



**HUBUNGAN ANTARA ALEXITHYMIA DENGAN
ALTRUISME PADA DEWASA AWAL**

**TUGAS AKHIR
SKRIPSI**

AURELIA NAZIFA FIRANA

46122010193

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
(2026)**



**HUBUNGAN ANTARA ALEXITHYMIA DENGAN
ALTRUISME PADA DEWASA AWAL**

**TUGAS AKHIR
SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**
AURELIA NAZIFA FIRANA
46122010193

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
(2026)**

HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aurelia Nazifa Firana
NIM : 46122010193
Fakultas/Program Studi : Psikologi / Psikologi

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Tugas Akhir berjudul:

“Hubungan Antara *Alexithymia* dengan *Altruisme* pada Dewasa Awal.”

adalah hasil karya saya sendiri, tidak mengandung unsur plagiarisme, pelanggaran hak cipta, atau konten ilegal dalam bentuk apapun dan tidak melanggar hukum atau hak pihak manapun.

Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap pernyataan ini, saya bersedia menanggung seluruh konsekuensi hukum dan membebaskan Universitas Mercu Buana dari segala bentuk tuntutan hukum dan saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 10 Februari 2026



Aurelia Nazifa Firana

PERNYATAAN *SIMILARITY CHECK*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan, bahwa karya ilmiah yang ditulis oleh

Nama : Aurelia Nazifa Firana

NIM : 46122010193

Program Studi : Fakultas Psikologi

dengan judul

“*Hubungan Antara Alexithymia dengan Altruisme pada Dewasa Awal*”, telah dilakukan pengecekan *similarity* dengan sistem Turnitin pada tanggal 2 Desember 2025, didapatkan nilai persentase sebesar 22 %.

Jakarta, 2 Desember 2025

Administrator Turnitin

YAYASAN MENARA BUANA
UNIVERSITAS MERCU BUANA
Denny Dwi Hambodo, S.Ikom

MERCU BUANA

HALAMAN PENGESAHAN

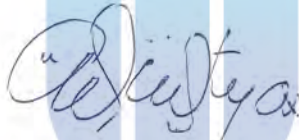
Tugas Akhir ini diajukan oleh:

Nama : Aurelia Nazifa Firana
NIM : 46122010193
Fakultas/Program Studi : Psikologi
Judul Tugas Akhir : HUBUNGAN ANTARA ALEXITHYMIA DENGAN
DENGAN ALTRUISME PADA DEWASA AWAL

Telah berhasil dipertahankan pada sidang tanggal 19 Desember 2025 dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing



Nurul Adiningtyas, M.Psi., Psikolog.
NIDN/NUPT: 0308098203

UNIVERSITAS

Jakarta, 19 Desember 2025

Mengetahui,

MERCU BUANA

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D
NIDN/NUPTK: 0316058002

Ketua Program Studi Psikologi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikologi
NIDN/NUPTK: 0324068701

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini. Penulisan Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Tugas Akhir ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng. selaku Rektor Universitas Mercu Buana
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog. selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Nurul Adiningtyas, M.Psi., Psikolog. selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan Tugas Akhir ini.
5. Bapak Ade Firana dan Ibu Meily Alia Risyah, selaku kedua orang tua saya yang selalu mendukung penuh secara emosional pada tahap skripsi.
6. Frizilia Putri Firana, selaku saudara kandung saya yang telah mendukung secara penuh hingga tak pernah surut, serta menjadi teman pengingat bahwa perjuangan ini tidak pernah dijalani sendirian.
7. Silmi dan Anggrina, selaku sahabat saya yang berjuang bersama dalam proses skripsi hingga tahap proses menuju gelar sarjana menjadi bagian tak terpisahkan dari perjalanan penulis.
8. Yuliya dan Virgie, sahabat kecil saya. Terima kasih hingga kini tetap memberikan dukungan, doa, dan semangat, meskipun waktu dan jarak telah membawa kami pada jalan masing-masing.
9. Kepada teman-teman yang berada di balik layar, yang mungkin tidak selalu terlihat, tetapi selalu hadir melalui doa, perhatian, dan dukungan dalam berbagai bentuk. Peran kalian, sekecil apa pun, sangat berarti dalam menyertai proses penulis hingga tahap ini.
10. Kepada member BTS, Kim Namjoon, Kim Seokjin, Min Yoongi, Jung Hoseok, Park Jimin, Kim Taehyung, Jeon Jungkook secara tidak langsung telah menjadi penyemangat penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.

11. Untuk diri saya sendiri, terima kasih telah tetap berdiri ketika lelah berdiri, tetap percaya ketika ragu datang, dan terus melangkah. Skripsi ini bukan sekadar lembaran kertas, tapi bukti keberanian, kesabaran, dan perjuangan yang hanya diri sendiri yang tahu nilainya.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 10 Februari 2026

Penulis



HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR DI REPOSITORI UMB

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aurelia Nazifa Firana
NIM : 46122010193
Fakultas/Program Studi : Psikologi / Psikologi
Judul Tugas Akhir : Hubungan Antara Laexithymia dengan Altruisme pada Dewasa Awal

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Tugas Akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 10 Februari 2026
Yang menyatakan,
MERCU BUANA



10000
METERAL
UTANG
B7A15ANX299868642

(Aurelia Nazifa Firana)

**HUBUNGAN ANTARA ALEXITHYMIA DENGAN ALTRUISME PADA
DEWASA AWAL
AURELIA NAZIFA FIRANA**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara *alexithymia* dan *altruisme* pada individu dewasa awal di Indonesia. *Alexithymia* merupakan kondisi ketika individu mengalami kesulitan mengenali dan mengekspresikan emosi, sedangkan *altruisme* merujuk pada perilaku menolong yang dilakukan secara sukarela tanpa mengharapkan imbalan. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Partisipan berjumlah 210 dewasa awal yang diperoleh melalui *accidental sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu *Toronto Alexithymia Scale-20* (TAS-20) dan *Generative Altruism Scale* (GALS). Analisis data menggunakan korelasi *Pearson* setelah memenuhi asumsi normalitas. Hasil analisis korelasi *Pearson* menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara *alexithymia* dan *altruisme* ($r = 0,175$; $p = 0,011$), dengan kekuatan hubungan tergolong sangat rendah. Analisis dimensi *altruisme* mengungkap bahwa perilaku menolong langsung dan *altruisme* berbasis pengorbanan diri memiliki korelasi lebih tinggi dengan aspek *alexithymia*, sedangkan niat menolong menunjukkan hubungan rendah atau tidak signifikan. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun terdapat keterbatasan dalam pemrosesan emosi, individu dewasa awal tetap dapat menunjukkan perilaku prososial, kemungkinan dipengaruhi oleh faktor kognitif, norma sosial.

Kata Kunci : *Alexithymia*, *Altruisme*, dewasa awal, perilaku prososial

**HUBUNGAN ANTARA ALEXITHYMIA DENGAN ALTRUISME PADA
DEWASA AWAL
AURELIA NAZIFA FIRANA**

ABSTRACT

This study aims to analyze the relationship between alexithymia and altruism among early adults in Indonesia. Alexithymia refers to a condition in which individuals experience difficulties in identifying and expressing emotions, while altruism denotes voluntary helping behavior performed without expecting any rewards. This research employed a quantitative approach with a correlational design. The participants consisted of 210 early adults selected using accidental sampling. The instruments used were the Toronto Alexithymia Scale-20 (TAS-20) and the Generative Altruism Scale (GALS). Data analysis was conducted using Pearson correlation after meeting the assumption of normality. The results of the Pearson correlation analysis revealed a significant positive relationship between alexithymia and altruism ($r = 0.175$; $p = 0.011$), with the strength of the relationship categorized as very weak. Further analysis of altruism dimensions showed that direct helping behavior and self-sacrificial altruism had higher correlations with aspects of alexithymia, whereas helping intention demonstrated a low or non-significant relationship. These findings indicate that despite limitations in emotional processing, early adults are still capable of exhibiting prosocial behavior, which may be influenced by cognitive factors and social norms.

Keywords: alexithymia, altruism, early adulthood, prosocial behavior

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	0
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN SURAT KETERANGAN HASIL UJI TURNITIN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH DI REPOSITORI UMB.....	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Perumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat/Kontribusi Penelitian.....	5
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA/LANDASAN TEORI/KAJIAN PUSTAKA.....	 7
2.1 Alexithymia	7
2.1.1 Definisi alexithymia	7
2.1.2 Aspek-aspek dalam alexithymia.....	9
2.1.3 Faktor yang mempengaruhi alexithymia	9
2.2 Altruisme	10
2.2.1 Definisi altruisme	10
2.2.2 Aspek-aspek dalam altruisme.....	11
2.2.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi altruisme	13
2.3 Penelitian Terdahulu.....	15
2.4 Dinamika Penelitian	20
2.5 Kerangka Berfikir	22
2.6 Hipotesis	23

BAB III METODE/METODOLOGI PENELITIAN/PERANCANGAN..	24
3.1 Desain Penelitian	24
3.2 Populasi dan Sampel.....	24
3.2.1 Populasi	24
3.2.2 Populasi	24
3.3 Definisi Operasional	25
3.3.1 Altruisme	25
3.3.2 Alexithymia.....	25
3.4 Instrumen Penelitian	25
3.4.1 Alat Ukur Alexithymia.....	25
3.4.2 Alat Ukur Altruisme	26
3.5 Validitas dan Realibilitas	27
3.5.1 Validitas	27
3.5.1.1 Validitas Alexithymia	28
3.5.1.2 Validitas Altruisme	29
3.5.2 Realibilitas.....	30
3.5.2.1 Realibilitas Alexithymia	30
3.5.1.2 Realibilitas Altruisme	31
3.6 Analisis Data	31
3.6.1 Analisis Deskriptif.....	31
3.6.2 Analisis Inferensial (Uji Asumsi Klasik dan Uji Hipotesis)	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	33
4.1 Gambaran Umum Subjek	33
4.1.1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	33
4.1.2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia	33
4.1.3 Gambaran Responden Berdasarkan Pendidikan	34
4.1.4 Gambaran Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	34
4.1.5 Gambaran Responden Berdasarkan Domisili	35
4.2 Analisis Deskriptif dan Kategorisasi	35
4.2.1 Analisis Deskriptif.....	35
4.2.2 Kategorisasi Variabel Skor Penelitian.....	36
4.2.2.1 Kategorisasi Variabel Alexithymia.....	36
4.2.2.2 Kategorisasi Variabel Altruisme.....	37
4.3 Uji Asumsi Klasik	37
4.3.1 Uji Normalitas	37
4.4 Uji Hipotesis	37
4.4.1 Uji Korelasi	38
4.4.2 Uji Antar Dimensi	39
4.5 Uji Tambahan	41
4.5.1 Uji Beda Antar Kelompok Demografi	41

4.6 Pembahasan	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	49
5.1 Kesimpulan.....	49
5.2 Keterbatasan Penelitian	49
5.3 Saran	50
5.1.1 Saran Teoritis	50
5.1.2 Saran Praktis.....	50
DAFTAR PUSTAKA.....	52
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu.....	15
Tabel 3.1 Blue Print Instrument Alexithymia	26
Tabel 3.2 Blue Print Instrument Altruisme	27
Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Alexithymia (Aiken's V)	28
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Altruisme (Aiken's V)	29
Tabel 3.5 Hasil Realibilitas Alexithymia	30
Tabel 3.6 Kriteria Nilai Realibilitas	30
Tabel 3.7 Hasil Realibilitas Altruisme	31
Tabel 3.8 Kriteria Nilai Realibilitas	31
Tabel 4.1 Hasil Frekuensi Jenis Kelamin.....	33
Tabel 4.2 Hasil Frekuensi Usia	33
Tabel 4.3 Hasil Frekuensi Pendidikan Terakhir.....	34
Tabel 4.4 Hasil Frekuensi Pekerjaan.....	34
Tabel 4.5 Hasil Frekuensi Domisili	35
Tabel 4.6 Hasil Analisis Deskriptif.....	35
Tabel 4.7 Rumus Kategorisasi Norma Hipotetik	36
Tabel 4.8 Hasil Kategorisasi Alexithymia	36
Tabel 4.9 Hasil Kategorisasi Altruisme	37
Tabel 4.10 Hasil Uji Normalitas	37
Tabel 4.11 Hasil Uji Korelasi.....	38
Tabel 4.12 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi.....	39
Tabel 4.13 Tabel Tingkat Korelasi	40
Tabel 4.14 Hasil Uji Beda Jenis Kelamin	41
Tabel 4.15 Hasil Uji Beda Pendidikan.....	42
Tabel 4.16 Hasil Uji Beda Usia	43
Tabel 4.17 Hasil Uji Beda Domisili.....	43
Tabel 4.18 Hasil Uji Beda Pekerjaan	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.3 Kerangka Berfikir	23
------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Matriks Revisi Sidang	60
Lampiran 2. Kartu Asistensi Tugas Akhir	62
Lampiran 3. Kata Pengantar Form	63
Lampiran 4. Google Form.....	65
Lampiran 5. Skala Pengukuran Alexithymia	65
Lampiran 6. Skala Pengukuran Altruisme	68
Lampiran 7. Hasil Analisis Statistik	69
Lampiran 8. Wawancara Pra-Penelitian.....	76
Lampiran 9. Hasil Uji Turnitin	90
Lampiran 10. Curriculum Vitae	91

