

HUBUNGAN *COPING STRESS* DAN *SOCIAL SUPPORT* DENGAN *LONELINESS* PADA WANITA DEWASA AWAL YANG BELUM MENIKAH

SKRIPSI

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



Oleh :

PASCAL KRESNA ARNANTA SIMANJUNTAK
NBI : 1512100220

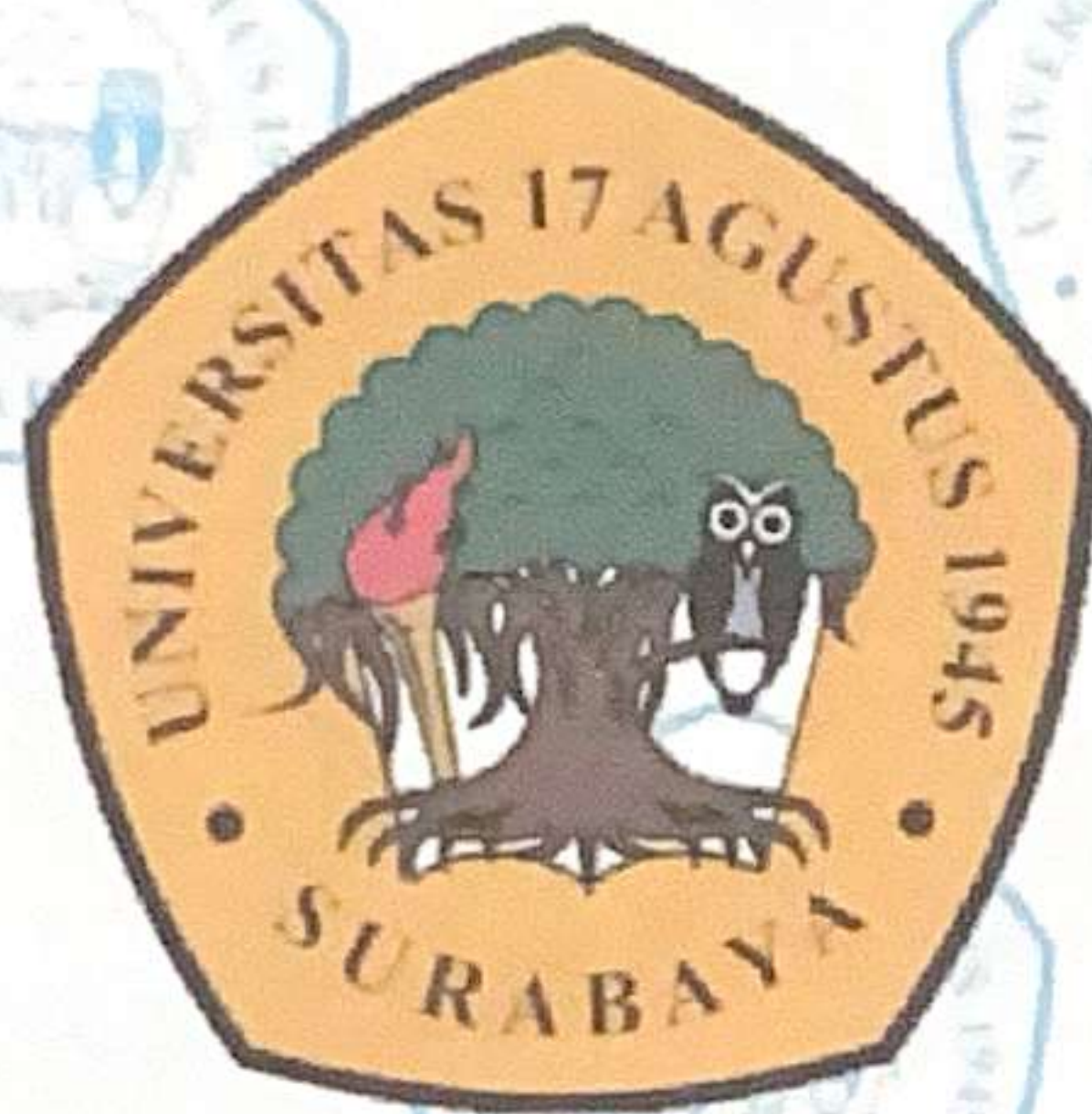
**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2025

**HUBUNGAN *COPING STRESS* DAN *SOCIAL SUPPORT* DENGAN
LONELINESS PADA WANITA DEWASA AWAL YANG BELUM
MENIKAH**

SKRIPSI

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



Oleh :

PASCAL KRESNA ARNANTA SIMANJUNTAK

NBI: 1512100220

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2025**

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.



Pascal Kresna Arnanta Simanjuntak

NBI: 1512100220



UNIVERSITAS

17 AGUSTUS 1945

SURABAYA

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 : Pascal Kresna Arnanta Simanjuntak

NBI/ NPM : 1512100220

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 *Coping Stress* dan *Social Support* dengan *Loneliness*
Pada Wanita Dewasa Awal Yang Belum Menikah**

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 tanggal : 14 Juli 2025



Pascal Kresna Arnanta Simanjuntak

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

NAMA : Pascal Kresna Arnanta Simanjuntak
NBI : 1512100220
JUDUL : Hubungan *Coping Stress* dan *Social Support* dengan *Loneliness*
pada Wanita Dewasa Awal yang Belum Menikah

Surabaya, 14 Juli 2025

Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I



**Dr. Bawinda Sri Lestari, S.H.,
M.Psi**

Dosen Pembimbing II



**Drs. Herlan Praktiko, MSi.,
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 :

Dewan Penguji :

1. Dr. Devi Puspitasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog

2. Dr. Bawinda Sri Lestari, S.H., M.Psi

3. Drs. Herlan Praktikto, MSl., Psikolog




Mengesahkan

Fakultas Psikologi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dekan,



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

NPP. 20510020552

HALAMAN MOTTO

"Keberhasilan bukanlah milik orang yang pintar, tetapi milik mereka yang
senantiasa berusaha".

(Prof. Dr.-Ing. H. Bacharuddin Jusuf Habibie)

*"When you want something, all the universe conspires in helping you to achieve it.
But you have to be ready to pay the price."*

(Paulo Coelho)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan segenap rasa syukur yang tak terhingga kepada Tuhan Yang Maha Esa, skripsi ini kupersembahkan untuk:

Ayah dan Ibu tercinta, Roy Lamboy Simanjuntak dan Valeria Tri Hatmayanti yang selalu memberi cinta, doa, dan pengorbanan tanpa henti. Terimakasih atas dukungan dan kepercayaan yang tak ternilai.

Diriku Sendiri, yang sudah berjuang sejauh ini, melewati lelah, sakit, penolakan, dan keraguan, tetapi tetap memilih untuk bertahan dan menyelesaikan apa yang telah dimulai.

Kakak dan adik, serta keluarga besar, Hizkia Rama Antares Simanjuntak dan Maura Azalia Kirani Simanjuntak serta Veni Laksono dan Soni Laksono sebagai orang tua saya kedua yang selalu memberi semangat dalam setiap langkah saya.

Sahabat dan teman seperjuangan, Bayu Aji, Amir, Dina, Kevin Wirawan, Sausan Tsabitah, Olivia Nibtia yang selalu hadir memberi semangat, tawa, dan dukungan di saat sulit maupun senang.

Para dosen dan pembimbing, Dr. Bawinda Sri Lestari, S.H., M.Psi dan Drs. Herlan Praktikto, MSI., Psikolog yang telah membagikan ilmu dan bimbingan dengan sabar, hingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Almometer tercinta, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah memberikan fasilitas dan kesempatan kepada saya untuk belajar dalam segi akademik maupun segi kehidupan guna membuat saya menjadi pribadi yang lebih baik.

Skripsi ini adalah bentuk kecil dari perjuangan besar. Semoga bisa bermanfaat dan menjadi awal dari langkah berikutnya.

CURRICULUM VITAE

A. Identitas Diri

Nama : Pascal Kresna Arnanta Simanjuntak
Tempat, Tanggal Lahir : Depok, 10 April 2003
Jenis Kelamin : Laki – Laki
Kewarganegaraan : Indonesia
Agama : Katolik
Alamat : Jl. Manyar Airdas No. 21, Surabaya
Nomor Telepon : 089524272873
E-mail : pascalsimanjuntak51@gmail.com



B. Riwayat Pendidikan

TK : TK Ganesha Depok
SD : SD Katolik Wijana Jombang
SMP : SMP 3 Negeri Jombang
SMA : SMA Perguruan Tinggi 1 Jombang
Perguruan Tinggi : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

C. Riwayat Pekerjaan

- Sebagai Barista di Ektar Cafe
- Sebagai Barista di Bogota Cafe
- Sebagai *active crew* di Celtic Indonesia
- Magang di Perusahaan Daerah Pasar Surya Surabaya
- Sebagai peserta Wirausaha Merdeka dan magang di IKKI Baby Spa Surabaya.

D. Riwayat Organisasi

- Komisi Teknik Penyelenggara dalam Pemilihan Ketua dan Wakil Ketua Badan Eksekutif Mahasiswa Fakultas Psikologi periode 2023 - 2024

E. Kemampuan

- Mampu berbahasa inggris
- Public Speaking
- Skill komunikasi yang bagus
- Mampu menggunakan Microsoft Office (Word, Excel, Power Point)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat, kasih, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan *Coping Stress* dan *Social Support* dengan *Loneliness* pada Wanita Dewasa Awal yang Belum Menikah”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana (S1) pada Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Proses penyusunan skripsi ini tentu tidak lepas dari dukungan dan bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Yth. J. Subekti, S.H., M.M.. Selaku Ketua Yayasan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Yang telah memberikan dukungan dan fasilitas bagi terselenggaranya pendidikan yang berkualitas di lingkungan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Yth. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA.. Selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam menempuh pendidikan di kampus ini.
3. Yth. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog. Yang telah memberikan izin dan dukungan selama proses studi hingga tahap penyusunan skripsi.
4. Yth. Dr. Muhammad Ghazali Bagus Ani Putra, S.Psi., Psikolog selaku pembimbing akademik. Terimakasih atas ilmu, bimbingan dan bantuan yang telah diberikan selama masa studi.
5. Yth. Dr. Bawinda Sri Lestari, S.H., M.Psi selaku dosen pembimbing 1 dan Yth. Drs. Herlan Praktiko, MSI., Psikolog selaku dosen pembimbing 2. Terimakasih telah membimbing, mengarahkan dan memberikan masukan dengan sabar hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Yth. Seluruh dosen dan staf di lingkungan fakultas psikologi, yang telah mendidik, membimbing dan melayani dengan penuh dedikasi. Terima kasih atas segala ilmu, perhatian dan kebaikan yang diberikan selama penulis menjalani masa studi. Peran dan kontribusi Bapak dan Ibu sangat berarti bagi proses pembelajaran dan pembentukan pribadi penulis.
7. Sahabat dan rekan rekan seperjuangan, yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan akademik penulis.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun sangat perlu bagi penulis. Semoga karya ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan menjadi kontribusi kecil dalam pengembangan ilmu pengetahuan.

Surabaya, 14 Juli 2025

A handwritten signature in dark ink, consisting of a large, stylized initial 'P' followed by several loops and a long horizontal stroke extending to the right.

Pascal Kresna Arnanta Simanjuntak

HUBUNGAN *COPING STRESS* DAN *SOCIAL SUPPORT* DENGAN *LONELINESS* PADA WANITA DEWASA AWAL YANG BELUM MENIKAH

Pascal Kresna Arnanta Simanjuntak
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
e-mail: pascalsimanjuntak51@gmail.com

Abstrak

Masa dewasa awal merupakan fase penting dalam perkembangan individu yang ditandai dengan pencarian identitas, penetapan karier, dan pembentukan hubungan jangka panjang seperti pernikahan. Seiring perubahan sosial dan budaya, semakin banyak wanita dewasa awal yang memilih untuk menunda atau tidak menikah, yang berpotensi memunculkan perasaan kesepian (*loneliness*). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *coping stress* dan *social support* dengan *loneliness* pada wanita dewasa awal yang belum menikah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasi *Spearman Rho*. Sampel terdiri dari 159 responden wanita dewasa awal yang belum menikah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat dan signifikan antara *coping stress* dengan *loneliness* ($r = 0,755$; $p < 0,01$), serta hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara *social support* dengan *loneliness* ($r = 0,804$; $p < 0,01$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa baik *coping stress* maupun *social support* memiliki hubungan positif yang signifikan dengan *loneliness*. Semakin tinggi *coping stress* dan *social support* yang dimiliki individu, semakin tinggi pula tingkat kesepian yang dirasakan. Hal ini mengindikasikan bahwa kualitas strategi coping dan bentuk dukungan sosial yang diterima berperan penting dalam pengalaman kesepian wanita dewasa awal yang belum menikah.

Kata Kunci: *Coping Stress, Social Support, Loneliness*

**THE RELATIONSHIP BETWEEN COPING STRESS AND SOCIAL SUPPORT
WITH LONELINESS IN EARLY ADULT WOMEN WHO ARE UNMARRIED**

Pascal Kresna Arnanta Simanjuntak
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
e-mail: pascalsimanjuntak51@gmail.com

Abstract

Early adulthood is a crucial phase in individual development, marked by identity exploration, career establishment, and the formation of long-term relationships such as marriage. Alongside social and cultural changes, more early adult women are choosing to delay or forgo marriage, which may increase the risk of experiencing loneliness. This study aims to examine the relationship between coping stress and social support with loneliness in early adult women who are unmarried. This research employed a quantitative approach using the Spearman Rho correlation method. The sample consisted of 159 unmarried early adult women. The results showed a strong and significant positive correlation between coping stress and loneliness ($r = 0.755$; $p < 0.01$), and a very strong and significant positive correlation between social support and loneliness ($r = 0.804$; $p < 0.01$). The findings suggest that both coping stress and social support have a significant positive relationship with loneliness. In other words, the higher the levels of coping stress and social support perceived by individuals, the higher the level of loneliness they experience. This indicates that the quality of coping strategies and the type of social support received play an important role in the experience of loneliness among unmarried early adult women.

Keywords: Coping Stress, Social Support, Loneliness

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iv
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI.....	vi
HALAMAN MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
<i>CURRICULUM VITAE</i>	ix
KATA PENGANTAR.....	x
Abstrak	xii
<i>Abstract</i>	xiii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang Masalah	1
2. Rumusan Masalah Penelitian.....	7
B. Tujuan dan Manfaat.....	8
1. Tujuan Penelitian.....	8
2. Manfaat Penelitian.....	8
C. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	13
A. Loneliness	13
1. Definisi dari <i>Loneliness</i>	13

2.	Dimensi dari <i>Loneliness</i>	16
3.	Faktor yang mempengaruhi <i>Loneliness</i>	17
B.	Coping Stress	19
1.	Definisi dari <i>Coping Stress</i>	19
2.	Dimensi dari <i>Coping Stress</i>	21
3.	Indikator dari <i>Coping Stress</i>	22
4.	Faktor yang mempengaruhi <i>Coping Stress</i>	22
C.	Social Support	24
1.	Definisi dari <i>Social Support</i>	24
2.	Dimensi dari Social Support	26
3.	Indikator dari Social Support	27
4.	Faktor yang mempengaruhi <i>Social Support</i>	28
D.	Kerangka Berpikir	29
E.	Hipotesis Penelitian	32
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		33
A.	Populasi dan Sampel	33
1.	Populasi	33
2.	Partisipan	33
B.	Desain Penelitian	34
1.	Jenis Penelitian	34
2.	Variabel Penelitian	34
C.	Instrumen Pengumpul Data	35
1.	Skala <i>Loneliness</i>	35
2.	Skala <i>Coping Stress</i>	39
3.	Skala <i>Social Support</i>	43
D.	Uji Prasyarat dan Analisis Data	48
1.	Uji Prasyarat	48
2.	Analisis Data	50

BAB IV.....	51
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Hasil Penelitian.....	51
1. Pelaksanaan Penelitian.....	51
2. Deskripsi Subjek Penelitian.....	51
3. Analisis Data Deskriptif.....	52
4. Uji Hipotesis.....	53
B. Pembahasan.....	54
BAB V.....	59
KESIMPULAN DAN SARAN.....	59
A. Kesimpulan.....	59
B. Saran.....	59
1. Kepada subjek penelitian.....	59
2. Kepada peneliti selanjutnya.....	59
DAFTAR PUSTAKA.....	61
LAMPIRAN.....	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Bagan Kerangka Berpikir	31
Gambar 2 Skema hubungan antara variabel X1, X2 dan Y	34

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Skor Skala <i>Likert</i>	35
Tabel 2 Blue Print Sebaran Aitem Skala Variabel <i>Loneliness</i>	36
Tabel 3 Rangkuman Hasil Uji Validitas Skala <i>Loneliness</i>	37
Tabel 4 Hasil Uji Validitas Aitem Skala <i>Loneliness</i>	38
Tabel 5 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Loneliness</i>	39
Tabel 6 Blue Print Sebaran Aitem Skala Variabel <i>Coping Stress</i>	40
Tabel 7 Rangkuman Hasil Uji Validitas Skala <i>Coping Stress</i>	41
Tabel 8 Hasil Uji Validitas Aitem Skala <i>Coping Stress</i>	42
Tabel 9 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Coping Stress</i>	42
Tabel 10 Blue Print Sebaran Aitem Skala Variabel <i>Social Support</i>	43
Tabel 11 Hasil Rangkuman Uji Validitas Skala <i>Social Support</i>	45
Tabel 12 Hasil Uji Validitas Skala <i>Social Support</i>	46
Tabel 13 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Social Support</i>	47
Tabel 14 Uji Normalitas	48
Tabel 15 Uji Linieritas	49
Tabel 16 Uji Multikolinieritas	49
Tabel 17 Uji Heteroskedastisitas	49
Tabel 18 Data Demografi Responden	51
Tabel 19 Sebaran Kategori Skor Partisipan Skala <i>Loneliness</i>	52
Tabel 20 Sebaran Kategori Skor Partisipan Skala <i>Coping Stress</i>	52
Tabel 21 Sebaran Kategori Skor Partisipan Skala <i>Social Support</i>	53
Tabel 22 Hasil Uji Korelasi <i>Coping Stress - Loneliness</i>	53
Tabel 23 Hasil Uji Korelasi <i>Social Support - Loneliness</i>	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner	65
Lampiran 2. Aitem Skala Loneliness	67
Lampiran 3. Aitem Skala Coping Stress.....	69
Lampiran 4. Aitem Social Support.....	71
Lampiran 5. Tabulasi Data Loneliness	74
Lampiran 6. Uji Validitas Loneliness	79
Lampiran 7. Uji Reliabilitas Loneliness	80
Lampiran 8. Tabulasi Data Coping Stress	81
Lampiran 9. Uji Validitas Coping Stress.....	85
Lampiran 10. Uji Reliabilitas Coping Stress	87
Lampiran 11. Tabulasi Data Social Support.....	88
Lampiran 12. Uji Validitas Social Support.....	96
Lampiran 13. Uji Reliabilitas Social Support.....	98
Lampiran 14. Uji Normalitas	99
Lampiran 15. Uji Linieritas	100
Lampiran 16. Uji Multikolinieritas.....	101
Lampiran 17. Uji Heteroskedastisitas.....	102
Lampiran 18. Uji Rank Spearman	103
Lampiran 19. Hasil Turnitin	104