



**HUBUNGAN PENERIMAAN DIRI DENGAN KESEHATAN
MENTAL PENGELOLA UMKM PADA MASA PANDEMI
COVID-19**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program
Sarjana (S1) Pada Program Studi Psikologi**

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**
Novianto Putra Pratama (46118210043)

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

BEKASI

2022

HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Novianto Putra Pratama

NIM : 46118210043

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi : HUBUNGAN PENERIMAAN DIRI DENGAN KESEHATAN MENTAL PENGELOLA UMKM PADA MASA PANDEMI COVID-19

Menyatakan bahwa Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Bekasi, 30 Maret 2023



Novianto Putra Pratama

HALAMAN PENGESAHAN

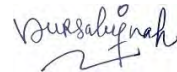
Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Novianto Putra Pratama
NIM : 46118210043
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Penerimaan Diri Dengan Kesehatan Mental
Pengelola Umkm Pada Masa Pandemi Covid-19

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagaibagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Nursakinah Oktaviana
Sasmita, M.SiNIDN : 0310108704
Ketua Penguji : Rizki Dawanti,
M.Psi., PsikologNIDN : 0308098204
Penguji : Agustini, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0308087008



UNIVERSITAS
MERCU BUANA
Jakarta, 23 Februari 2023
Mengetahui,

Dekan



Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D

Ketua Program Studi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan untuk :

Kedua orang tua, adik, dan keluarga besar saya

Teman-teman saya

Teman-teman mahasiswa di Fakultas Psikologi Kranggan angkatan 2018

Dan semua pihak yang telah mendukung saya baik secara moril maupun materil



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya yang tidak terhingga hingga saat ini, penulis dapat menyelesaikan karya TA dengan judul “Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Kesehatan Mental Pengelola UMKM Pada Masa Pandemi Covid-19”. Karya TA ini disusun guna memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) pada program studi Psikologi di Universitas Mercu Buana Jakarta. Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, yang telah memberikan kesehatan dan kelancaran untuk menuntaskan seluruh proses pengerjaan TA.
2. Bapak Prof. Dr. Andi Adriansyah, M. Eng, selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog, selaku Kepala Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Ibu Prahastia Kurnia Putri, M.Psi, Psikolog, selaku Sektetaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
6. Ibu Nursakinah Oktaviana Sasmita, M.Si., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah menuntun saya dalam menyelesaikan skripsi saya.
7. Firman Alamsyah Ario Buntaran, M.A., selaku Dosen Reviewer yang telah memberikan penilaian dan feedback bagi proposal skripsi saya.

8. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan mengenai psikologi kepada peneliti selama perkuliahan.
9. Seluruh staff dan civitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
10. Kedua orang tua penulis yang selalu memberikan dukungan secara penuh dan tanpa henti.
11. Reza Adetia Effendi dan Jesslyn Araminta, kedua kakak penulis yang selalu mendukung penulis dalam menyelesaikan skripsi.
12. Muhammad Iqbal Pahlevi dan Chesika Shuwzaura, kedua sahabat penulis yang memberikan dukungan emosional pada penulis.
13. Pandu Rizki Pratama dan Sela Meliana, selaku teman penulis yang memberikan arahan penulis saat mengerjakan tugas akhir.
14. Cafe Tagora yang telah menjadi tempat mencari inspirasi bagi penulis disaat mengerjakan tugas akhir.

Seluruh pihak yang tidak dapat penulis tuliskan namanya satu-persatu, tetapi telah membantu dalam menyelesaikan kegiatan magang hingga proses penulisan laporan.

Semoga Allah SWT membalas kebaikan dan selalu mencurahkan hidayah serta taufikNya, Amin.

Bekasi, 10 Februari 2023

Novianto Putra Pratama

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Novianto Putra Pratama

NIM : 46118210043

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi : HUBUNGAN PENERIMAAN DIRI DENGAN KESEHATAN MENTAL PENGELOLA UMKM PADA MASA PANDEMI COVID-19

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 Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 30 Maret 2023

Yang menyatakan,



Novianto Putra Pratama

ABSTRAK

NAMA : Novianto Putra Pratama
NIM : 46118210043
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Penerimaan Diri Terhadap Kesehatan Mental Pengelolaan UMKM Pada Masa Pandemi Covid-19
Pembimbing : Nursakinah Oktaviana Sasmita, M.Si

Selama masa pandemi Covid-19 perputaran ekonomi menjadi terhambat bahkan cenderung mengalami penurunan. Penurunan jumlah omzet yang cukup signifikan mempengaruhi kesehatan mental dari pengelola UMKM selama pandemi Covid-19. Hal ini juga berkaitan dengan penerimaan diri pengelola UMKM yang menjadi faktor penentu kondisi kesehatan mental. Tujuan penelitian ini untuk melihat ada tidaknya pengaruh antara penerimaan diri terhadap kesehatan mental pengelola umkm pada masa pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Teknik sampling yang digunakan adalah probability sampling dengan jenis pengambilan sample secara acak sederhana. Alat ukur pada penelitian ini menggunakan alat ukur penerimaan diri Elizabeth Shereer berjumlah 28-item dan alat ukur *Positif Mental Health* berjumlah 9-item yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan antara penerimaan diri dengan kesehatan mental dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$).

Kata Kunci : Penerimaan Diri, Kesehatan Mental, Pengelola UMKM yang terdampak oleh pandemi Covid-19.

ABSTRAK

NAMA : Novianto Putra Pratama
NIM : 46118210043
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Penerimaan Diri Terhadap Kesehatan Mental Pengelolaan UMKM Pada Masa Pandemi Covid-19
Pembimbing : Nursakinah Oktaviana Sasmita, M.Si

During the Covid-19 pandemic, the economic cycle was hampered and even tended to decline. The decrease in turnover which was quite significant affected the mental health of MSMEs during the Covid-19 pandemic. This is also related to the self-acceptance of MSMEs, which is a determining factor for mental health conditions. The purpose of this study was to see whether there was an influence between self-acceptance on the mental health of MSMEs during the Covid-19 pandemic. This research uses quantitative methods. The sampling technique used is probability sampling with simple random sampling. The measuring instrument in this study used the 28-item Elizabeth Shereer self-acceptance measuring instrument and the 9-item Positive Mental Health measuring instrument which has been adapted into Indonesian. The results of this study indicate that there is a significant influence between self-acceptance and mental health with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$)

Keywords: Self-Acceptance, Mental Health, MSMEs affected by the Covid-19 pandemic.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	x
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	8
1.3. Tujuan Penelitian	9
1.4. Manfaat Penelitian	9
BAB II	10
TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Kesehatan Mental	10
2.1.1 Definisi Kesehatan Mental	10

2.1.2	Aspek-Aspek Kesehatan Mental	11
2.1.3	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental.....	11
2.2.	Penerimaan Diri	18
2.2.1.	Definisi Penerimaan Diri	18
2.2.2.	Aspek-Aspek Penerimaan Diri.....	19
2.2.3.	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penerimaan Diri.....	20
2.3.	Usaha Mikro Kecil dan Menengah (UMKM)	23
2.3.1.	Definisi Usaha Mikro Kecil dan Menengah (UMKM).....	23
2.3.2.	Ciri-ciri Usaha Mikro Kecil dan Menengah (UMKM)	23
2.4.	Penelitian Terdahulu	25
2.5.	Kerangka Berpikir	29
2.6.	Hipotesis.....	30
BAB III	31
METODE PENELITIAN	31
3.1.	Desain Penelitian	31
3.2.	Definisi Operasional Variabel	31
3.3.	Populasi dan Sample.....	32
3.3.1.	Populasi	32
3.3.2.	Sampel	32
3.3.3.	Teknik Sampling.....	33
3.4.	Metode dan Instrumen Penelitian.....	33

3.4.1. Metode Pengumpulan Data	33
3.4.2. Skala Kesehatan Mental	34
3.4.3. Skala Penerimaan Diri.....	36
3.4.4. Skoring.....	38
3.5. Analisis Data	38
3.5.1. Uji Hipotesis.....	38
BAB IV	42
HASIL DAN PEMBAHASAN	42
4.1. Gambaran Umum Subjek.....	42
4.1.1. Berdasarkan Jenis Kelamin	42
4.1.2. Berdasarkan Usia	43
4.1.3. Berdasarkan Suku	44
4.1.4. Berdasarkan Agama.....	45
4.2. Analisis Deskriptif.....	46
4.2.1. Uji Analisis Deskriptif	46
4.2.2. Kategorisasi Penerimaan Diri.....	47
4.2.3. Kategorisasi Kesehatan Mental	48
4.3. Uji Asumsi Klasik.....	49
4.3.1. Uji Normalitas.....	49
4.3.2. Uji Linearitas	49
4.4. Uji Heteroskedastisitas	50

4.5. Analisis Regresi Linear Sederhana	51
4.6. Pembahasan	53
BAB V.....	58
KESIMPULAN DAN SARAN	58
5.1. Kesimpulan	58
5.2. Keterbatasan Penelitian	58
5.3. Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN	64



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Blue Print Skala Kesehatan Mental.....	35
Tabel 3.2	Blue Print Skala Penerimaan Diri	36
Tabel 3.3	Petunjuk Skoring.....	38
Tabel 4.1	Kelamin Subjek.....	42
Tabel 4.2	Usia Subjek	43
Tabel 4.3	Suku Subjek.....	44
Tabel 4.4	Agama Subjek	45
Tabel 4.5	Hasil Uji Analisis Deskriptif.....	46
Tabel 4.6	Kategorisasi Penerimaan Diri.....	47
Tabel 4.7	Kategorisasi Kesehatan Mental.....	48
Tabel 4.8	Hasil Uji Normalitas	49
Tabel 4.9	Hasil Uji Linearitas	50
Tabel 4.10	Hasil Uji Heteroskedastisitas	51
Tabel 4.11	Hasil Uji Regresi Linear Sederhana.....	51
Tabel 4.12	Hasil Uji R Square.....	52
Tabel 4.13	Hasil Uji Korelasi.....	52

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1: KUISIONER PENELITIAN	644
LAMPIRAN 2: UJI VALIDITAS DAN UJI RELIABILITAS	699
LAMPIRAN 3: EXPERT JUDGEMENT	74
A. Latar Belakang Penyusunan Alat Ukur	76
B. Definisi Konseptual	766
C. Definisi Operasional	77
D. Dimensi /ASPEK/INDIKATOR Konstruk	77
E. Blue Print Alat Ukur	77
A. Kata Pengantar Tes	78
B. Petunjuk Pengisian	78
C. Penilaian tentang Penurunan Konstruk	78
D. Saran Pengembangan secara Keseluruhan	81
F. Latar Belakang Penyusunan Alat Ukur	83
G. Definisi Konseptual	83
H. Definisi Operasional	83
I. Dimensi /ASPEK/INDIKATOR Konstruk	83
J. Blue Print Alat Ukur	84
D. Kata Pengantar Tes	86
E. Petunjuk Pengisian	86

F. Penilaian tentang Penurunan Konstruk	86
Saran Pengembangan secara Keseluruhan	90
LAMPIRAN 4: HASIL UJI ANALISIS DESKRIPTIF	92
LAMPIRAN 5: HASIL UJI ASUMSI KLASIK	94
LAMPIRAN 6: HASIL UJI HIPOTESIS	98



UNIVERSITAS
MERCU BUANA