

Okta Ika Lestari (2010). Judul Skripsi : **“Hubungan Antara Kebiasaan Menulis Buku Harian dengan Keterampilan Intrapersonal pada Remaja Akhir”**. Skripsi gelar Sarjana jenjang S1, Surabaya, Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan menulis buku harian dengan keterampilan intrapersonal pada remaja. Remaja adalah saat dimana seseorang mencari identitas diri sampai akhirnya mantap terbentuk saat remaja akhir. Keterampilan intrapersonal adalah kemampuan mengetahui tentang diri, dengan demikian diharapkan remaja dengan keterampilan intrapersonal diri yang tinggi akan memiliki identitas diri yang mantap. Salah satu cara untuk meningkatkan intrapersonal diri adalah dengan menulis buku harian.

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa psikologi Ubaya yang berada pada usia 18-22 tahun yang menulis buku harian. Pengukuran keterampilan intrapersonal dan kebiasaan menulis buku harian dilakukan dengan menggunakan angket yang disebarakan kepada 42 responden yang dipilih berdasarkan teknik sampling purposif-insidental.

Analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis *spearman* dengan hasil $p= 0,249$ yang artinya tidak ada hubungan antara kebiasaan menulis buku harian dengan keterampilan intrapersonal pada remaja akhir. Walaupun perhitungan statistik menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara kedua variabel tersebut, namun secara tabulasi silang menyatakan bahwa dominasi data berada pada responden yang memiliki kebiasaan menulis buku harian tinggi juga memiliki keterampilan intrapersonal yang tinggi pula, hal tersebut terjadi karena kurangnya data dalam penelitian ini. Selain menulis buku harian masih terdapat kegiatan lain yang bisa meningkatkan keterampilan intrapersonal yakni meditasi, membaca buku pengembangan diri dan membuat otobiografi (Armstrong, 1994).

Kata kunci: Buku Harian, Keterampilan Intrapersonal, Remaja