

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA
MAHASISWA YANG SEDANG MENYELESAIKAN
SKRIPSI**

SKRIPSI

**Oleh:
Jeressa Amadina Tambunan
201910515182**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Dukungan Sosial
Dengan *Psychological Well-being*
Pada Mahasiswa Yang Sedang
Menyelesaikan Skripsi

Nama Mahasiswa : Jeressa Amadina Tambunan

Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515182

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 26 Mei 2023

Jakarta, 31 Mei 2023

MENYETUJUI,

Pembimbing I



Dr. Sulistiasih, M.Si.

NIDN. 0330086105

Pembimbing II



Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D.

NIDN. 0026047110

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Dukungan Sosial
Dengan *Psychological Well-being*
Pada Mahasiswa Yang Sedang
Menyelesaikan Skripsi

Nama Mahasiswa : Jeressa Amadina Tambunan

Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515182

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 26 Mei 2023

Jakarta, 2 Juni 2023

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog.

NIDN. 0317128504

Penguji I : Dr. Sulistiasih, M.Si.

NIDN. 0330086105

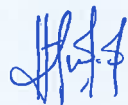
Penguji II : Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D.

NIDN. 0026047110

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi



Yulia Fitriani, S.Psi., M.A.

NIDN. 0314078503



Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D.

NIDN. 0026047110

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-being* pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi” ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan di foto copy melalui perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Saya memberi izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Jakarta, 1 Juni 2023

Yang membuat pernyataan,



Jeressa Amadina Tambunan

NPM. 201910515182

ABSTRAK

Jeressa Amadina Tambunan

201910515182

Hubungan Dukungan Sosial Dengan *Psychological Well-being* Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi

Cukup banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan dan merasakan beban yang cukup besar dalam mengerjakan tugas akhir sehingga membuat mahasiswa merasakan tekanan baru. Mahasiswa kerap kali didesak untuk lulus dengan tepat waktu, dengan sekaligus mempersiapkan tugas akhir berupa skripsi, dan juga persiapan dalam karier yang akan mahasiswa hadapi setelah lulus. Segala tuntutan yang datang dari berbagai pihak serta tugas yang ada sampai akhir perkuliahan, cukup membuat banyak mahasiswa kurang merasakan kesejahteraan dalam hidupnya. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara beberapa tipe dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang sedang menjalani menyelesaikan studi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif, dengan tipe penelitian korelasional, dengan Teknik pengambilan sampel *nonprobability sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa/i tahun Angkatan 2018 dan 2019 Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Hasil penelitian ini adalah Hipotesis Alternatif (HA) dalam penelitian ini diterima dengan hasil koefisien korelasi variabel dukungan sosial memiliki hubungan kuat yang positif dengan variabel *psychological well-being*. Saran yang dapat diberikan bagi para mahasiswa yang sedang menyelesaikan studi diharapkan untuk tetap selalu mementingkan kesejahteraan psikologis, agar meminimalisir dampak negatif dengan beberapa cara seperti bercerita atau meminta bantuan jika diperlukan kepada orang terdekat.

Kata kunci: Dukungan Sosial, *Psychological Well-being*, Mahasiswa, Skripsi

ABSTRACT

Jeressa Amadina Tambunan

201910515182

The Relationship of Social Support with Psychological Well-being in
Students Who Are Completing Their Thesis

Quite a few students have difficulties and feel a considerable burden in doing their final job, which makes students feel new pressure. Students are often urged to pass in a timely manner, while also preparing for the final task for a bachelor's thesis, as well as preparation in a career that students will face after graduation. All the demands that come from various parties and tasks that exist until the end of the course, quite make many students feel less well-being in their lives. The purpose of this study is to find out if there is a significant relationship between some types of social support and psychological well-being in college students who are undergoing their studies. The methods used in this study are quantitative methods, with correlational research types, with nonprobability sampling techniques. The population in this study is students/I years of the 2018 Force and 2019 University of Bhayangkara in Greater Jakarta. The results of this study were that the Alternative Hypothesis (HA) in this study was accepted with the results of the social support variable correlation coefficient having a positive strong relationship with the psychological well-being variable. The advice that can be given to students who are completing their studies is expected to always be concerned with psychological well-being, in order to minimize negative effects in some ways such as telling stories or asking for help if needed to the nearest person.

Keywords: Social Support, Psychological Well-being, College Student, Thesis

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena telah memberikan rahmatnya sehingga penelitian yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Dengan *Psychological Well-being* Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi” ini bisa dilaksanakan dengan baik dari awal, pertengahan, hingga akhir. Penelitian ini tidak luput dari pasang surut emosi dan keadaan yang telah terjadi, namun karena banyaknya do’a, motivasi, serta bantuan yang telah peneliti terima, sehingga sampai akhirnya peneliti mendapatkan kemampuan untuk menyelesaikan penelitian ini. Ucapan terima kasih yang teramat dalam penulis ucapkan kepada:

1. Tuhan Allah, Yesus Kristus, dan Roh Kudus yang tetap selalu memberikan kasih sayang, ampunan serta rahmatnya.
2. Bapak Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sekaligus Dosen Pembimbing dua yang telah memberikan saran dan masukan dalam penelitian ini.
3. Ibu Yulia Fitriani, S.Psi., M.A. selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
4. Ibu Dr. Sulistiasih, M.Si. selaku Dosen Pembimbing satu yang telah meluangkan banyak waktu dan memberikan banyak ilmunya dalam penulisan penelitian ini.
5. Ibu Wahyu Aulia Zalsini M.Psi., Psikolog. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing dan membantu seluruh permasalahan akademik sejak awal perkuliahan.
6. Ibu Timorora Sandha Perdhana, S.Psi., M.Si. selaku penguji seminar proposal saya yang telah memberikan banyak saran serta masukan dalam penelitian ini.

7. Bapak Bilson Tambunan, Ibu Sriyoni dan Raisa Yofanka Tambunan selaku keluarga inti saya tercinta, Barbie selaku peliharaan saya tersayang dan keluarga besar opa Josepus Lahengke selaku keluarga besar saya yang selalu memberikan dukungan apapun yang terjadi
8. Sahabat saya tersayang Friska, Dini, Najya, Wanda, Diva, Arum, Fahrezi, Dimas, Ricky, Yoga, Adit, Annisa, Fernando dan Aji yang selalu menemani dan menghibur saya.
9. Teman perkuliahan terkasih Yolanda, Dinda, Wulan, Inez, Rica, Shalbina, Lovenzky, Danang, dan Rizky yang telah berjuang bersama-sama hingga saat ini.
10. Diri saya sendiri yang akhirnya tetap berjuang dan tidak menyerah dengan kondisi yang tidak selalu kondusif dan yang sangat diluar ekspektasi.

Jakarta, 04 Mei 2023



Jeressa Amadina Tambunan

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	10
1.4.1 Manfaat Teoritis	10
1.4.2 Manfaat Praktis	10
BAB II.....	11
LANDASAN TEORI	11
2.1 Uraian Variabel	11
2.1.1 <i>Psychological Well-being</i>	11
2.1.2 Dukungan Sosial	15
2.2 Hubungan Antar Variabel.....	18
2.3 Hipotesis Penelitian	19
2.4 Kerangka Berpikir.....	20
BAB III	21
METODOLOGI PENELITIAN.....	21
3.1 Tipe Penelitian	21
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....	21

3.3 Definisi Operasional	22
3.3.1 Definisi Operasional <i>Psychological Well-being</i>	22
3.3.2 Definisi Operasional Dukungan Bebas	22
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian	23
3.4.1 Populasi.....	23
3.4.2 Sampel dan Sampling	23
3.5. Teknik Pengambilan Data	24
3.5.1 Instrumen Penelitian	24
3.5.2 Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian	27
3.6 Analisis Data	30
BAB IV.....	31
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	31
4.1 Profil Responden Penelitian.....	31
4.2 Pelaksanaan Penelitian.....	32
4.2.1 Persiapan Penelitian	32
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	33
4.3 Hasil Penelitian	33
4.3.1 Data Deskriptif.....	33
4.3.2 Uji Asumsi	33
4.3.3 Kategorisasi Penelitian	34
4.3.4 Uji Hipotesis	42
4.4 Diskusi dan Pembahasan	43
BAB V	47
PENUTUP	47
5.1 Kesimpulan.....	47
5.2 Saran	47
5.2.1 Saran Teoritis.....	47
5.2.2 Saran Praktis.....	48
Daftar Pustaka	49
LAMPIRAN	53

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Pilihan Jawaban.....	25
Tabel 3.2 Skala Psychological Well-being	25
Tabel 3.3 Skala Dukungan Sosial.....	26
Tabel 3.4 Klasifikasi Indeks Daya Beda Aitem.....	28
Tabel 3.5 Hasil Validitas Psychological Well-being	28
Tabel 3.6 Hasil Validitas Dukungan Sosial	29
Tabel 3.7 Kriteria Reliabilitas.....	30
Tabel 3.8 Hasil Reliabilitas.....	30
Tabel 4.1 Profil Responden Penelitian	31
Tabel 4.2 Data Deskriptif	33
Tabel 4.3 Hasil Uji Normalitas	33
Tabel 4.4 Hasil Uji Linieritas	34
Tabel 4.5 Rumus Kategorisasi	35
Tabel 4.6 Rumus Kategorisasi Skala Psychological Well-being.....	36
Tabel 4.7 Rumus Kategorisasi	39
Tabel 4.8 Hasil Kategorisasi Skala Dukungan Sosial	41
Tabel 4.9 Klasifikasi Kekuatan Korelasi	42
Tabel 4.10 Uji Korelasi	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir Penelitian	20
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 - Riset Mahasiswa	53
Lampiran 2 - Kuesioner Penelitian	54
Lampiran 3 Bukti Penyebaran Kuesioner	55
Lampiran 4 Validitas dan Reliabilitas Skala Dukungan Sosial	57
Lampiran 5 Validitas dan Reliabilitas Skala Psychological Well-being	58
Lampiran 6 Tabel Uji Normalitas	59
Lampiran 7 Hasil Uji Linieritas	60
Lampiran 8 Hasil Uji Kategorisasi	61
Lampiran 9 Hasil Uji Korelasi	62
Lampiran 10 Report Plagiarisme	63
Lampiran 11 Lembar Bimbingan Skripsi	64
Lampiran 12 Butir Item Psychological Well-being	65
Lampiran 13 Butir Item Dukungan Sosial	69