

**HUBUNGAN ANTARA *SELF ESTEEM* DENGAN
KEBAHAGIAAN PADA MAHASISWA UNIVERSITAS
BHAYANGKARA JAKARTA RAYA YANG
MENGALAMI *TOXIC RELATIONSHIP***

SKRIPSI

Oleh :

Dian Fitri Anggraini

201710515030



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2022**

**HUBUNGAN ANTARA *SELF ESTEEM* DENGAN
KEBAHAGIAAN PADA MAHASISWA UNIVERSITAS
BHAYANGKARA JAKARTA RAYA YANG
MENGALAMI *TOXIC RELATIONSHIP***

SKRIPSI

Oleh :

Dian Fitri Anggraini

201710515030



PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA

2022

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Self Esteem Dengan
Kebahagiaan Pada Mahasiswa
Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
Yang Mengalami Toxic Relationship

Nama Mahasiswa : Dian Fitri Anggraeni

Nomor Pokok Mahasiswa : 201710515030

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 25 Januari 2022

Bekasi, 31 Januari 2022

MENYETUJUI,

Pembimbing I

Pembimbing II



(Sarita Candra Merida, M.Psi., Psikolog)

NIDN. 0317018701



(Budi Sarasati, S.KM., M.Si)

NIDN. 0420106702

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Self Esteem Dengan Kebahagiaan Pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Yang Mengalami Toxic Relationship

Nama Mahasiswa : Dian Fitri Anggraeni

Nomor Pokok Mahasiswa : 201710515030

Program Studi/Fakultas : Psikologi / Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 25 Januari 2022

Bekasi, 31 Januari 2022

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Budi Sarasati, S.Km., M.Si
NIDN. 0420106702

Penguji I : Lenny Utama Afriyenti M.Psi., Psikolog
NIDN. 0329048504

Penguji II : Sarita Candra Merida, M.Psi., Psikolog
NIDN. 0317018701

.....
.....
.....

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi

Yulia Fitriani, S.Psi., M.A

NIDN. 0314078503

Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog

NIDN. 0317128504

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul Hubungan Antara *Self Esteem* Dengan Kebahagiaan Pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Yang Mengalami *Toxic Relationship* 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 dikemudian 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 Bhayangkara Jakarta Raya.

Saya memberikan 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.

Bekasi, 31 Januari 2022

Yang membuat pernyataan,



Dian Fitri Anggraeni

201710515030

ABSTRAK

Dian Fitri Anggraini, 201710515030. Hubungan Antara *Self Esteem* Dengan Kebahagiaan Pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Yang Mengalami *Toxic Relationship*.

Abstrak. Kebahagiaan memiliki ciri-ciri yaitu seseorang yang bahagia adalah adanya keterlibatan penuh, relasi positif dan penemuan makna. Kebahagiaan terbentuk adanya relasi positif, penemuan makna dan keterlibatan penuh, juga dipengaruhi oleh *Self Esteem*. Hal ini sesuai dengan salah satu faktor yang mempengaruhi kebahagiaan adalah *Self Esteem*. *Toxic Relationship* terjadi ketika komunikasi yang cenderung satu arah, adanya posesif yang berlebihan bahkan secara detail ingin tahu apa yang dilakukan pasangannya, lebih jauh pada hubungan yang *Toxic*, salah satu pihak tidak diberi kesempatan untuk berkembang menjadi lebih baik. Kekerasan dalam pacaran dapat berdampak baik dari fisik dan juga psikis; seperti dapat menyebabkan luka fisik, dan juga menyebabkan rendahnya *Self Esteem* pada korban. *Self Esteem* dengan Kebahagiaan pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Yang Mengalami *Toxic Relationship*. Tempat peneliti melakukan peneliti yaitu Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang berlokasi di Jl. Perjuangan no.n81, Marga Mulya, Kecamatan Bekasi Utara, Kota Bekasi. Tipe penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan teknik korelasional. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Teknik Non Probability* sampling dengan jenis teknik *Purposive Sampling*. Sampel yang digunakan sebanyak 100 mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan nilai koefisien korelasi antara *Self Esteem* dengan Kebahagiaan sebesar $r = 0,636^{**}$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *Self Esteem* dengan Kebahagiaan. Semakin tinggi *Self Esteem* maka semakin tinggi pula Kebahagiaan, begitupun sebaliknya.

Kata kunci : Kebahagiaan, *Self Esteem*, *Toxic Relationship* Pada Mahasiswa

ABSTRACT

Dian Fitri Anggraini, 201710515030. *The Relationship Between Self Esteem and Happiness in Bhayangkara University Students, Greater Jakarta Who Experience Toxic Relationships.*

Abstract. *Happiness has characteristics, namely someone who is happy is the presence of full involvement, positive relationships and the discovery of meaning. Happiness is formed by positive relationships, discovery of meaning and full involvement, also influenced by Self Esteem. This is in accordance with one of the factors that affect happiness is Self Esteem. Toxic Relationship occurs when communication tends to be one-way, there is excessive possessiveness and even wants to know in detail what the partner is doing, furthermore in a Toxic relationship, one of the parties is not given the opportunity to develop for the better. Violence in dating can have both physical and psychological impacts; such as can cause physical injury, and also cause low Self Esteem on the victim. Self Esteem with Happiness for students of the Psychology Faculty, Bhayangkara University, Greater Jakarta who are experiencing a Toxic Relationship. The place where researchers conduct research is Bhayangkara University, Greater Jakarta, which is located on Jl. Struggle no.n81, Marga Mulya, North Bekasi District, Bekasi City. The type of research used is quantitative research with correlational techniques. The sampling technique used in this study is a non-probability sampling technique with the type of purposive sampling technique. The sample used was 100 students. The results showed that the correlation coefficient between Self Esteem and Happiness was $r = 0.636^{**}$ and $p = 0.000$ ($p < 0.05$). This shows that there is a significant positive relationship between Self Esteem and Happiness. The higher the Self Esteem, the higher the Happiness, and vice versa.*

Keywords : *Happiness, Self Esteem, Toxic Relationship University Students*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur atas ke hadirat Allah SWT, karena dengan berkat rahmat dan karunia-Nya yang berlimpah peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini. Adapun judul penelitian ini adalah “Hubungan Antara *Self Esteem* Dengan Kebahagiaan Pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Yang Mengalami *Toxic Relationship*”, dan tidak lupa saya ucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah ikut serta berkontribusi dalam kelancaran penelitian ini. Laporan penelitian ini dibuat untuk memenuhi salah satu tugas akhir pada mata kuliah skripsi, dan juga sebagian dari syarat-syarat untuk memperoleh gelar Serjana Psikologi di Fakultas Psikologi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Sebelum dan selama penelitian dilaksanakan, penulis memperoleh bimbingan pengarahan dan saran-saran dari banyak pihak, dan dengan segala kerendahan hati pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Mira Sekar Arumi S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya atas kepemimpinannya dan bimbingannya bagi seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Ibu Yulia Fitriani, S.Psi, M.A selaku Ketua Program Studi Psikologi atas bimbingannya bagi seluruh mahasiswa psikologi 2017.
3. Ibu Sarita Candra Merida, M.Psi., Psikolog Dosen Pembimbing Skripsi saya yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan arahan dan bimbingan dalam mengerjakan skripsi dengan penuh kesabaran.
4. Bapak Andreas Corsini Widya, S.Fil., MA selaku dosen pembimbing akademik yang senantiasa membimbing serta mengarahkan saya sebagai anak bimbingan akademik sejak awal studi hingga akhir studi.
5. Ibu Budi Sarasati S.KM, M.Si selaku Ketua Dosen Penguji yang telah memberikan banyak masukan dan saran untuk melengkapi kekurangan dalam skripsi ini.
6. Ibu Lenny Utama Afriyenti, M.Psi., Psikolog selaku sebagai Penguji I (Sekertaris) yang juga telah memberikan masukan dan saran untuk

melengkapi kekurangan dalam skripsi ini.

7. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah memberikan banyak ilmunya dan seluruh staff Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara yang telah membantu dalam kegiatan perkuliahan dan administrasi selama studi.
8. Kedua Orang Tua saya, Ayah Wardi Wiyanto dan Ibu Rohmiyatun yang banyak memberkan dukungan baik berupa moril maupun materil dan yang selalu mendoakan saya hingga bisa sampai di titik ini.
9. Kakak saya Ahmad Patoni dan Adik saya Muhammad Rian Dwi Wiyanto yang telah memberikan dukungan baik secara langsung maupun tidak langsung untuk dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. Wahyu Nur Chomariah, Putri Dewi Sulistyawati, Afiffah Rohadatul'Aisy, Mei Wulan Ningsih, sahabat saya yang telah mendo'akan, dan mendukung dalam penyusunan skripsi ini
11. Nimas Ulfa Dian Nugraha, Syaima Zahra yang selalu menemani dengan senang hati menampung keluh kesah dan memberikan banyak dukungan emosional dalam proses penyelesaian skripsi.
12. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungan dan bantuan secara langsung maupun tidak langsung.

Penulis menyadari masih adanya kekurangan dalam penulisan skripsi ini, baik dari segi materi maupun bahasanya, maka peneliti dengan senang hati menerima segala kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca agar peneliti dapat berkarya lebih baik dimasa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua.

Bekasi, 25 Januari 2022

Dian Fitri Anggraini

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I	
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masala	15
1.3 Tujuan Penelitian.....	15
1.4 Manfaat Penelitian.....	15
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	15
1.4.2 Manfaat Praktis.....	15
1.5 Uraian Keaslian Penelitian	15
BAB II	
TINJAUAN PUSTAKA	19
2.1 Kebahagiaan	19
2.1.1 Definisi Kebahagiaan	19
2.1.2 Aspek-Aspek Kebahagiaan	20
2.1.3 Karakteristik Orang Yang Bahagia	21
2.2 Harga Diri (<i>Self Esteem</i>).....	23
2.2.1 Pengertian Harga Diri.....	23
2.2.2 Aspek-Aspek Harga Diri	24
2.2.3 Ciri-Ciri Harga Diri.....	25

2.2.4 Karakteristik Harga Diri.....	27
2.3 Hubungan Antar Variabel	29
2.5 Hipotesis Penelitian.....	31
BAB III	
METODOLOGI PENELITIAN	32
3.1 Tipe Penelitian.....	32
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian	32
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian	33
3.3.1 Kebahagiaan	33
3.3.2 <i>Self Esteem</i>	33
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian	33
3.4.1 Populasi Penelitian.....	33
3.4.2 Sampel Penelitian	34
3.5 Teknik Pengumpulan Data	34
3.5.1 Instrumen Penelitian	34
3.5.2 Validitas dan Reabilitas	38
3.6 Analisis Data	45
BAB IV	
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
4.1 Gambaran Konteks atau Ruang Lingkup Penelitian	47
4.1.1 Lokasi Penelitian	47
4.1.2 Sampel Penelitian	47
4.2 Pelaksanaan Penelitian	48
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	48
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	49
4.3 Hasil Penelitian.....	49
4.3.1 Uji Asumsi Dasar.....	50
4.3.2 Kategorisasi Subjek Penelitian	51
4.3.3 Uji Hipotesis	56
4.4 Pembahasan.....	57
BAB V	
KESIMPULAN DAN SARAN	60

5.1 Kesimpulan	60
5.2 Saran.....	60
5.2.1 Saran Praktis	60
5.2.2 Saran bagi Penelitian Selanjutnya.....	61
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN.....	65



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Jumlah Kasus KTP Diranah Personal	3
Tabel 1.2 Hasil Wawancara Terhadap Mahasiswa Fakultas Psikologi.....	10
Tabel 3.1 Tabel Alternatif Jawaban	35
Tabel 3.2 Blue Print Skala Kebahagiaan.....	36
Tabel 3.3 Blue Print Skala <i>Self Esteem</i>	37
Tabel 3.4 Klasifikasi Indeks Daya Beda Aitem	39
Tabel 3.5 Hasil Uji Coba Validitas Skala Kebahagiaan	40
Tabel 3.6 Hasil Uji Coba Validitas Skala <i>Self Esteem</i>	42
Tabel 3.7 Klasifikasi Skor Reliabilitas.....	44
Tabel 3.8 Hasil Uji Coba Reliabilitas Skala Kebahagiaan.....	44
Tabel 3.9 Hasil Uji Coba Reliabilitas Skala <i>Self Esteem</i>	45
Tabel 3.10 Klasifikasi Kekuatan Korelasi	46
Tabel 4.1 Deskripsi Subjek	47
Tabel 4.2 Hasil Uji Normalitas	50
Tabel 4.3 Hasil Uji Linearitas Kebahagiaan dengan <i>Self Esteem</i>	51
Tabel 4.4 Kategorisasi Skor Kebahagiaan	53
Tabel 4.5 Hasil Kategorisasi Skor Kebahagiaan.....	53
Tabel 4.6 Kategorisasi Skor <i>Self Esteem</i>	55
Tabel 4.7 Hasil Kategorisasi Skor <i>Self Esteem</i>	55
Tabel 4.8 Hasil Uji Korelasi <i>Spearman</i>	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Hasil Survei Mengenai <i>Self Esteem</i> dan Kebahagiaan.....	6
Gambar 2.1 Kerangka <i>Self Esteem</i> dengan Kebahagiaan	31



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 – Kartu Bimbingan Skripsi	56
Lampiran 2 - Surat Penelitian	68
Lampiran 3 - Butir Aitem Uji Coba Skala Kebahagiaan	69
Lampiran 4 - Butir Aitem Uji Coba Skala <i>Self Esteem</i>	74
Lampiran 5 - Butir Aitem Pengambilan Data Skala Kebahagiaan	79
Lampiran 6 - Butir Aitem Pengambilan Data Skala <i>Self Esteem</i>	83
Lampiran 7 - Screenshoot Uji Coba Menggunakan <i>Google Form</i>	87
Lampiran 8 - Screenshoot Pengambilan Data Menggunakan <i>Google Form</i> ...	88
Lampiran 9 - Coding Pengambilan Data Skala Kebahagiaan.....	89
Lampiran 10 - Coding Pengambilan Data Skala <i>Self Esteem</i>	91
Lampiran 11 - Hasil Uji Reliabilitas dan Validitas Skala Kebahagiaan	94
Lampiran 12 - Hasil Uji Reliabilitas dan Validitas Skala <i>Self Esteem</i>	96
Lampiran 13 - Hasil Uji Kategorisasi Subjek Penelitian	98
Lampiran 14 - Hasil Uji Normalitas, Uji Linearitas, dan Uji Korelasi	99