

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN
STRATEGI *COPING* DENGAN *PSYCHOLOGICAL 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 :

**LITA SABRINA ARIVIANI
NPM: 1512100205**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2024

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN
STRATEGI *COPING* DENGAN *PSYCHOLOGICAL 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:

LITA SABRINA ARIVIANI

NPM: 1512100205

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2024**

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lita Sabrina Ariviani

NBI : 1512100205

Studi : Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan antara Dukungan Sosial dan Strategi *Coping* dengan *Psychological Well-Being* pada *Emerging Adulthood*” ini seluruh isinya merupakan karya saya sebenarnya dan tidak melakukan penjiplakan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya, apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran atau pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Surabaya, 15 Desember 2024



Lita Sabrina Ariviani

NBI: 1512100205



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext 311)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya,
saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lita Sabrina Ariviani
NBI/ NPM : 1512100205
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

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

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN STRATEGI
COPING DENGAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING**

Dengan *Hak Bebas Royalti Noneklusif (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
saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Surabaya
Pada : 15 Desember 2024
tanggal

Yang Menyatakan,



Lita Sabrina Ariviani

HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG

Nama : Lita Sabrina Ariviani

NBI : 1512100205

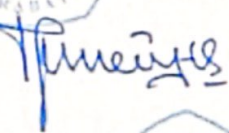
Judul : Hubungan antara Dukungan Sosial dan Strategi *Coping* dengan *Psychological Well-Being* pada *Emerging Adulthood*

Surabaya, 2 Januari 2025

Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



Dra. Tatik Meiyuntariningsih,
M.Kes., Psikolog

Akta Ririn Aristawati, S.Psi., M.Psi.
Psikolog

HALAMAN PENGESAHAN 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

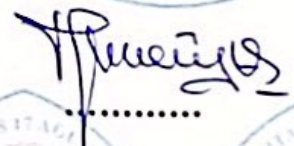
Pada tanggal : 8 Januari 2025

Dewan Penguji :

1. Drs. Herlan Pratikto, M.Si., Psikolog.



2. Dra. Tatik Meiyuntariningsih, M.Kes., Psikolog



3. Akta Ririn Aristawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog



Mengesahkan

Fakultas Psikologi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dekan,



Drs. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog

NPP. 20510020552

HALAMAN MOTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”
(QS. Al-Baqarah: 286)

“If you’re never bleed, you’re never gonna grow.”
(The 1 – Taylor Swift)

“We live in a world where we have to work hard to get what we want.”
(Kim Jisoo – BLACKPINK)

“Maybe I made a mistake yesterday, but yesterday’s me is still me. I am who I am today, with all my faults. Tomorrow I might be a tiny bit wiser, and that’s me, too. These faults and mistakes are what I am, making up the brightest stars in the constellation of my life. I have come to love myself for who I was, who I am, and who I hope to become.”
(Kim Namjoon – BTS)

“All’s well that ends well.”
(William Shakespeare)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini penulis persembahkan untuk kedua orang tua, adik-adik dan diri sendiri yang telah berjuang dan selalu berusaha sekuat tenaga untuk menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Penulis telah menyelesaikan apa yang telah ia mulai, dan sesungguhnya tidak ada karya yang benar-benar sempurna. Penulis menyadari terdapat banyak kekurangan di dalam skripsi ini. Namun, hangat dan nyamannya “rumah” tidak membuat penulis merasakan adanya kekurangan dalam hidup ini. Terima kasih atas setiap langkah yang berdasarkan doa orang tua dan keluarga.

CURRICULUM VITAE

IDENTITAS DIRI

Nama : Lita Sabrina Ariviani
Tempat Lahir : Pasuruan
Tanggal Lahir : 1 November 2002
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Perum. Mutiara Keluarga Blok I-9
Kewarganegaraan : Warga Negara Indonesia (WNI)
Email : talitaaasabrina@gmail.com
No. Telepon : 082139761941

RIWAYAT PENDIDIKAN

2021 – 2024 : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
2019 – 2021 : SMA Negeri 3 Pasuruan
2016 – 2019 : SMP Negeri 4 Pasuruan
2010 – 2016 : SD Negeri Kebonsari

KEMAMPUAN DASAR DAN KOMPETENSI

1. Bahasa Indonesia (Aktif)
2. Bahasa Indonesia (Pasif)
3. Microsoft Word, Microsoft Excel, Microsoft Power Point
4. Administrasi Alat Tes Psikologi

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT. yang telah melimpahkan rahmat, berkah, dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul "Hubungan antara Dukungan Sosial dan Strategi *Coping* dengan *Psychological Well-Being* pada *Emerging Adulthood*" sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana pada Program Studi Psikologi di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, peneliti ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., 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, atas kesempatan yang diberikan untuk menyelesaikan pendidikan ini.
3. Dr. Mamang Efendy, S.Pd., M.Psi., Psikolog. selaku Kaprodi S1 Psikologi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Anrilia Ema Mustikawati Ningdyah, S.Psi., M.Ed., Ph.D., Psikolog. selaku Dosen Wali, atas bimbingan serta nasehatnya.
5. Dra. Tatik Meiyuntariningsih, M.Kes., Psikolog. selaku Dosen Pembimbing I, yang selalu meluangkan waktunya untuk memberikan dukungan, bimbingan, arahan, serta masukan yang sangat berharga dalam setiap tahap penyusunan skripsi ini.
6. Akta Ririn Aristawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog. selaku Dosen Pembimbing II, yang senantiasa memberikan dukungan, bimbingan, dan saran-saran konstruktif dalam pengembangan penelitian ini, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
7. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah membimbing peneliti selama di perkuliahan.
8. Seluruh Staff Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah mendukung dengan memberikan pelayanan terbaiknya selama perkuliahan berlangsung.
9. Kedua orang tua saya tersayang, Ayah Samsul Arief dan Mama Novita Anggraeni, yang telah menjadi sumber inspirasi, telah mendidik,

memberikan semangat tiada henti untuk terus berjuang, selalu mengusahakan segala kebutuhan peneliti selama proses penyusunan skripsi, serta selalu mendukung peneliti dengan kasih sayang, doa, dan harapan terbaik. Dukungan mereka menjadi motivasi terbesar bagi peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.

10. Kedua adik saya tersayang, Marsya Putri Ramadhani dan Rizal Anugerah Ramadhan yang selalu menjadi sumber kebahagiaan dalam setiap langkah peneliti, serta memberi semangat untuk terus maju dan tidak mudah menyerah.
11. Keluarga besar yang telah memberikan berbagai dukungan dan doa, sehingga membuat peneliti semakin bersemangat dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
12. Kepada sahabat seperjuangan saya, Vanny Dwi Hermawati, Yuninda Purwita Rahayuningtyas, Zeverina Nur Alifah Zahra, Afifah Syahbana Nur'am, dan Silfiana. Terima kasih atas keceriaan, motivasi, dan dukungan yang luar biasa yang diberikan kepada peneliti selama ini.
13. Fira Dwi Ramadhona, Siti Ana Yasifah, dan Saifiah Diana, selaku sahabat peneliti yang selalu ada untuk memberikan dukungan, kebahagiaan, dan semangat.
14. Kepada teman-teman online peneliti, Kak Delis Saniatil Hayat, Phuty Lenggogheny, Sita Aulia Nastiti, dan Ananda Diana Puspita. Terima kasih atas dukungan, motivasi, dan semangat yang kalian berikan meski jarak memisahkan kita.
15. Kepada seluruh pihak dan teman-teman terdekat yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu. Terima kasih atas segala dukungan, bantuan, dan perhatian yang telah diberikan. Setiap kontribusi yang diberikan sangat berarti dan membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN STRATEGI *COPING* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA *EMERGING ADULTHOOD*

Lita Sabrina Ariviani

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

talitaasabrina@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan strategi *coping* dengan *psychological well-being* pada *emerging adulthood*. *Emerging adulthood* merupakan suatu tahapan perkembangan individu yang telah melalui masa remaja dan mulai memasuki masa dewasa yang umumnya berlangsung dari usia 18 hingga 29 tahun. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik analisis regresi linear berganda. Data dikumpulkan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan subjek dalam penelitian berjumlah 100 responden dengan kriteria merupakan mahasiswa aktif di perguruan tinggi Surabaya yang berusia 18-25 tahun melalui kuesioner yang mengukur *psychological well-being*, dukungan sosial, hingga strategi *coping*. Berdasarkan perhitungan analisis regresi linear berganda menunjukkan dengan uji t menunjukkan bahwa signifikansi dukungan sosial (X1) dan strategi *coping* (X2) terhadap *psychological well-being* (Y) adalah 19,080 dengan signifikansi 0,132 ($p < 0,05$). Artinya, secara bersama-sama dukungan sosial dan strategi *coping* tidak dapat menjadi prediktor untuk *psychological well-being*.

Kata Kunci: *psychological well-being*, dukungan sosial, strategi *coping*, *emerging adulthood*.

THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND COPING STRATEGIES WITH PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN EMERGING ADULTHOOD

Lita Sabrina Ariviani

Faculty of Psychology, University of 17 Agustus 1945 Surabaya

talitaasabrina@gmail.com

ABSTRACT

This study was conducted to examine the relationship between social support and coping strategies with psychological well-being in emerging adulthood. Emerging adulthood is a developmental stage that follows adolescence and marks the beginning of adulthood, typically ranging from ages 18 to 29. This research employs a quantitative method with multiple linear regression analysis. Data were collected through purposive sampling, with 100 respondents who met the criteria of being active students at universities in Surabaya, aged 18-25. A questionnaire was used to measure psychological well-being, social support, and coping strategies. Based on the calculation of multiple linear regression analysis, the t-test results show that the significance of social support (X1) and coping strategies (X2) on psychological well-being (Y) is 19.080 with a significance level of 0.132 ($p < 0.05$). This means that, together, social support and coping strategies cannot predict psychological well-being.

Keyword: *psychological well-being, social support, coping strategies, emerging adulthood.*

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI	v
HALAMAN MOTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
<i>CURRICULUM VITAE</i>	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
ABSTRAK.....	xi
<i>ABSTRACT</i>	xii
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang Permasalahan	1
2. Rumusan Masalah	5
B. Tujuan dan Manfaat.....	5
1. Tujuan Penelitian.....	5
2. Manfaat Penelitian.....	5
C. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. <i>Emerging Adulthood</i>	9
1. Pengertian <i>Emerging Adulthood</i>	9
2. Ciri-Ciri <i>Emerging Adulthood</i>	10
B. <i>Psychological Well-Being</i>	11

1.	Pengertian <i>Psychological Well-Being</i>	11
2.	Komponen <i>Psychological Well-Being</i>	13
3.	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	14
C.	Dukungan Sosial	17
1.	Pengertian Dukungan Sosial	17
2.	Aspek-Aspek Dukungan Sosial.....	18
3.	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial	20
D.	Strategi <i>Coping</i>	22
1.	Pengertian Strategi <i>Coping</i>	22
2.	Jenis-Jenis Strategi <i>Coping</i>	23
3.	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Strategi <i>Coping</i>	24
E.	Kerangka Berpikir	26
F.	Hipotesis.....	29
BAB III METODE PENELITIAN.....		31
A.	Populasi dan Partisipan	31
1.	Populasi.....	31
2.	Partisipan.....	31
B.	Desain Penelitian.....	32
C.	Instrumen Pengumpulan Data	33
1.	Skala <i>Psychological Well-Being</i>	33
2.	Skala Dukungan Sosial.....	39
3.	Skala Strategi <i>Coping</i>	46
D.	Uji Prasyarat dan Analisis Data.....	55
1.	Uji Prasyarat.....	55
2.	Analisis Data	57
BAB IV HASIL ANALISIS DATA DAN PEMBAHASAN.....		59
A.	Hasil Penelitian	59
1.	Pelaksanaan Penelitian.....	59

2. Data Demografi.....	59
3. Analisis Deskriptif.....	60
4. Hasil Kategorisasi	60
5. Uji Hipotesis.....	62
B. Pembahasan.....	65
BAB V SIMPULAN	69
A. Simpulan	69
B. Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN.....	75

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blueprint Skala Psychological Well-Being	35
Tabel 3. 2 Skala Likert pada Skala Psychological Well-Being	36
Tabel 3. 3 Rangkuman Hasil Uji Validitas Skala Psychological Well-Being.....	36
Tabel 3. 4 Blueprint Skala Psychological Well-Being Setelah Uji Coba	38
Tabel 3. 5 Hasil Uji Reabilitas Skala Psychological Well-Being	39
Tabel 3. 6 Blueprint Skala Dukungan Sosial.....	41
Tabel 3. 7 Skala Likert pada Skala Dukungan Sosial.....	42
Tabel 3. 8 Rangkuman Hasil Uji Validitas Skala Dukungan Sosial	42
Tabel 3. 9 Blueprint Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Coba	45
Tabel 3. 10 Hasil Uji Reabilitas Skala Dukungan Sosial	46
Tabel 3. 11 Blueprint Skala Strategi Coping	49
Tabel 3. 12 Skala Likert pada Skala Strategi Coping.....	50
Tabel 3. 13 Rangkuman Hasil Uji Validitas Skala Strategi Coping	51
Tabel 3. 14 Blueprint Skala Strategi Coping Setelah Uji Coba.....	53
Tabel 3. 15 Hasil Uji Reabilitas Skala Strategi Coping.....	55
Tabel 3. 16 Hasil Uji Normalitas.....	55
Tabel 3. 17 Hasil Uji Linearitas	56
Tabel 3. 18 Hasil Uji Multikolinearitas	56
Tabel 3. 19 Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	57
Tabel 4. 1 Rekapitulasi Responden Penelitian Berdasarkan Usia	59
Tabel 4. 2 Analisis Deskriptif.....	60
Tabel 4. 3 Kategorisasi pada Skala Psychological Well Being	60
Tabel 4. 4 Analisis Deskriptif pada Skala Dukungan Sosial	61
Tabel 4. 5 Analisis Deskriptif pada Skala Strategi Coping	61
Tabel 4. 6 Hasil Uji Simultan	62
Tabel 4. 7 Hasil Uji Parsial.....	63
Tabel 4. 8 Hasil Persamaan Regresi	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	28
Gambar 3. 1 Hubungan Variabel X1 dan X2 dengan Variabel Y	33