif bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam penelitian saya.

Akhirnya segala kemuliaan hanya kepada Allah SWT. Dengan penuh rasa syukur, saya sampaikan halaman persembahan ini sebagai ungkapan terimakasih yang tulus.

UCAPAN TERIMAKASIH

Alhamdulillahirabbil'alamin, segala puji dan syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah, dan kekuatan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Shalawat dan salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, suri teladan yang menginspirasi dalam setiap langkah hidup.

Dengan kerendahan hati, saya menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam kepada:

1. Dr. Prihat Assih, S.E., M.Si., Ak., CSRS selaku rektor Universitas Merdeka Malang
2. Orang tua tercinta, ayah dan ibu, yang selalu menjadi sumber kekuatan dengan doa, kasih sayang, serta dukungan moral dan material tanpa henti. Keberhasilan ini tidak akan tercapai tanpa perjuangan dan pengorbanan kalian.
3. Dr. Nawang Warsi W., S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Unmer
4. Bapak Taufiqurrahman, S.Psi., MA., selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan arahan, saran, nasihat, motivasi dan banyak kebaikan kepada penulis. Terima kasih karena telah memberikan semangat kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog Selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
6. Seluruh dosen dan staff Fakultas psikologi Universitas Merdeka Malang, terima kasih karena sudah memberikan kesan baik, pelajaran, dan pengalaman berharga yang sangat berarti bagi penulis.

7. Putri Galuh Tantri Indah Sari, adik saya tercinta, terimakasih karena telah memberikan dukungan, kebahagiaan, terimakasih sudah menjadi tempat ternyaman untuk pulang.
8. Terimakasih untuk pacar saya saat ini Fitriya Nabila yang memberikan dukungan dan semangat selama mengerjakan skripsi.
9. Terimakasih untuk kedua teman saya Hisyam Firmansyah dan Gabriel yang menemani dan membantu saya dalam pemikiran, yang membuat saya berfikir lebih luas
10. Terimakasih untuk Ersha Akbar dan Wahyu Ramdhan yang menemani dan menghibur saya, selalu menjadi tempat bercerita dan berbincang.
11. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu, yang telah membantu secara langsung maupun tidak langsung 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 doing 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. I wanna thank me for tryna do more right than wrong, I wanna thank me for just being me at all this time.*

Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan yang telah diberikan dengan limpahan rahmat dan keberkahan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, karunia, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Penerimaan Diri Perempuan Pasca Perceraian” ini. Shalawat serta salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, suri teladan bagi umat manusia.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada jenjang strata satu (S1). Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji penerimaan diri pada individu yang mengalami perceraian, serta faktor-faktor yang mempengaruhinya dalam proses adaptasi pasca perceraian.

Maka, dengan penuh rasa hormat dan penghargaan, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak Taufiqurrahman, S.Psi., MA., selaku dosen pembimbing, atas segala bimbingan, arahan, dan dukungan yang telah diberikan selama proses penyusunan skripsi ini. Kehangatan, kesabaran, dan perhatian yang beliau berikan menjadi motivasi besar bagi penulis untuk menyelesaikan karya ini. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih memiliki banyak keterbatasan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan sebagai upaya untuk penyempurnaan di masa mendatang.

Malang, 30 Juli 2025

Ecwa Lintang Nindita

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
MOTTO.....	v
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
INTISARI.....	xv
<i>ABSTRACT</i>	<i>xvi</i>
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Fokus Penelitian.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	3
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	5
A. Perceraian.....	5
1. Pengertian Perceraian.....	5
2. Dampak Perceraian.....	6
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perceraian.....	9
4. Alasan untuk Bercerai.....	11
B. Penerimaan Diri.....	13
1. Pengertian Penerimaan Diri.....	13
2. Faktor-faktor Penerimaan Diri.....	15
3. Aspek Penerimaan Diri.....	18
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri.....	20
5. Karakteristik Individu yang Memiliki Penerimaan Diri.....	23
6. Tahap-tahap dalam Penerimaan Diri.....	25
C. Kerangka Berpikir.....	28
BAB III METODE PENELITIAN.....	29
A. Pendekatan Penelitian.....	29
B. Metode Pengumpulan Data.....	30
C. Responden.....	32
D. Analisa Data.....	33

E. Keabsahan Data	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	35
A. Deskripsi Responden.....	35
1. Responden 1 (Ibu M).....	35
2. Responden 2 (Ibu R)	36
3. Responden 3 (Ibu T).....	36
B. Deskripsi Hasil Wawancara.....	38
1 Responden M.....	38
2 Responden R	39
3 Responden T.....	40
C. Temuan Hasil Penelitian	41
D. Pembahasan	56
BAB V PENUTUP	62
A. Kesimpulan	562
B. Saran.....	563
DAFTAR PUSTAKA.....	66
LAMPIRAN.....	69

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berpikir	28
Gambar 2 Skema Temuan Penelitian.....	55
Gambar 3 Dokumentasi Responden Ibu M.....	95
Gambar 4 Dokumentasi Responden Ibu M.....	96
Gambar 5 Dokumentasi Responden Ibu R.....	97
Gambar 6 Dokumentasi Responden Ibu R.....	97
Gambar 7 Dokumentasi Responden Ibu T.....	98
Gambar 8 Dokumentasi Responden Ibu T.....	98
Gambar 9 Catatan Observasi Ibu T.....	99
Gambar 10 Catatan Observasi Ibu R.....	99
Gambar 11 Catatan Observasi Ibu M.....	100

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Wawancara	70
Lampiran 2 Verbatim	71
Lampiran 3 Horizontalizing.....	86
Lampiran 4 Rekaman Hasil Wawancara.....	95
Lampiran 5 Dokumentasi	95
Lampiran 6 Lembar Pernyataan responden	111
Lampiran 7 Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi.....	115
Lampiran 8 Hasil Turnitin	117
Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup.....	120

Penerimaan Diri Perempuan pasca Perceraian

Ecwa Lintang Nindita

Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

ecwalintang@gmail.com

INTISARI

Fenomena perceraian semakin meningkat di Indonesia, termasuk di Kabupaten Malang, dan mayoritas penggugat berasal dari pihak perempuan. Perceraian bukan hanya mengakhiri status pernikahan, tetapi juga membawa dampak psikologis mendalam bagi perempuan. Penelitian ini bertujuan untuk memahami proses penerimaan diri pada perempuan pasca perceraian. Menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis, penelitian ini melibatkan tiga perempuan yang telah bercerai secara sah di Kabupaten Malang. Teknik pengumpulan data mencakup wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Data dianalisis menggunakan pendekatan deskriptif-interpretatif berdasarkan teori Kubler-Ross. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga responden mengalami lima tahap penerimaan diri: penolakan, kemarahan, tawar-menawar, depresi, dan penerimaan. Faktor pendukung dalam proses penerimaan diri meliputi dukungan sosial, stabilitas ekonomi, serta spiritualitas. Temuan ini menegaskan pentingnya intervensi berbasis komunitas dan dukungan psikososial bagi perempuan pasca perceraian.

Kata kunci: Adaptasi psikologis, emosi, penerimaan diri, perempuan, perceraian

Women's Self-Acceptance after Divorce

Ecwa Lintang Nindita

Faculty of Psychology, Merdeka University, Malang

ecwalintang@gmail.com

ABSTRACT

The phenomenon of divorce has increased in Indonesia, particularly in Malang Regency, where most filings are initiated by women. Divorce is not merely a legal separation but also brings significant psychological impacts, especially for women. This study aims to understand the self-acceptance process in women after divorce. Using a qualitative phenomenological approach, three divorced women residing in Malang Regency were selected as participants. Data were collected through in-depth interviews, observation, and documentation. The analysis followed a descriptive-interpretative approach based on Kubler-Ross' theory. The results indicate that the participants went through five stages of self-acceptance: denial, anger, bargaining, depression, and acceptance. Key factors supporting self-acceptance included social support, economic independence, and spirituality. These findings highlight the need for community-based interventions and psychosocial support for divorced women.

Key word: divorce, emotion, psychological adjustme, self-acceptance, women