



**HUBUNGAN *ALEXITHYMIA* DENGAN KECEMBURUAN
PADA PASANGAN YANG SUDAH TERJALIN KURANG
LEBIH 2 TAHUN**

SKRIPSI

**NADYA NAQIYA
46120010133**

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

FAKULTAS PSIKOLOGI/PROGRAM SARJANA

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2025



**HUBUNGAN *ALEXITHYMIA* DENGAN KECEMBURUAN
PADA PASANGAN YANG SUDAH TERJALIN KURANG
LEBIH 2 TAHUN**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana
Psikologi dari Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana

NADYA NAQIYA

46120010133

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

FAKULTAS PSIKOLOGI/PROGRAM SARJANA

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2025

HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nadya Naqiya

NIM : 46120010133

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan antara *Alexithymia* dengan Kecemburuan pada pasangan yang sudah terjalin kurang lebih 2 tahun.

Menyatakan bahwa Skripsi 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 Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 28 Febuari 2025



HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Nadya Naqiya

NIM : 46120010133

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan antara Alexithymia dengan Kecemburuan pada Pasangan Yang Sudah Terjalin Kurang Lebih 2 Tahun

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

Disahkan oleh:

Pembimbing : Nurul Adiningtyas, M.Psi., Psikolog

NIDN : 0308098203

()

Ketua Penguji : Dr. Arie Suciyana Sriyanto, M.Si.

NIDN : 0311107804

()

Penguji 1 : Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog

NIDN : 1021118602


()

UNIVERSITAS
MERCU BUANA
Jakarta, 13 Februari 2025
Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi


Laila Meiyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi


Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya pada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi penulis yang berjudul “Hubungan *Alexithymia* dengan Kecemburuan pada Pasangan Yang Sudah Terjalin Kurang Lebih 2 Tahun”. Skripsi ini adalah salah satu syarat yang harus dipenuhi oleh mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta untuk memperoleh gelar Sarjana (S.Psi). Skripsi ini dapat selesai dengan adanya kerja sama, bantuan, dan saran dari berbagai pihak. Berkaitan dengan hal tersebut, penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. DR. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng. selaku Rektor Universitas Mercu Buana Jakarta.
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah W, Ph. D. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
4. Ibu Nurul Adiningtyas, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing yang selalu memberikan bimbingan, dukungan, saran, dan masukan kepada penulis sehingga penelitian ini menjadi lebih baik.
5. Ibu Ade Ubaidah, selaku Dosen reviewer dalam seminar proposal saya yang telah memberikan saran dan kritik untuk membangun penelitian ini menjadi lebih baik.
6. Ibu Dr. Arie Suciyana Sriyanto, M.Si dan Ibu Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Penguji Tugas Akhir terimakasih atas masukan dan arahannya.
7. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Mercu Buana yang telah memberikan pengetahuan dan berbagai bantuan kepada penulis selama masa studi.
8. Kepada orang tua tercinta. Bapak Dini Firman Nurdin dan Ibu Ade Sri Redzeki terimakasih selalu ada untuk penulis, selalu memberikan kasih sayang dengan penuh cinta dan selalu mendoakan setiap harinya tanpa henti demi kemudahan dan kelancaran penulis dalam menjalankan perkuliahan,

mendengarkan keluh kesah, selalu memberikan dukungan dan semangat, bekerja dan berjuang tanpa lelah.

9. Kepada kakak tesayang, Tete Alya, Kak Topik, Uni, dan Mba Amel terimakasih selalu ada, selalu membantu dan mendukung, memberikan semangat dan kebahagiaan, mendengarkan keluh kesah selama menjalani masa skripsi, menasihati, selalu menyangi dan selalu mendoakan yang terbaik untuk penulis. Terimakasih sudah memberikan warna kehidupan kepada penulis.
10. Kepada ponakan dan adik saya, Haura, Tisha dan Thalita yang selalu menjadi penyemangat dan memberikan kebahagiaan kepada penulis.
11. Eggi Sena Kusnadi, terimakasih selalu ada untuk penulis, memberikan motivasi dan semangat tiap harinya, memberikan dukungan serta motivasi agar dapat menyelesaikan masa skripsi ini, dan mendengarkan keluh kesah. Terimakasih telah memberikan kebahagiaan dan menjadi bagian dari perjalanan penulis.
12. Teman seperjuangan bimbingan, Aini, Thenalis, Ame, Audri, dan Igan, terimakasih sudah saling mendukung, membantu, memberikan masukan dan berjuang sama-sama selama bimbingan skripsi.
13. Davina, Audri, dan Vanya, terimakasih untuk 4 tahunnya selama masa perkuliahan dan masa skripsi, selalu mendengarkan keluh kesah, terimakasih selalu ada dan membantu, memberikan dukungan, arahan, dan memberikan kebahagiaan untuk penulis.
14. Kepada sahabat SMP saya, Aqilla Salma, Octaria Marsha, dan Galuh Tirta Ayu. Terimakasih selalu memberikan semangat, dukungan selama proses skripsi, terimakasih sudah memberikan kebahagiaan dan warna dalam kehidupan penulis.
15. Kepada sahabat SMA saya, Putri Farissa Susandi, Kemuning, Della Carissa, Devi Sawitri, Rika Triana, dan Ahmad Muhyi. Terimakasih sudah memberikan dukungan, dan semangat kepada penulis selama proses skripsi, terimakasih sudah memberikan kebahagiaan dalam kehidupan penulis.

16. Kepada sahabat saya, Falia yang tiada hentinya memberikan semangat dan dukungan kepada saya, memberikan masukan, dan selalu mendengar keluh kesah. Terimakasih sudah memberikan warna dalam kehidupan penulis.
17. Kepada diri sendiri, terimakasih sudah bertahan sampai sejauh ini, sudah kuat, sabar, berani dalam mencoba dan menghadapi segala tantangan yang pernah dilewati. Terakhir, terimakasih karena tidak mudah menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dan telah menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin.
18. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu, terimakasih sudah membantu penulis. Semoga kebailan kalian dibalas oleh Tuhan Yang Maha Esa.

Jakarta, Februari 2025

Nadya Naqiya



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

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

Nama : Nadya Naqiya
NIM : 46120010133
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan antara *Alexithymia* dengan Kecemburuan pada Pasangan yang Sudah Terjalin Kurang Lebih 2 Tahun

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 Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 28 Februari 2025

Yang menyatakan,


(Nadya Naqiya)

ABSTRAK

Nama : Nadya Naqiya
NIM : 46120010133
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan *Alexithymia* dengan Kecemburuan pada Pasangan Yang Sudah Terjalin Kurang Lebih 2 Tahun
Pembimbing : Nurul Adiningtyas, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Alexithymia didefinisikan sebagai ketidakmampuan atau kesulitan dalam mengidentifikasi dan mengungkapkan perasaan, yang dapat memengaruhi hubungan interpersonal, termasuk hubungan pasangan. Kecemburuan merupakan emosi yang muncul akibat ketakutan atau kekhawatiran terhadap ancaman terhadap hubungan, yang dapat dipicu oleh kurangnya keterampilan dalam mengelola emosi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan Teknik *Pearson Product Moment* untuk melihat hubungan antara tingkat *Alexithymia* dan kecemburuan pada pasangan. Pengambilan sampel dilakukan dengan Teknik *non-probability sampling* dan memperoleh sampel sebanyak 203. Alat ukur yang digunakan adalah *Toronto Alexithymia Scale* (TAS-20) untuk mengukur tingkat *Alexithymia* dan *Multidimensional Jealousy Scale* untuk mengukur tingkat kecemburuan. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *Alexithymia* dengan kecemburuan, yang artinya semakin tinggi tingkat *Alexithymia* maka akan semakin tinggi juga tingkat kecemburuan begitu juga sebaliknya.

Kata Kunci: *Alexithymia*, Kecemburuan pada Pasangan.

ABSTRACT

Nama : Nadya Naqiya
NIM : 46120010133
Study Program : *Psychology*
Title Dissertation Report : *The Relationship between Alexithymia and Jealousy in Couples Who Have Been Engaged for Approximately 2 Years*
Concelor : Nurul Adiningtyas, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Alexithymia is defined as the inability or difficulty in identifying and expressing feelings, which can affect interpersonal relationships, including couple relationships. Jealousy is an emotion that arises from fear or concern about threats to the relationship, which can be triggered by a lack of skills in managing emotions. This study uses a quantitative approach with the Pearson Product Moment Technique to see the relationship between the level of alexithymia and jealousy in couples. Sampling was done with non-probability sampling technique and obtained a sample of 203. The measuring instrument used is the Toronto Alexithymia Scale (TAS-20) to measure the level of Alexithymia and the Multidimensional Jealousy Scale to measure the level of jealousy. The results showed a significant relationship between Alexithymia and jealousy, which means that the higher the level of Alexithymia, the higher the level of jealousy and vice versa.

Keywords: *Alexithymia, Jealousy in Couples.*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vii
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
BAB II.....	7
LANDASAN TEORI.....	7
2.1 Kecemburuan	7
2.1.1 Definisi Kecemburuan	7
2.1.2 Aspek-aspek Kecemburuan.....	7
2.1.3 Faktor-faktor kecemburuan.....	8
2.1.4 Dampak Kecemburuan.....	9
2.2 <i>Alexithymia</i>	9
2.2.1 Definisi <i>Alexithymia</i>	9
2.2.2 Aspek-Aspek <i>Alexithymia</i>	10
2.2.3 Dampak-Dampak <i>Alexithymia</i>	10
2.2.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Alexithymia</i>	11
2.3 Penelitian Terdahulu	12

2.5 Hipotesis Penelitian.....	17
BAB III	18
METODE PENELITIAN.....	18
3.1 Desain Penelitian.....	18
3.2 Subjek Penelitian.....	18
3.2.1 Populasi dan Sampel	18
3.2.2 Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.....	19
3.2.3 Metode dan Alat Pengumpulan Data	19
3.3 Definisi Operasional.....	19
3.3.1 Kecemburuan	19
3.3.2 <i>Alexithymia</i>	19
3.4 Instrumen Penelitian.....	20
3.4.1 Alat Ukur Kecemburuan	20
3.4.2 Alat Ukur <i>Alexithymia</i>	20
3.5 Uji Validitas dan Reliabilitas	21
3.5.1 Uji Validitas	21
3.5.2 Uji Reliabilitas	23
3.6 Analisis Data	24
3.6.1 Analisis Deskriptif	24
3.6.2 Uji Normalitas	24
3.6.3 Uji Korelasi	25
BAB IV	26
PEMBAHASAN	26
4.1 Gambaran Umum	26
4.1.1 Persebaran Data Jenis Kelamin Responden	26
4.1.2 Persebaran Data Usia Responden	26
4.1.3 Persebaran Data Domisili.....	27
4.1.4 Data Persebaran Pekerjaan	27
4.1.5 Data Persebaran Lama Berpacaran	28
4.2 Deskriptif Ststistik.....	28
4.3 Uji Normalitas	32
4.4 Uji Linearitas.....	33

4.5 Uji Homogenitas	33
4.6 Uji Hipotesis	34
4.7 Uji Tambahan.....	34
4.7.1 Hasil Uji Korelasi Antar Aspek dan Dimensi.....	34
4.7.2 Uji Beda	36
4.9 Pembahasan.....	38
BAB V.....	44
PENUTUP.....	44
5.2.1 Saran Teoritis	44
5.2.2 Saran Praktis	45
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN.....	50



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR TABEL

Tabel 2.3 Penelitian Terdahulu	12
Tabel 3.1 Blue Print Multidimensional Jealousy	20
Tabel 3.2 Blue Print Toronto Alexithymia Scale (TAS-20)	21
Tabel 3.3 Hasil Item <i>Alexithymia</i>	22
Tabel 3.4 Hasil Item Kecemburuan	22
Tabel 3.5 Hasil Uji Reliabilitas <i>Alexithymia</i>	23
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Kecemburuan	24
Tabel 4.1 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Data Demografi	26
Tabel 4.2 Analisis Deskriptif	26
Tabel 4.3 Panduan Kategori Tingkatan	27
Tabel 4.4 Panduan Kategori Tingkatan <i>Alexithymia</i>	27
Tabel 4.5 Uji Kategori <i>Alexithymia</i>	28
Tabel 4.6 Panduan Kategori Tingkatan Kecemburuan	29
Tabel 4.7 Uji Kategori Kecemburuan	32
Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas Kolmogrov Smirnov	32
Tabel 4.9 Hasil Uji Linearitas <i>Alexithymia</i> dan Kecemburuan	33
Tabel 4.10 Hasil Uji Homogenitas	33
Tabel 4.11 Hasil Uji Hipotesis	34
Tabel 4.12 Hasil Uji Korelasi Antar Aspek dan Dimensi	35
Tabel 4.13 Hasil Uji Korelasi Antar Variabel dan Dimensi	36
Tabel 4.14 Hasil Uji Beda melalui t-Test pada Usia, Jenis Kelamin, dan Lamanya berpacaran	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....	17
-----------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Daftar Item Alat Ukur.....	50
Lampiran 2 Kuesioner Alexithymia.....	51
Lampiran 3 Kuesioner Kecemburuan	52
Lampiran 4 Hasil Uji Olah Data Penelitian	55
Lampiran 5 Hasil Uji Plagiatrisme.....	67

