

**HUBUNGAN *SELF AFFIRMATION* (AFIRMASI DIRI) DENGAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS REMAJA PUTRI DI PONDOK
PESANTREN AL-MAHRUSIYAH III NGAMPEL KOTA KEDIRI**

SKRIPSI

Ditulis untuk memenuhi sebagai persyaratan guna memperoleh
gelar Sarjana Psikologi Islam (S.Psi)



Disusun Oleh:

MARSHANDA DEWI ANINGTYAS

NIM. 21104083

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SYEKH WASIL KEDIRI**

2025

**HUBUNGAN *SELF AFFIRMATION* (AFIRMASI DIRI) DENGAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS REMAJA PUTRI DI PONDOK
PESANTREN AL- MAHRUSIYAH III NGAMPEL KOTA KEDIRI**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri
untuk memenuhi salah satu persyaratan
dalam menyelesaikan Program Sarjana

MARSHANDA DEWI ANINGTYAS

NIM. 21104083

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SYEKH WASIL KEDIRI

2025

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN *SELF AFFIRMATION* (AFIRMASI DIRI) DENGAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS REMAJA PUTRI DI PONDOK
PESANTREN AL-MAHRUSIYAH III NGAMPEL KOTA KEDIRI**

**MARSHANDA DEWI ANINGTYAS
NIM. 21104083**

Disetujui oleh:

Pembimbing I



Gasmin, M.A

NIP : 19720615 200003 1 004

Pembimbing II



Yuli Darwati, M.Si

NIP : 19730704 200501 2 003

NOTA DINAS

Nomor :
Lampiran : 4 (empat) berkas
Hal : Bimbingan Skripsi

Kediri, 27 Oktober 2025

Kepada
Yth, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri
Di
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Marshanda Dewi Aningtyas
NIM : 21104083
Judul : Hubungan *Self affirmation* (Afirmasi Diri) Dengan Kesejahteraan Psikologis Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al-Mahrusiyah III Ngampel Kota Kediri

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsinya telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S1).

Bersama ini terlampir satu berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat diujikan dalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Tasmin, M.A

NIP : 19720615 200003 1 004

Pembimbing II



Yuli Darwati, M.Si

NIP : 19730704 200501 2 003

NOTA PEMBIMBING

Nomor :
Lampiran : 4 (empat) berkas
Hal : Bimbingan Skripsi

Kediri, 13 November 2025

Kepada
Yth, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri
Di
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

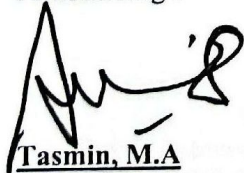
Nama : Marshanda Dewi Aningtyas
NIM : 21104083
Judul : Hubungan *Self affirmation* (Afirmasi Diri) Dengan Kesejahteraan Psikologis Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al-Mahrusiyah III Ngampel Kota Kediri

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, sesuai dengan beberapa petunjuk dan tuntunan yang telah diberikan dalam sidang munaqosah, kami dapat menerima dan menyetujui hasil perbaikannya.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Tasmin, M.A
NIP : 19720615 200003 1 004

Pembimbing II



Yuli Darwati, M.Si
NIP : 19730704 200501 2 003

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN *SELF AFFIRMATION* (AFIRMASI DIRI) DENGAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS REMAJA PUTRI DI PONDOK
PESANTREN AL-MAHRUSIYAH III NGAMPEL KOTA KEDIRI**

MARSHANDA DEWI ANINGTYAS

NIM. 21104083

Telah diujikan di depan Sidang Munaqasah
Institut Agama Islam Negeri Kediri
Pada Tanggal 13 November 2025

Tim Penguji,

1. Penguji Utama

Prof. Dr. KH. A. Halil Thahir, M.HI

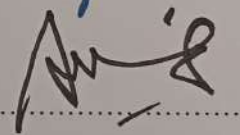
NIP. 19711121 200501 1 006

(..........)

2. Penguji I

Tasmin, M.A

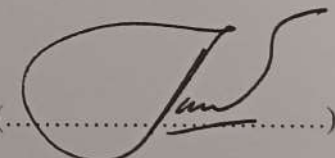
NIP. 19720615 200003 1 004

(..........)

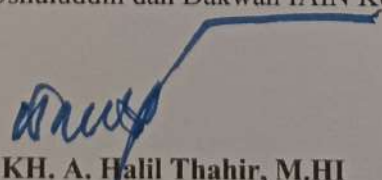
3. Penguji II

Yuli Darwati, M.Si

NIP. 19730704 200501 2 003

(..........)

Kediri, 13 November 2025
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri


Prof. Dr. KH. A. Halil Thahir, M.HI

NIP. 19711121 200501 1 006

HALAMAN MOTTO

“ Entah kamu berpikir bisa atau kamu tidak bisa, kamu tetap benar.”

- Henry Ford-

“ Kamu tidak bisa bergerak maju dengan pemikiran-pemikiran yang menahanmu.”

-Vex King-

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَن تَقْوِيمٍ

“Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.”

-Q.S At-Tin (95:4)-

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Marshanda Dewi Aningtyas

NIM : 21104083

Program Studi : Psikologi Islam

Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah

Menyatakan dengan sungguh-sungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis dengan judul **"Hubungan *Self Affirmation* (Afirmasi Diri) Dengan Kesejahteraan Psikologis Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al-Mahrusiyah III Ngampel Kota Kediri"** adalah benar-benar tulisan saya, dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian maupun keseluruhan.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil dari plagiasi, baik sebagian maupun keseluruhan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut dengan ketentuan yang berlaku.

Kediri, 20 Oktober 2025
nembuat pernyataan



MARSHANDA DEWI ANINGTYAS
NIM. 21104083

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah Rabbil Alamin, Dengan mengucapkan rasa syukur kepada Allah SWT atas limpahan rahmat, hidayah serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Agung Muhammad SAW. Semoga kita termasuk umat yang mendapatkan syafa'atnya kelak di hari akhir. Dengan ini, penulis mempersembahkan skripsi ini kepada semua pihak yang membantu dalam menyelesaikan skripsi ini:

1. Teruntuk kedua orang tua penulis. Bapak Henri Susanto dan Ibu Heny Wahyuni yang sangat penulis sayangi. Skripsi ini dipersembahkan khusus sebagai bentuk balasan kepada kedua orangtua penulis. Berkat do'a, dukungan dan kasih sayang yang tidak lepas dari pengorbanan beliau berikan sampai detik ini. Sehingga penulis dapat menyelesaikan studi ini dengan baik.
2. Teruntuk adik penulis, Akbar Hafiz Bahtiar dan Atharauf Abil Faridan, karena senantiasa mendukung dan mendoakan penulis dalam tiap perjalanan penulis dalam mendapatkan gelar ini. Berkat canda tawamu yang memberi penulis motivasi untuk pantang menyerah.
3. Teruntuk sepupuku tercinta, Amalia Nova Rahmadina, karena telah menemani dan memberikan dukungan emosional kepada penulis selama melalui berbagai rintangan dalam menyusun skripsi ini. Berkat kehadiranmu yang selalu kenangan manis, cerita seru dan kebersamaan yang selalu hangat walaupun jarang bertemu membuat penulis selalu semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

ABSTRAK

MARSHANDA DEWI ANINGTYAS. Dosen Pembimbing (1) Tasmin, M.A dosen pembimbing (2) Yuli Darwati, M.Si. Hubungan Antara *Self affirmation* Dengan Kesejahteraan Psikologis Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al-Mahrusiyah III Ngampel Kota Kediri. SKRIPSI. Program Studi Psikologi Islam. Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah. Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri. 2025.

Kata Kunci: *Self affirmation*, Kesejahteraan Psikologis, Remaja Putri, Pondok Pesantren

Pondok pesantren Al-Mahrusiyah III Ngampel Kota Kediri merupakan lembaga pendidikan Islam tradisional di Indonesia yang memiliki karakteristik kegiatan yang padat, sistem asrama dan penanaman nilai-nilai religius yang intensif. Pada fase perkembangan, remaja putri di pondok pesantren Al-Mahrusiyah III menghadapi kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru di pondok pesantren. Selain itu, buruknya hubungan dengan teman sebaya, serta enggan terbuka dengan orang lain seringkali membuat remaja putri mengisolasi diri dari teman-temannya. Sehingga kondisi tersebut berpotensi menurunkan kesejahteraan psikologis mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat *Self affirmation* remaja putri, mengetahui tingkat kesejahteraan psikologis remaja putri, mengetahui hubungan antara *Self affirmation* dengan kesejahteraan psikologis remaja putri di Pondok Pesantren Al-Mahrusiyah III Kota Kediri.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan metode korelasional. Populasi penelitian ini mencakup 136 santri putri di Pondok Pesantren Al-Mahrusiyah III Kota Kediri. Sampel penelitian yang digunakan adalah 101 remaja putri kelas VII SMP Al-Mahrusiyah yang dipilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan dua instrumen penelitian yaitu kuesioner atau angket yang mengukur *Self affirmation* dan kesejahteraan psikologis, kemudian data dianalisis dengan menggunakan aplikasi SPSS Versi 26 dengan menggunakan uji analisis deskriptif dan uji korelasi *Pearson Product Moment*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: 1) *Self affirmation* remaja putri berada pada kategori tinggi (54,5%), 2) Kesejahteraan psikologis berada pada kategori tinggi (44,6%), 3) Analisis korelasi menunjukkan hubungan positif dan signifikan antara *Self affirmation* dengan kesejahteraan psikologis ($r = 0,608$; $p < 0,05$). Temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *Self affirmation* dan kesejahteraan psikologis.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah *rabbil'alamin*, Puji Syukur atas kehadiran Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan *Self affirmation* Dengan Kesejahteraan Psikologis Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al-Mahrusiyah III Ngampel Kota Kediri” sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S. Psi) pada Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Universitas Islam Syekh Wasil Kediri. Shalawat serta salam yang senantiasa dihaturkan kepada Nabi Muhammad SAW yang senantiasa di nantikan syafa'atnya pada hari akhir. Dalam penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Wahidul Anam, M.Ag selaku Rektor UIN Syekh Wasil Kediri.
2. Bapak Prof. Dr. KH. A. Halil Thahir, M.HI selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Syekh Wasil Kediri.
3. Ibu Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si selaku Kepala Program Studi Psikologi Islam UIN Syekh Wasil Kediri.
4. Bapak Tasmin, M.A dan Ibu Yuli Darwati, M.Si selaku dosen pembimbing I dan II yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam penyelesaian skripsi.
5. Bapak Henri Susanto, Ibu Heny Wahyuni, serta kedua adik Akbar Hafiz Bahtiar dan Atharauf Abil Faridan. Keluarga besar yang selalu memberikan support dan do'a dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Sahabatku tersayang di bangku kuliah, Erma Arinatul Wahzullah, Santi Aprillia dan Umi Azizah. Terima kasih telah menjadi sahabat yang membersamai segala perjuangan, menjadi penyemangat dikala lelah, pendengar yang baik, berbagi momen berharga serta menjadi selayaknya keluarga bagi penulis.
7. Teman-teman tersayang di Kos Arinda, Ririn Masitoh, Shikita Dina Aryanti dan Maghfira Dwi Izzani Maulania. Terima kasih telah menjadi teman

berbagi cerita dan senantiasa mendukung satu sama lain selayaknya kakak bagi penulis.

8. Indri, Salma, Ziyah, Laily, Helsa dan teman-teman lainnya yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Terima kasih atas dukungan dan perhatian di setiap langkah penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Seluruh teman-teman psikologi angkatan 21, Terima kasih atas waktu berharga yang dilalui selama 4 tahun bersama selama menjalani studi. Semoga suatu hari nanti kita dapat bertemu lagi di masa depan. See you on top, guys.
10. Terima kasih kepada semua pihak yang ikut andil dalam membantu penyelesaian dalam menyusun skripsi ini yang tidak mungkin sebutkan satu-persatu. Semoga amal serta kebaikan dari pihak-pihak terkait mendapat balasan serta kebahagiaan oleh Allah SWT.
11. Untuk diriku, Marshanda Dewi Aningtyas. Terima kasih sudah berjuang dan bertahan sampai sejauh ini walaupun terkadang segalanya tidak selalu berjalan sesuai keinginan. Namun, berbanggalah pada diri sendiri karena semua usaha tidak pernah sia-sia dan terus percaya bahwa di masa depan ada kesuksesan yang menunggu dari hasil semua usahamu.

Akhir kata, semoga Allah SWT senantiasa melipahkan rahmat serta hidayahnya yang tiada batas kepada seluruh pihak yang membantu penyelesaian karya penelitian ini. Aamiin Ya Rabbal 'Alamin.

Kediri, 20 Oktober 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	1
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
NOTA DINAS	iii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
ABSTRAK.....	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Penelitian Terdahulu	8
F. Definisi Operasional.....	16
BAB II LANDASAN TEORI	18
A. Remaja Putri.....	18
B. <i>Self affirmation</i>	19
C. Kesejahteraan Psikologis	23
D. <i>Self affirmation</i> dalam Pandangan Islam.....	27
E. Kesejahteraan Psikologis dalam Pandangan Islam	31
F. Kerangka Teoritis.....	37
G. Hipotesis Penelitian.....	40

BAB III METODE PENELITIAN.....	41
A. Rancangan Penelitian	41
B. Populasi dan Sampel	42
C. Teknik Pengumpulan Data.....	44
D. Instrumen Penelitian.....	45
E. Teknik Analisis data.....	49
BAB IV HASIL PENELITIAN	52
A. Gambaran Umum	52
1. Profil Pondok Pesantren Al-Mahrusiyah III Kediri	52
2. Visi dan Misi Pondok Pesantren Al-Mahrusiyah.....	53
3. Struktur Organisasi	53
B. Uji Validitas Instrumen	54
1. Hasil Uji Validitas Skala <i>Self affirmation</i>	54
2. Hasil Uji Validitas Skala Kesejahteraan Psikologis.....	57
C. Uji Reliabilitas Instrumen	61
D. Uji Deskriptif	63
1. Deskriptif Variabel <i>Self affirmation</i> (X)	63
2. Distribusi Frekuensi Variabel <i>Self affirmation</i> (X).....	64
3. Distribusi Frekuensi Variabel Kesejahteraan Psikologis (Y).....	67
E. Uji Asumsi	70
1. Uji Normalitas	70
2. Uji Linearitas.....	71
F. Uji Hipotesis	73
BAB V PEMBAHASAN	76
1. Tingkat <i>Self affirmation</i> Pada Remaja Putri Pondok Pesantren Al-Mahrusiyah III Kota Kediri	76
2. Tingkat Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Putri Pondok Pesantren Al-Mahrusiyah III Kota Kediri	79
3. Hubungan <i>Self affirmation</i> Dengan Kesejahteraan Psikologis Remaja Putri Pondok Pesantren Al-Mahrusiyah III Kota Kediri	83
BAB VI PENUTUP	89
A. Kesimpulan	89
B. Saran.....	90

DAFTAR PUSTAKA	92
LAMPIRAN.....	97
RIWAYAT HIDUP.....	139

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Deskripsi Responden.....	54
Tabel 4. 2 Hasil Uji Validitas Skala Self affirmation	55
Tabel 4. 3 Blueprint Setelah Uji Validitas Skala Self affirmation.....	56
Tabel 4. 4 Hasil Uji Validitas Skala Kesejahteraan Psikologis	57
Tabel 4. 5 Blueprint Setelah Uji Validitas Skala Kesejahteraan Psikologis.....	59
Tabel 4. 6 Koefisien Reliabilitas.....	61
Tabel 4. 7 Hasil Uji Reliabilitas Skala Self affirmation.....	62
Tabel 4. 8 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kesejahteraan Psikologis.....	62
Tabel 4. 9 Hasil Uji Deskriptif.....	63
Tabel 4. 10 Rumus Perhitungan Kategorisasi	64
Tabel 4. 11 Kategorisasi Self affirmation	65
Tabel 4. 12 Deskriptif Aspek Self Affirmation.....	66
Tabel 4. 13 Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis	68
Tabel 4. 14 Deskriptif Aspek Kesejahteraan Psikologis.....	69
Tabel 4. 15 Hasil Uji Normalitas	71
Tabel 4. 16 Hasil Uji Linearitas	72
Tabel 4. 17 Kategorisasi Kekuatan Hubungan.....	74
Tabel 4. 18 Hasil Uji Korelasi.....	74

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teoritis.....	40
------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian.....	98
Lampiran 2 Surat Balasan Penelitian	99
Lampiran 3 Blueprint Self Affirmation	100
Lampiran 4 Blueprint Kesejahteraan Psikologis.....	101
Lampiran 5 Angket Penelitian	103
Lampiran 6 Tabulasi Data Self Affirmation	110
Lampiran 7 Tabulasi Data Kesejahteraan Psikologis	120
Lampiran 8 Uji Validitas.....	131
Lampiran 9 Uji Deskriptif.....	133
Lampiran 10 Uji Asumsi.....	134
Lampiran 11 Uji Hipotesis	136
Lampiran 12 Daftar Konsultasi Skripsi.....	137