

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF EFFICACY* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING*
PADA LANSIA YANG BERSTATUS JANDA**

SKRIPSI

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



Oleh :

KARINA TRI MAYA SANTI
NBI : 1512100342

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2024

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF EFFICACY* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* PADA LANSIA YANG BERSTATUS JANDA

SKRIPSI

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



Oleh :

KARINA TRI MAYA SANTI

NBI: 1512100342

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA

2024

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF EFFICACY* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* PADA LANSIA YANG BERSTATUS JANDA

SKRIPSI

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



Oleh :

KARINA TRI MAYA SANTI

NBI: 1512100342

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA

2024

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, 15 Desember 2024



Karina Tri Maya Santi

1512100342



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 : Karina Tri Maya Santi

NBI/ NPM : 1512100342

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:

Judul skripsi

Hubungan Antara Dukungan Sosial dan *Self Efficacy* Dengan *Psychological Well Being* Pada Lansia Yang Berstatus Janda

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 : 18 Desember 2024
tanggal



(Karina Tri Maya Santi)

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

NAMA : Karina Tri Maya Santi

NBI : 1512100342

JUDUL : Hubungan Antara Dukungan Sosial dan *Self Efficacy* dengan Lansia yang Berstatus Janda

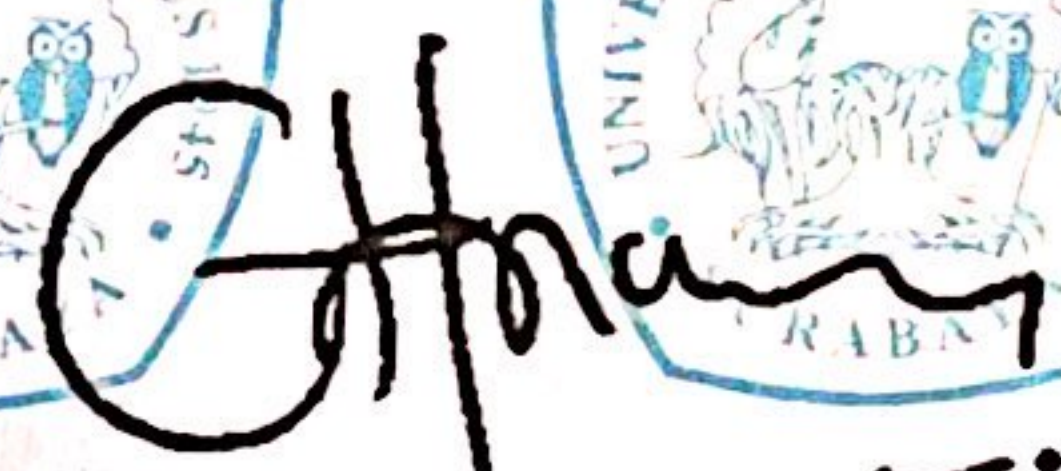
Surabaya, 18 Desember 2024

Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II


Drs. Sahat Saragih, M.Si


Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si, 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**

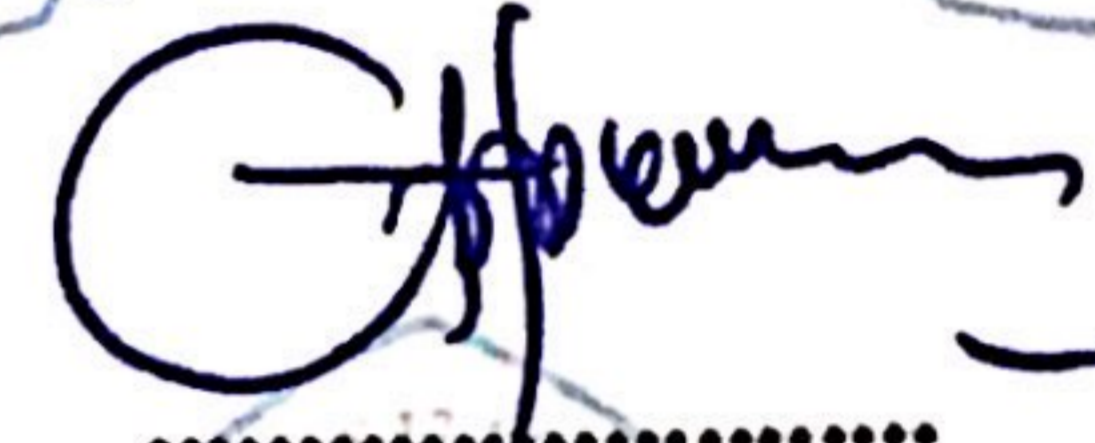
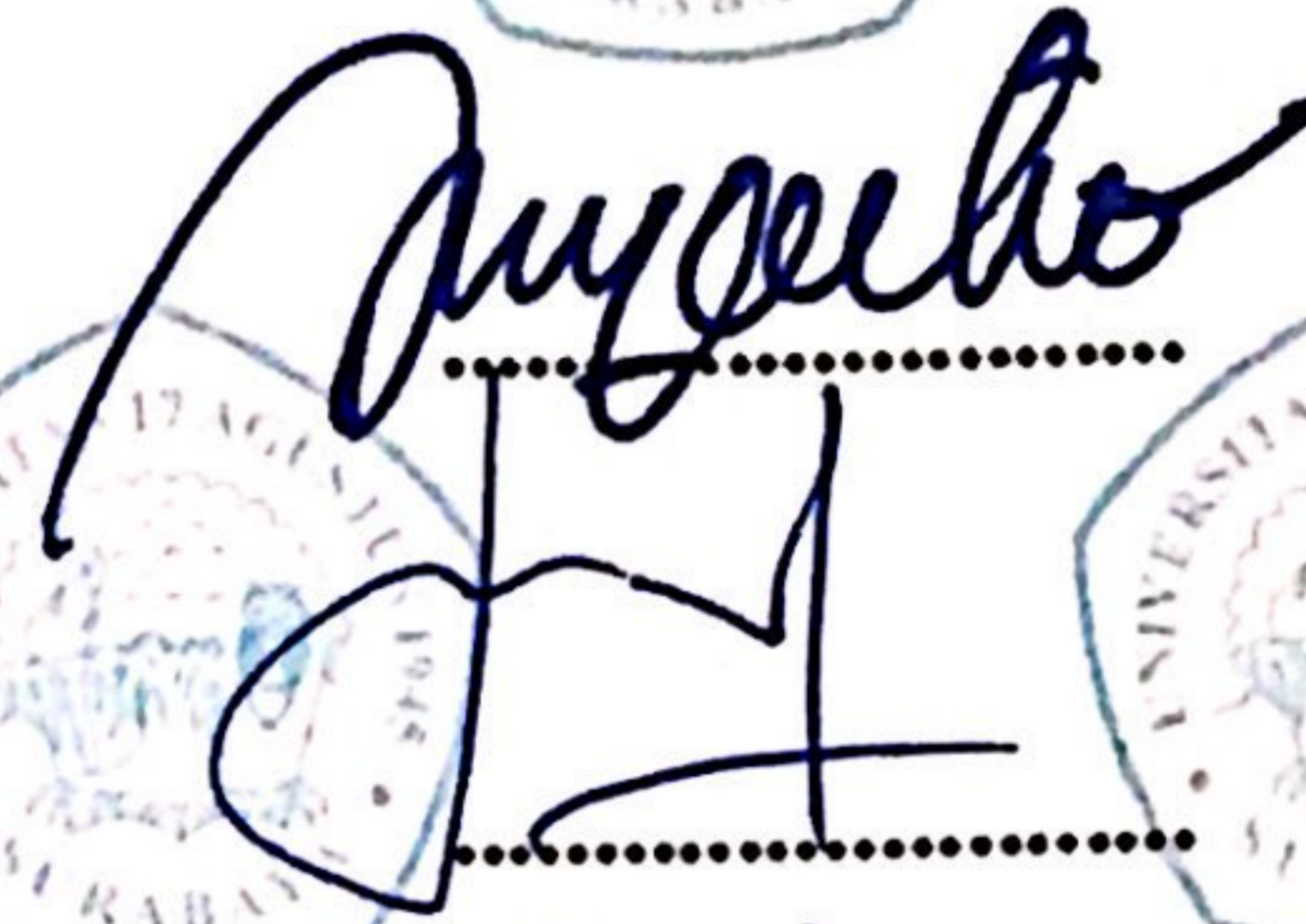
Pada Tanggal : 06 Januari 2025

Dewan Penguji :

1. Eko April Ariyanto, S.Psi., M.Psi

2. Drs. Sahat Saragih, M.Si

3. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si, Psikolog



Mengesahkan

Fakultas Psikologi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dekan,

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

NPP. 20510020552



HALAMAN MOTTO

“...Ketika aku melibatkan Allah dalam semua rencana dan impianku, dengan penuh keikhlasan dan keyakinan, aku percaya tidak ada yang tidak mungkin...”

“...Barangsiapa yang tidak merasakan pahitnya menuntut ilmu walau hanya sesaat, maka ia akan menelan hinanya kebodohan sepanjang hidupnya...”

-Imam Syafi'i-

“Selalu ada harga dalam sebuah proses. Nikmati saja Lelah-lelah itu. Lebarakan lagi rasa sabar itu. Semua yang kau investasikan untuk menjadikan dirimu serupa yang kau impikan, mungkin tidak akan selalu berjalan lancar. Tapi gelombang-gelombang itu yang bisa kau ceritakan”

-Boy Candra-

“Orang lain gak akan paham *struggle* dan masa sulitnya kita, yang mereka ingin tahu hanya bagian *success storiesnya* aja. Jadi berjuanglah untuk diri sendiri meskipun gak akan ada yang tepuk tangan. Kelak diri kita di masa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan hari ini. Jadi tetap berjuang ya..”

“...Pada akhirnya ini semua hanyalah permulaan...”

-Nadin Amiza-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucap puji Syukur kepada *Allah Subhanahu wa Ta'ala* ' baginda besar *Muhammad Shallallahu Alaihi Wasallam* karena berkat karunia, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan *Self Efficacy* Dengan *Psychological Well Being* Pada Lansia Yang Berstatus Janda".

Dengan rasa Syukur yang sangat mendalam, kupersembahkan skripsi ini untuk :

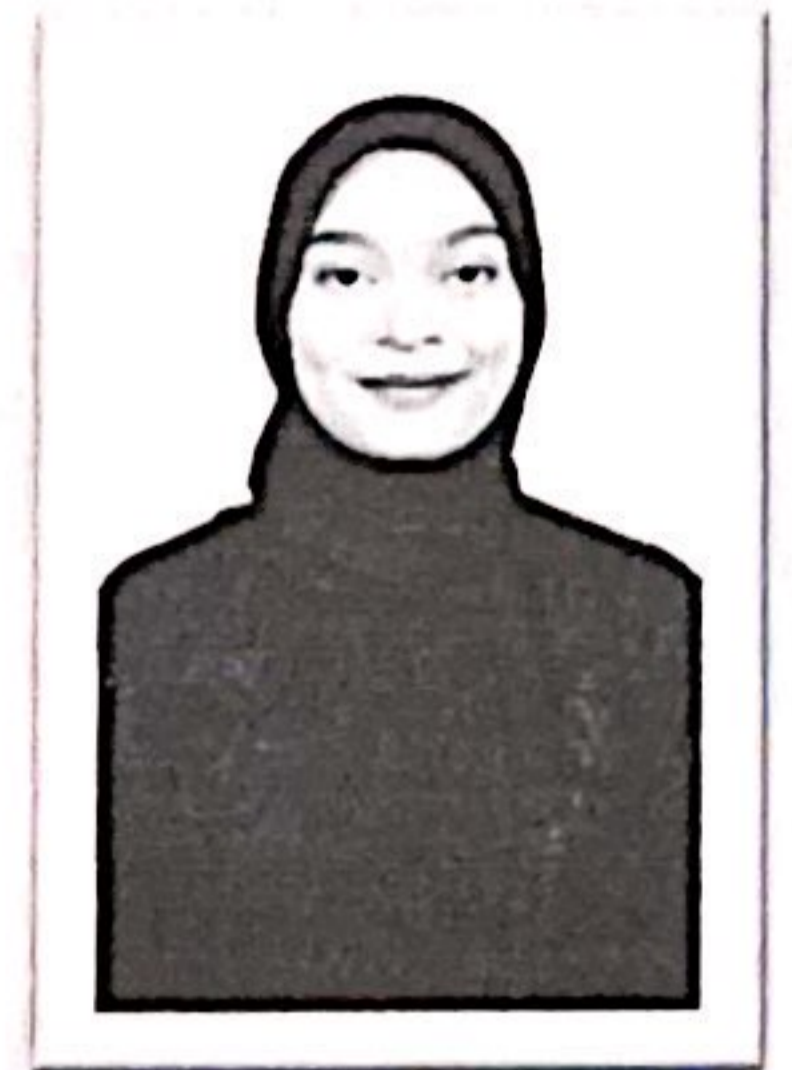
1. *Allah Subhanahu Wa Ta'ala* tuhanku yang maha pengasih lagi maha penyayang yang telah memberi karunia dan kehidupan yang baik kepada penulis.
2. Baginda nabi besar *Muhammad Shallallahu Alaihi Wasallam* yang memberi jalan terang benderang dalam hidup yaitu agama islam dan menjadi panutan hidup penulis selama ini.
3. Teristimewa dan terutama penulis sampaikan terimakasih kepada kedua orang tua penulis yang tersayang. Dengan penuh cinta dan kerinduan, Alm. Bapak Syukron yang tidak sempat menemani penulis selama masa perkuliahan, namun penulis yakin dari kejauhan doa dan restu Bapak menjadi kekuatan yang selalu menyertai perjalanan hidup penulis. Pintu Surgaku, Ibu Zuhriyah yang selalu memberi cinta, dukungan dan doa yang selalu Ibu langitkan hingga penulis menyelesaikan studi ini hingga akhir.
4. Tidak kalah istimewa, kakak-kakak penulis. Terimakasih selama ini sudah mengusahakan yang terbaik untuk penulis. Terimakasih selalu merayakan hal-hal sederhana tentangku. Untuk keponakan-keponakan penulis, terimakasih atas kelucuan dan keceriaan kalian yang selalu berhasil memberikan semangat bagi penulis. Tumbuhlah menjadi versi paling hebat, adik-adikku.
5. Kepada sang penulis karya tulis ini, diri saya sendiri. Seorang anak bungsu yang beranjak menuju usia 22 tahun. Terimakasih telah hadir di dunia dan bertahan sejauh ini. Dari sekian banyaknya air mata yang jatuh, dari semua pikiran yang berantakan setiap malam, dari setiap renungan disudut kamar, terimakasih sudah memutuskan untuk tetap berusaha dan tidak menyerah. Rayakan setiap prosesmu. Berbahagialah selalu dimanapun kapanpun kamu berada. Sekali lagi, untuk semua rasa takut yang berhasil dikalahkan, untuk tantangan yang berhasil dilalui, selamat atas pencapaiannya, Karina Tri Maya Santi.

6. Dosen pembimbing yang sangat penulis hormati dan syukuri yaitu Pak Sahat dan Bu Amanda yang selalu memberi arahan mengenai penelitian ini serta kehidupan penulis, yang memberikan pandangan yang lebih luas sebagai manusia dalam akademis.
7. Sahabat-sahabat penulis yang selalu menemani, membantu dan merayakan setiap proses penulis yaitu Anandya, Titin, Fifi, Andin, dan Tutus. Terimakasih sudah membersamai setiap proses penulis dan mengingatkan penulis setiap penulis salah langkah. Hiduplah dengan baik, aku adalah salah satu orang yang selalu ingin melihat kalian baik-baik saja. *If you need me, i'm always here for you girls.*
8. Teman-teman seperjuangan penulis, Hanum, Meuthiara, Fanny, Loren, Chelsea, Marsha, Fauzia, Vina, Fitriani, Fazly, Rafli, Dava, Andika, Aldo, Afkar, Primus. Selama ini, kita sudah cukup hebat menangani semua masalah dalam dunia akademik. Barangkali dalam cerita yang singkat ini, kita pernah sama-sama melakukan kesalahan yang menyakitkan satu sama lain. Pernah juga saling menyalahkan atas hal-hal yang tidak bisa kita kendalikan, meski akhirnya kita kembali saling memeluk sebab ternyata rasa peduli kita lebih hebat dibanding ego masing-masing. Selamat menikmati kecemasan-kecemasan di tangga selanjutnya. Selamat berpetualang di level selanjutnya. Di hidup yang terlampau panjang ini, kita akan selalu bertemu dengan rupa-rupa kehilangan. Dan untuk kisah-kisah yang masih menjadi rahasia Tuhan, semoga akan lebih banyak senyuman dan tawa yang tersembunyi di dalamnya. Terakhir, terimakasih telah menemukanku di dunia yang luas ini.
9. Orang - orang yang sudah tidak lagi berkomunikasi dengan penulis namun tetap menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis. Terimakasih telah menjadi bagian yang menyenangkan sekaligus menyakitkan dari pendewasaan ini.
10. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu memberikan pemikiran demi kelancaran dan keberhasilan dalam menyusun skripsi.

CURRICULUM VITAE

A. Identitas Diri

Nama : Karina Tri Maya Santi
Tempat Lahir : Gresik
Tanggal Lahir : 26 Maret 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Ds Sembayat RT05/RW02, Gresik
Kewarganegaraan : Indonesia
Email : karinatrimayasanti@gmail.com
No. Telepon : 085748254585



B. Riwayat Pendidikan

SD : MI Al-Falah Sembayat Gresik
SMP : SMP Darul Ulum 1 Peterongan Jombang
SMA : SMA Assa'adah Bungah Gresik
Perguruan Tinggi : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

C. Riwayat Pekerjaan

-

D. Riwayat Organisasi

2021-2022 : Panitia Assa'adah Campus Expo – Sie Dana dan Usaha
2023 : Panitia Diklat UKM Musik – Sie Konsumsi

E. Kemampuan

Observasi wawancara, Team work, Adminidtrasi psikotest.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas segala limpahan rahmat dan hidayahNya. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Dalam penyelesaian proposal skripsi ini, penulis menyadari sepenuhnya bahwa proposal skripsi ini tidak lepas dari bimbingan, bantuan dan motivasi dari beberapa pihak yang telah membantu, baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu dengan penuh kerendahan hati penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada yang terhormat :

1. Prof. Mulyono Nugroho, MM, CMA, CPAL, 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.
3. Dr. Mamang Effendy S.Pd, M.Psi., Psikolog selaku Kepala Program Studi Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Akta Ririn Aristawati, M.Psi., Psikolog selaku dosen wali penulis yang telah membantu penulis dalam mengikuti dan menyelesaikan studi di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
5. Drs. Sahat Saragih, M.Si dan Ibu Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing yang bersedia meluangkan waktu, tenaga, pikiran, dalam memberikan bimbingan, perhatian, kritik dan saran yang sangat berharga sehingga skripsi ini terselesaikan dengan baik.
6. Kedua orang tua saya yang selalu memberikan dukungan, doa, kasih sayang yang tak terkira sepanjang hidup penuh.

Untuk semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas doa dan dukungannya. Semoga segala kebaikan, bantuan, dan amal baik yang diberikan oleh berbagai pihak tersebut mendapat balasan yang setimpal dari Allah SWT. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak. Aamiin.

Surabaya, 15 Desember 2024



Karina Tri Maya Santi

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF EFFICACY* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* PADA LANSIA YANG BERSTATUS JANDA

Karina Tri Maya Santi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
karinatrimayasanti@gmail.com

Abstrak

Lansia janda menghadapi kehilangan pasangan hidup, yang membawa dampak tidak hanya pada perubahan status sosial, tetapi juga mempengaruhi kondisi mental dan emosional secara signifikan. Kepergian pasangan menjadi titik perubahan besar dalam kehidupan lansia, di mana lansia kehilangan sosok pendamping yang selama ini menjadi tempat berbagi perasaan serta sumber utama dukungan emosional dan praktis. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan *psychological well-being* pada lansia yang berstatus janda. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Populasi dari penelitian ini adalah lansia perempuan yang bermisili di Surabaya dan Sidoarjo. Partisipan penelitian ini berjumlah 150 lansia janda yang berusia 60 tahun ke atas dan memenuhi kriteria yang telah ditentukan. Hasil data yang diperoleh dalam penelitian menggunakan Teknik regresi berganda menggunakan bantuan *IBM SPSS Statistic 22 for windows*. Hasil analisis data menggunakan analisis regresi berganda menunjukkan hubungan positif antara dukungan sosial dan *self efficacy* dengan *psychological well being* dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,005$). Secara parsial menunjukkan adanya korelasi positif antara dukungan sosial dengan *psychological well being* dan *self efficacy* dengan *psychological well being* sebesar 0,827 dengan sumbangsi 82,7%. Artinya, variabel dukungan sosial dan *self efficacy* dengan *psychological well being* memiliki pengaruh kontribusi sebesar 82,7% terhadap variabel *psychological well being*, yang dimana 17,3% lainnya dapat disebabkan oleh variabel-variabel lain yang tidak dikaji dalam penelitian ini.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, *Self-Efficacy*, *Psychological Well-Being*, Lansia, Janda.

THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND SELF-EFFICACY WITH PSYCHOLOGICAL WELL BEING IN ELDERLY WIDOWS

Karina Tri Maya Santi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
karinatrimayasanti@gmail.com

Abstract

Widowed elders face the loss of a life partner life partner, which brings about not only a change in social status, but also significantly affects also significantly affects mental and emotional states. The departure of spouse becomes a major inflection point in the lives of the elderly, where they loss of a companion who has been a place to share their feelings and the main source of emotional and practical support and the main source of emotional and practical support. The purpose of this study is to determine the relationship between social support and self-efficacy with psychological well-being in the elderly who are widowed. Research this study uses a correlational quantitative method with a purposive sampling technique. Purposive sampling technique. The population of this study were elderly women who live in Surabaya and Sidoarjo. The participants of this study totaled 150 elderly widows aged 60 years and over and met the predetermined criteria. Criteria that have been determined. The results of the data obtained in the study used multiple regression technique using the help of IBM SPSS Statistic 22 for windows. The results of data analysis using multiple regression analysis showed positive relationship between social support and self-efficacy with psychological well being with a significance of 0.000 ($p < 0.005$). Partially shows a positive correlation between social support with psychological well being and self efficacy with psychological well being of 0.827 with a contribution of 82.7%. This means that the variables of social support and self efficacy with psychological well.

Keywords: *Social Support, Self Efficacy, Psychological Well Being, Elderly, Widows.*

Daftar Isi

Halaman Sampul.....	i
Halaman Judul.....	i
Halaman Pernyataan Tidak Melakukan Penjiplakan	ii
Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah Untuk Kepentingan Akademis	iii
Halaman Persetujuan Pembimbing.....	iv
Halaman Persetujuan Tim Penguji	v
Halaman Motto	vi
Halaman Persembahan	vii
Curriculum Vitae.....	ix
Kata Pengantar	x
Abstrak.....	xi
<i>Abstract</i>	xii
Daftar Isi	xiii
Daftar Tabel	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang Masalah	1
2. Rumusan Masalah Penelitian.....	6
B. Tujuan dan Manfaat.....	6
C. Keaslian Penelitian	7
KAJIAN PUSTAKA.....	11
A. <i>Psychological Well Being</i>	11
1. Definisi <i>Psychological Well Being</i>	11
2. Aspek <i>Psychological Well Being</i>	12
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Psychological Well Being</i>	16

B. Dukungan Sosial	18
1. Definisi Dukungan Sosial	18
2. Aspek Dukungan Sosial	19
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial	21
C. <i>Self Efficacy</i>	22
1. Definisi <i>Self Efficacy</i>	22
2. Aspek <i>Self Efficacy</i>	23
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self Efficacy</i>	26
D. Kerangka Berpikir	28
E. Hipotesis Penelitian.....	29
METODOLOGI PENELITIAN	31
A. Populasi dan Partisipan.....	31
1. Populasi	31
2. Partisipan.....	31
B. Desain Penelitian.....	32
C. Instrumen Pengumpul Data	32
1. Skala I (<i>Psychological Well Being</i>)	33
2. Skala II (Dukungan Sosial).....	36
3. Skala III (<i>Self Efficacy</i>)	39
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data.....	42
1. Uji Prasyarat.....	42
2. Analisis Data	45
BAB IV.....	47
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
A. Hasil Penelitian	47
1. Pelaksanaan Penelitian	47
3. Kategori Empirik Data Penelitian.....	48
4. Uji Data Hipotetik	49

B. Pembahasan.....	54
BAB V	59
KESIMPULAN DAN SARAN.....	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran	60
LAMPIRAN.....	67

Daftar Tabel

Tabel 1- <i>Skala Likert</i>	33
Tabel 2 - <i>Blue Print Sebaran Aitem Skala Psychological well being</i>	34
Tabel 3 - <i>Blue Print Sebaran Aitem Skala 2</i>	35
Tabel 4 - <i>Blue Print Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial</i>	37
Tabel 5 - <i>Hasil Uji Validitas Aitem Skala Dukungan Sosial</i>	38
Tabel 6 - <i>Blue Print Sebaran Aitem Skala Self Efficacy</i>	40
Tabel 7 - <i>Rangkuman Hasil Uji Validitas Sel Efficacy</i>	41
Tabel 8 – <i>Hasil Uji Normalitas</i>	42
Tabel 9 – <i>Hasil Uji Linieritas antar Variabel</i>	43
Tabel 10 - <i>Hasil Uji Multikolinieritas</i>	44
Tabel 11 - <i>Hasil Uji Heteroskedastisitas</i>	44
Tabel 12 - <i>Hasil Uji Data Demografi</i>	47
Tabel 13 - <i>Hasil Uji Empirik Data Penelitian</i>	48
Tabel 14 - <i>Rumus Kategorisasi Data Empirik</i>	48
Tabel 15 - <i>Hasil Data Uji Hipotetik</i>	50
Tabel 16 - <i>Hasil Uji R-square</i>	51
Tabel 17 - <i>Hasil Uji F</i>	52
Tabel 18 - <i>Hasil Uji T</i>	52
Tabel 19 - <i>Hasil Uji Persamaan Regresi</i>	53

Daftar Lampiran

Lampiran 1 – Skala Pengukuran Penelitian.....	67
Lampiran 2 – Skala Dukungan Sosial	70
Lampiran 3 – Skala <i>Self Efficacy</i>	72
Lampiran 4 - Tabulasi Data <i>Psychological Well Being</i>	74
Lampiran 5 – Hasil Uji Validitas <i>Psychological Well Being</i>	77
Lampiran 6 – Hasil Uji Reliabilitas <i>Psychological Well Being</i>	79
Lampiran 7 - Tabulasi Data Dukungan Sosial.....	80
Lampiran 8 - Hasil Uji Validitas Dukungan Sosial	84
Lampiran 9 – Hasil Uji Reliabilitas Dukungan Sosial	85
Lampiran 10 – Tabulasi Data <i>Self Efficacy</i>	86
Lampiran 11 - Hasil Uji Validitas <i>Self Efficacy</i>	90
Lampiran 12 – Hasil Uji Reliabilitas <i>Self Efficacy</i>	92
Lampiran 13 – Hasil Uji Normalitas Sebaran.....	93
Lampiran 14 – Hasil Uji Linieritas	94
Lampiran 15 – Hasil Uji Multikolinieritas	95
Lampiran 16 – Hasil Uji Heteroskedastisitas	96
Lampiran 17 – Hasil Uji Data Empirik.....	97
Lampiran 18 – Hasil Uji Hipotesis Penelitian	99