

**HUBUNGAN ANTARA *PROBLEM FOCUSED COPING*  
DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA *EMERGING  
ADULTHOOD***

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh :  
QORINA CHOIRUN NISA' S  
NB1: 1511900170**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
2022**

**HUBUNGAN ANTARA *PROBLEM FOCUSED COPING*  
DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA *EMERGING  
ADULTHOOD***

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh :  
QORINA CHOIRUN NISA' S  
NB1: 1511900170**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
2022**

## HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini penulis buat atas kesadaran penulis secara penuh tanpa paksaan pihak manapun.

Surabaya, 26 November 2022



Qorina Choirun Nisa' S

NBI: 1511900170

## HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

**NAMA** : QORINA CHOIRUN NISA' S  
**NBI** : 1511900170  
**JUDUL** : HUBUNGAN ANTARA *PROBLEM FOCUSED COPING*  
DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA *EMERGING*  
*ADULTHOOD*

Surabaya, 29 November 2022

Disetujui oleh :

**Dosen Pembimbing I**



**Dr. IGAA Noviekayati, M.Si., Psikolog**

**Dosen Pembimbing II**



**Aliffia Ananta, M.Psi., Psikolog**

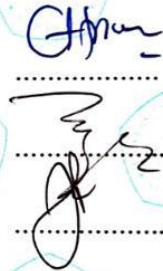
**HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI**

**Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

**Pada Tanggal : 01 Desember 2022**

**Dewan Penguji :**

1. **Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog**
2. **Dr. IGAA Noviekayati, M.Si., Psikolog**
3. **Aliffia Ananta, M.Psi., Psikolog**



**Mengetahui**

**Dekan,**



**Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog**  
**NPP. 20510.02.0552**



UNIVERSITAS  
17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN  
Jl. Semolowaru 45 Surabaya  
Tlp. 031 593 1800 (ex.311)  
Email : perpus@untag-sby.ac.id

## LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Qorina Choirun Nisa' S  
NBI : 1511900170  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : Psikologi  
Jenis Karya : ~~Tugas Akhir/Skripsi/Tesis/Disertasi/Laporan Penelitian/Makalah~~

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)** karya ilmiah saya yang berjudul :

**“Hubungan antara *Problem Focused Coping* dengan *Subjective Well-Being* pada *Emerging Adulthood*”**

Dengan **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)**, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah selama :

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Pada Tanggal : 16 Desember 2022

Yang Menyatakan



(Qorina Choirun Nisa' S)

## HALAMAN MOTTO

*“Do not despair of the mercy of Allah”*

(Az-Zumar:53)

*“Life can be heavy, especially if you try to carry it all at once. Part of growing up and moving into new chapters of your life is about catch and release. What I mean by that is, knowing what things to keep, and what things to release.”*

(Taylor Swift)

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan untuk Abah Sahudi dan Umma Rahmah. Setiap perjalanan dan proses dalam skripsi ini tidak luput dari kekuatan kedua orang tua saya, yaitu doa yang tiada henti dipanjatkan untuk saya, dukungan yang terus menerus membersamai saya dan kasih sayang yang terus mengalir. Terima kasih telah menjadi rumah yang selalu dirindukan setiap saat.



## *CURRICULUM VITAE*

### **A. Identitas Diri**

Nama : Qorina Choirun Nisa' S  
Tempat Lahir : Banyuwangi  
Tanggal Lahir : 16 Agustus 1999  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Alamat : Genteng, Banyuwangi  
Kewarganegaraan : Indonesia  
Email : qorinachoirun@gmail.com  
No.Telepon : 085219586519



### **B. Riwayat Pendidikan**

(2005-2011) : SD Negeri 1 Genteng Wetan  
(2011-2014) : SMP Negeri 3 Genteng  
(2015-2018) : SMA Negeri 2 Sampang  
(2019-Sekarang) : S1 Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

### **C. Riwayat Pekerjaan**

(2020-2022) : Mahasiswa Magang HIMPSI IPPI - Tim Kreatif  
(2022) : Pengurus *Save Street Child* Surabaya - Divisi Pendidikan

### **D. Kemampuan**

1. *Writing*
2. *Leadership*
3. *Creativity*
4. Administrasi Alat Tes Psikologi
5. *Ms. Office (Word, Power Point)*

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan segala nikmat, rahmat, serta karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara *Problem Focused Coping* dengan *Subjective Well-Being* pada *Emerging Adulthood*” dengan baik dan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan kali ini dengan segala hormat dan ketulusan hati, peneliti menyampaikan terima kasih yang tidak terkira atas segala bantuan baik moril maupun materiil kepada:

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, M.M., CMA., CPA selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dan selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan selama peneliti menempuh pendidikan.
3. Amherstia Pasca Rina, M.Psi., Psikolog selaku Kaprodi S1 Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Dr. IGAA Noviekayati, M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan, kesabaran dalam memberi pengarahan dan kesediaan waktu sehingga penulisan skripsi dapat terselesaikan dengan baik.
5. Aliffia Ananta, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, pengarahan, kesediaan waktu sehingga penulisan skripsi dapat terselesaikan dengan baik.
6. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah mendidik dan memberikan banyak ilmu, serta telah melibatkan peneliti dalam penelitian tertentu sehingga dapat memberikan pengalaman berharga yang bermanfaat bagi peneliti selama menempuh pendidikan.
7. Seluruh Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah membantu mengurus dan memudahkan proses segala macam administrasi peneliti sebagai mahasiswa.

8. Kedua orang tua tercinta peneliti, Abah Sahudi dan Umma Rahmah. Sekaligus ketiga saudara tersayang peneliti, Adik Sabrina, Adik Bilqis, dan Adik Adam. Terima kasih telah memberikan kekuatan kepada peneliti melalui perantara doa terbaik yang selalu dipanjatkan, dukungan yang tiada henti diberikan, cinta dan kasih sayang yang tidak terbatas, selalu memberikan kepercayaan setiap langkah yang dipilih peneliti. Terima kasih telah menjadi rumah yang selalu dirindukan setiap saat.
9. Orang-orang terkasih yang telah kebersamai peneliti dari tahun ke tahun Riza, Ana, Anggun, Riris, Hilda dan Afwi. Terima kasih telah memanjatkan doa untuk peneliti, menyisihkan waktu untuk menjadi pendengar setia peneliti, penuh kesabaran dan ketulusan dalam kebersamai peneliti.
10. Keluarga besar Mbah Barkah dan keluarga di Madura yang telah memberikan dukungan, kekuatan untuk peneliti, serta telah membantu peneliti dalam proses menyelesaikan skripsi.
11. Frennnn, Azmi, Ifan dan Anggoro yang telah menjadi teman peneliti sejak semester 1 hingga sama-sama berproses dan berjuang untuk menyelesaikan skripsi. Terima kasih atas pertemanan yang saling *support* satu sama lain. Juga Hanna yang telah kebersamai peneliti dari maba sampai saat ini.
12. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu dan responden yang terlibat dan telah membantu peneliti dalam proses menyelesaikan skripsi.

Akhir kata, peneliti sampaikan mohon maaf apabila dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan, namun peneliti bersedia menerima saran serta kritikan yang membangun dari berbagai pihak. Sehingga, skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan seluruh pihak yang membaca.

Surabaya, 26 November 2022



Qorina Choirun Nisa' S

# HUBUNGAN ANTARA *PROBLEM FOCUSED COPING* DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA *EMERGING ADULTHOOD*

Qorina Choirun Nisa' S

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

[qorinachoirun@gmail.com](mailto:qorinachoirun@gmail.com)

## Abstrak

Eksplorasi identitas pada individu periode *emerging adulthood* telah mempengaruhi *subjective well-being* yang ditandai dengan timbulnya afek negatif seperti kecemasan dalam menghadapi dunia kerja, kecemasan dalam memilih pasangan, kecemasan dalam menyelesaikan studi, hingga menunjukkan evaluasi kepuasan hidup secara keseluruhan dan domain masih rendah. Salah satu faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* adalah *problem focused coping*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *problem focused coping* dengan *subjective well-being* pada *emerging adulthood*. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling* secara *accidental sampling*. Penelitian ini melibatkan sebanyak 112 masyarakat di Indonesia yang berada pada periode *emerging adulthood* yaitu usia 18-25 tahun. Hasil penelitian melalui uji korelasi *Pearson Product Moment* menunjukkan bahwa nilai  $r_{xy} = 0,721$  dengan signifikansi 0,000 ( $p < 0,01$ ). Artinya terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *problem focused coping* dengan *subjective well-being* pada *emerging adulthood*. Sehingga, semakin tinggi *problem focused coping* individu periode *emerging adulthood* maka semakin tinggi *subjective well-being* pada *emerging adulthood*. Dengan demikian, *problem focused coping* menjadi salah satu faktor yang berperan penting dan perlu digunakan dalam menyelesaikan permasalahan yang dialami pada individu *emerging adulthood* selama melakukan eksplorasi identitas untuk meningkatkan *subjective well-being*.

**Kata Kunci:** *Subjective Well-Being, Problem Focused Coping, Emerging Adulthood*

# **RELATIONSHIP BETWEEN PROBLEM FOCUSED COPING AND SUBJECTIVE WELL-BEING IN EMERGING ADULTHOOD**

**Qorina Choirun Nisa' S**

*Faculty of Psychology, University of 17 Agustus 1945 Surabaya*

[qorinachoirun@gmail.com](mailto:qorinachoirun@gmail.com)

## ***Abstract***

*Exploration of identity in individuals in the period of emerging adulthood has affected subjective well-being which is characterized by the emergence of negative affect such as anxiety in facing the world of work, anxiety in choosing a partner, anxiety in completing studies, thus showing an evaluation of overall life satisfaction and the domain is still low. One of the factors that influence subjective well-being is problem focused coping. This study aims to determine the relationship between problem focused coping and subjective well-being in emerging adulthood. Sampling in this study using non-probability sampling technique by accidental sampling. This research involved 112 people in Indonesia who were in the emerging adulthood period, namely aged 18-25 years. The results of the study through the Pearson Product Moment correlation test showed that the value of  $r_{xy} = 0.721$  with a significance of 0.000 ( $p < 0.01$ ). This means that there is a very significant positive relationship between problem focused coping and subjective well-being in emerging adulthood. Thus, the higher the individual's problem focused coping in the period of emerging adulthood, the higher the subjective well-being in emerging adulthood. Thus, problem focused coping becomes one of the factors that plays an important role and needs to be used in solving problems experienced by emerging adulthood during identity exploration to improve subjective well-being.*

**Keywords:** *Subjective Well-Being, Problem Focused Coping, Emerging Adulthood*

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI .....	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
HALAMAN MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
<i>CURRICULUM VITAE</i> .....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
ABSTRAK.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR .....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah .....	8
B. Tujuan dan Manfaat.....	8
1. Tujuan Penelitian.....	8
2. Manfaat Penelitian.....	8
C. Keaslian Penelitian .....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
A. <i>Subjective Well-Being</i> .....	13
1. Pengertian <i>Subjective Well-Being</i> .....	13
2. Aspek <i>Subjective Well-Being</i> .....	14
3. Faktor yang Mempengaruhi <i>Subjective Well-Being</i> .....	16

B. <i>Problem Focused Coping</i> .....	20
1. Pengertian <i>Problem Focused Coping</i> .....	20
2. Aspek <i>Problem Focused Coping</i> .....	21
3. Faktor yang Mempengaruhi <i>Problem Focused Coping</i> .....	23
C. Kerangka Berpikir .....	26
D. Hipotesis Penelitian .....	30
BAB III METODE PENELITIAN .....	31
A. Populasi dan Partisipan Penelitian .....	31
1. Populasi Penelitian .....	31
2. Partisipan Penelitian .....	31
B. Desain Penelitian .....	32
C. Instrumen Pengumpulan Data .....	32
1. Skala <i>Subjective Well-Being</i> .....	33
2. Skala <i>Problem Focused Coping</i> .....	36
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data .....	41
1. Uji Prasyarat .....	41
2. Analisis Data .....	43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	45
A. Hasil Penelitian .....	45
1. Data Demografi Partisipan Penelitian .....	45
2. Analisis Deskriptif .....	48
3. Hasil Analisis Data .....	49
B. Pembahasan .....	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	53
A. Kesimpulan .....	53
B. Saran .....	53
DAFTAR PUSTAKA .....	55
LAMPIRAN .....	59

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Skala Likert.....	33
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala <i>Subjective Well-Being</i> .....	34
Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Skala <i>Subjective Well-Being</i> .....	35
Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Subjective Well-Being</i> .....	36
Tabel 3.5 <i>Blue Print</i> Skala <i>Problem Focused Coping</i> .....	38
Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Skala <i>Problem Focused Coping</i> .....	40
Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Problem Focused Coping</i> .....	41
Tabel 3.8 Hasil Uji Normalitas .....	42
Tabel 3.9 Hasil Uji Linieritas .....	42
Tabel 4.1 Rekapitulasi Tanggal.....	45
Tabel 4.2 Rekapitulasi Usia .....	46
Tabel 4.3 Rekapitulasi Jenis Kelamin .....	46
Tabel 4.4 Rekapitulasi Status Pekerjaan .....	46
Tabel 4.5 Rekapitulasi Kota Domisili .....	47
Tabel 4.6 Hasil Kategorisasi <i>Subjective Well-Being</i> .....	48
Tabel 4.7 Hasil Kategorisasi <i>Problem Focused Coping</i> .....	48
Tabel 4.8 Hasil Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i> .....	49



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....	29
------------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Informed Consent</i> .....	59
Lampiran 2. Skala <i>Subjective Well-Being</i> .....	60
Lampiran 3. Skala <i>Problem Focused Coping</i> .....	63
Lampiran 4. Tabulasi Skor Skala <i>Subjective Well-Being</i> .....	66
Lampiran 5. Hasil Uji Validitas Skala <i>Subjective Well-Being</i> .....	73
Lampiran 6. Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Subjective Well-Being</i> .....	76
Lampiran 7. Tabulasi Skor Skala <i>Problem Focused Coping</i> .....	77
Lampiran 8. Hasil Uji Validitas Skala <i>Problem Focused Coping</i> .....	84
Lampiran 9. Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Problem Focused Coping</i> .....	86
Lampiran 10. Hasil Uji Normalitas .....	87
Lampiran 11. Hasil Uji Linieritas .....	88
Lampiran 12. Hasil Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i> .....	89
Lampiran 13. Hasil Perhitungan Sampel Melalui <i>G*Power</i> .....	90