

**HUBUNGAN KESEPIAN TERHADAP KUALITAS HIDUP
PADA PEREMPUAN DEWASA MUDA YANG BELUM
MENIKAH**



Maria Mutiara Christina Pasaribu

1801617038

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2021

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

“Hubungan Kesenian terhadap Kualitas Hidup pada Perempuan Dewasa Muda yang Belum Menikah”

Nama Mahasiswa : Maria Mutiara Christina Pasaribu
 Nomor Registrasi : 1801617038
 Jurusan/Program Studi : Psikologi
 Tanggal Ujian : 2 Agustus 2021

Pembimbing I

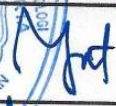
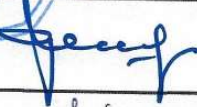



Pembimbing II




Rahmadianty Gazadinda, M.Sc
 NIP. 199206162019032038

Mauna, M.Psi
 NIP. 198410142015042001

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Penanggungjawab)*		26/8/21
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		2 sept 21
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Ketua Penguji)***		31 Agustus 2021
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Anggota)****		31 Agustus 2021
Erik, M.Si (Anggota)		31 Agustus 2021

Catatan:
 *Dekan FPPsi
 **Wakil Dekan I
 ***Ketua Penguji
 ****Dosen Penguji selain pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama Mahasiswa : Maria Mutiara Christina Pasaribu
NIM : 1801617038
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “**Hubungan Kesepian terhadap Kualitas Hidup pada Perempuan Dewasa Muda yang Belum Menikah**” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Maret sampai dengan Juli 2021.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 31 Agustus 2021

Yang Membuat Pernyataan



Maria Mutiara Christina Pasaribu



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

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

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Maria Mutiara Christina Pasaribu
NIM : 1801617038
Fakultas/Prodi : Fakultas Pendidikan Psikologi (FPPsi) / Psikologi
Alamat email : mmutiaracp@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

“Hubungan Kesenian terhadap Kualitas Hidup pada Perempuan Dewasa Muda yang Belum Menikah”

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 31 Agustus 2021

Penulis

(Maria Mutiara Christina Pasaribu)

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Janganlah hendaknya kamu kuatir tentang apa pun juga, tetapi nyatakanlah dalam segala hal keinginanmu kepada Allah dalam doa dan permohonan dengan ucapan syukur.”

Filipi 4: 6

“But you know, happiness can be found even in the darkest of times, if one only remembers to turn on the light.”

Albus Dumbledore (Harry Potter and the Prisoner of Azkaban)

Skripsi ini saya persembahkan untuk ayah dan ibu yang selalu mendukung dan menyayangi saya, untuk diri saya yang telah mampu bertahan dan berjuang, serta untuk teman, keluarga besar dan orang-orang disekitar saya yang memberi banyak kenangan dalam kehidupan saya.

MARIA MUTIARA CHRISTINA PASARIBU

**HUBUNGAN KESEPIAN TERHADAP KUALITAS HIDUP PADA
PEREMPUAN DEWASA MUDA YANG BELUM MENIKAH**

Skripsi

Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi

Universitas Negeri Jakarta

2021

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kesepian terhadap kualitas hidup pada perempuan dewasa muda yang belum menikah. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 201 perempuan dewasa muda usia 28-40 tahun yang belum menikah. Metode penelitian yang digunakan berupa metode kuantitatif dengan instrumen dalam bentuk kuesioner. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis hubungan. Penelitian ini menggunakan instrumen WHOQOL-BREF versi Indonesia dan de Jong Gierveld Loneliness Scale. Hasil dari penelitian ini ditemukan bahwa terdapat hubungan kesepian terhadap keempat dimensi kualitas hidup pada perempuan dewasa muda yang belum menikah.

Kata kunci : Kualitas Hidup, Kesepian, Perempuan Dewasa Muda Belum Menikah

MARIA MUTIARA CHRISTINA PASARIBU

**THE RELATIONSHIP BETWEEN LONELINESS WITH QUALITY OF LIFE IN
UNMARRIED YOUNG ADULT WOMEN**

Undergraduated Thesis

Jakarta: Study Program of Psychology, Faculty of Educational Psychology

State University of Jakarta

2021

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between loneliness and quality of life in unmarried young adult women. The sample in this study amounted to 201 young adult women aged 28-40 years who are not married. The research method used is a quantitative method with the instrument in the form of a questionnaire. The data analysis used in this research is relationship analysis. This study uses the Indonesian version of WHOQOL-BREF instrument and the de Jong Gierveld Loneliness Scale. The result from this study show that there is a correlation between loneliness and four dimensions of quality of life in unmarried young adult women.

Keyword : Quality of Life, Loneliness, Unmarried Young Adult Women

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, yang selalu memberikan kesehatan dan kekuatan sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul **“Hubungan Kesepian terhadap Kualitas Hidup pada Perempuan Dewasa Muda Belum Menikah”**.

Penelitian ini diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Pada kesempatan kali ini, penulis ingin menyampaikan terima kasih pada semua pihak yang telah membantu:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
2. Bapak Dr. Gumung Gumelar, M.Si selaku Wakil Dekan I, Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D selaku Wakil Dekan II dan Ibu Mira Ariyani, Ph.D selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
3. Ibu Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Kak Rahmadianty Gazadinda, S.Psi., M.Sc. selaku Dosen Pembimbing I yang telah bersedia dan memberikan waktunya untuk membimbing, memberi semangat, arahan, bantuan serta dorongan kepada penulis dalam menyusun skripsi hingga selesai.
5. Ibu Mauna M.Psi selaku Dosen Pembimbing II yang telah bersedia dan memberikan waktu untuk membimbing, memberi semangat, arahan, bantuan serta dorongan kepada penulis dalam menyusun skripsi hingga selesai.
6. Ibu Irma Rosalinda Lubis, M.Si selaku Dosen Pembimbing Akademik penulis yang membimbing penulis selama berkuliah di Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
7. Bapak, Ibu dan Mbahkung yang selalu memberikan dukungan, doa serta bantuan kepada penulis sejak awal sampai akhir.

8. Keluarga besar Moeljadi, Kak Pina, Kak Natal dan Kak Butet yang memberikan dukungan serta bantuan dalam penyelesaian skripsi penulis.
9. Mas Alvin, Om Andre, Kak Uyon, San dan Dafxan teman yang selalu mendukung serta membantu penulis sejak awal hingga selesai skripsi.
10. Dilla Apriliani dan Siti Rizqi Shofiana selaku teman penulis. Terima kasih atas bantuan, dukungan dan menjadi tempat untuk berbagi cerita sejak awal menjadi mahasiswa sampai penyelesaian skripsi.
11. Donia Helena selaku teman SD penulis, Hayuningtyas Putri selaku teman SMP penulis dan Shanaz selaku teman TK penulis yang selalu memberikan dukungan serta menjadi tempat penulis berbagi cerita selama skripsi.
12. Dwita Utami selaku teman payungan penulis yang saling mendukung dan membantu satu sama lain.
13. Seluruh staf Fakultas Pendidikan Psikologi dan teman-teman Psikologi Universitas Negeri Jakarta angkatan 2017.
14. WHO dan Prof. Dr. Jenny Gierveld de Jong, selaku ahli dari instrumen yang penulis gunakan dalam penelitian ini.
15. Semua responden yang telah bersedia membantu penulis dan terlibat dalam penelitian skripsi ini, serta pihak lain yang tidak dapat dituliskan satu-persatu. Tanpa mengurangi rasa hormat, penulis mengucapkan terima kasih.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini baik dalam teknik penyajian materi maupun pembahasan. Semoga skripsi yang telah dibuat ini dapat membantu menambah pengetahuan dan pengalaman bagi pembaca sehingga dapat bermanfaat bagi pembaca dan masyarakat umum.

Jakarta, 31 Agustus 2021

Maria Mutiara Christina Pasaribu

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	8
1.3 Batasan Masalah.....	8
1.4 Rumusan Masalah.....	9
1.5 Tujuan Penelitian	9
1.6 Manfaat Penelitian	9
1.6.1 Manfaat Teoritis	9
1.6.2 Manfaat Praktis	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 Kualitas Hidup.....	11
2.1.1 Definisi Kualitas Hidup.....	11
2.1.2 Dimensi Kualitas Hidup	13
2.1.3 Faktor yang Memengaruhi Kualitas Hidup.....	14
2.1.4 Kualitas Hidup Perempuan.....	16
2.2 Kesepian.....	17
2.2.1 Definisi Kesepian	17
2.2.2 Jenis-jenis Kesepian	17
2.2.3 Faktor yang Memengaruhi Kesepian	19

2.3 Dewasa Muda	21
2.4 Hubungan antara Variabel Kesepian dan Kualitas Hidup pada Perempuan Dewasa Muda Belum Menikah	23
2.5 Kerangka Konseptual	23
2.6 Hipotesis.....	24
2.7 Penelitian Terkait.....	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	29
3.1 Tipe Penelitian	29
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	29
3.2.1 DefinisiKonseptual.....	29
3.2.2 DefinisiOperasional	30
3.3 Subjek Penelitian	30
3.3.1 Populasi.....	30
3.3.2 Sampel.....	31
3.4 Teknik Pengumpulan Data	31
3.5 Instrumen Penelitian.....	31
3.5.1 Instrumen Kualitas Hidup	32
3.5.2 Instrumen Kesepian.....	32
3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	33
3.6.1 Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Kualitas Hidup.....	34
3.6.2 Uji Validitas dan Reliabilitas <i>de Jong Gierveld Loneliness Scale</i>	34
3.7 Analisis Data	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	36
4.1 Gambaran Responden/Subjek Penelitian.....	36
4.1.1 Gambaran Usia Responden	36
4.1.2 Gambaran Status Pekerjaan Responden	37
4.1.3 Gambaran Tempat Tinggal Responden	38
4.1.4 Gambaran Status Berpacaran Responden	38
4.2. Prosedur Penelitian	39
4.2.1 Persiapan Penelitian	39
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	40
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian.....	40
4.3.1 Data Deskriptif.....	40

4.3.1.1 Data Deskriptif Kualitas Hidup Dimensi Fisik.....	41
4.3.1.2 Data Deskriptif Kualitas Hidup Dimensi Psikologis	42
4.3.1.3 Data Deskriptif Kualitas Hidup Dimensi Hubungan Sosial	42
4.3.1.4 Data Deskriptif Kualitas Hidup Dimensi Lingkungan.....	43
4.3.1.5 Data Deskriptif Kesenian.....	44
4.3.2 Kategorisasi Skor.....	45
4.3.2.1 Kategorisasi Skor Kualitas Hidup Dimensi Fisik.....	45
4.3.2.2 Kategorisasi Skor Kualitas Hidup Dimensi Psikologis	46
4.3.2.3 Kategorisasi Skor Kualitas Hidup Dimensi Hubungan Sosial	47
4.3.2.4 Kategorisasi Skor Kualitas Hidup Dimensi Lingkungan.....	48
4.3.2.5 Kategorisasi Skor Kesenian.....	49
4.3.3 Uji Normalitas.....	50
4.3.4 Uji Linearitas.....	51
4.3.5 Uji Hubungan dan Hipotesis	51
4.4 Pembahasan	53
4.5 Keterbatasan Penelitian.....	55
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	56
5.1 Kesimpulan	56
5.2 Implikasi.....	56
5.3 Saran	57
5.3.1 Perempuan Dewasa Muda Belum Menikah.....	57
5.3.2 Penelitian Selanjutnya.....	57
DAFTAR PUSTAKA.....	58
LAMPIRAN.....	65
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	86

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Berpikir	24
Gambar 4.1. Persebaran Usia Responden	36



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Kisi-Kisi WHOQOL-BREF.....	32
Tabel 3. 2 Kisi-Kisi de Jong Loneliness Scale.....	33
Tabel 4. 1 Gambaran Usia Responden.....	37
Tabel 4. 2 Gambaran Status Pekerjaan Responden.....	37
Tabel 4. 3 Gambaran Status Tempat Tinggal Responden.....	38
Tabel 4. 4 Gambaran Status Berpacaran Responden.....	38
Tabel 4. 5 Data Deskriptif Kualitas Hidup Dimensi Fisik.....	41
Tabel 4. 6 Data Deskriptif Kualitas Hidup Dimensi Psikologis.....	42
Tabel 4. 7 Data Deskriptif Kualitas Hidup Dimensi Hubungan Sosial.....	43
Tabel 4. 8 Data Deskriptif Kualitas Hidup Dimensi Lingkungan.....	44
Tabel 4. 9 Data Deskriptif Variabel Kesepian.....	45
Tabel 4. 10 Kategorisasi Skor Kualitas Hidup Dimensi Fisik.....	45
Tabel 4. 11 Kategorisasi Skor Kualitas Hidup Dimensi Psikologis.....	46
Tabel 4. 12 Kategorisasi Skor Kualitas Hidup Dimensi Hubungan Sosial.....	48
Tabel 4. 13 Kategorisasi Skor Kualitas Hidup Dimensi Lingkungan.....	49
Tabel 4. 14 Kategorisasi Skor Kesepian.....	50
Tabel 4. 15 Hasil Uji Normalitas.....	50
Tabel 4. 16 Hasil Uji Linearitas.....	51
Tabel 4. 17 Hasil Uji Hubungan dan Hipotesis.....	52



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Contoh Kuesioner WHOQOL-BREF	65
Lampiran 2. Contoh Kuesioner <i>de Jong Loneliness Scale</i>	66
Lampiran 3. Uji Coba Validitas WHOQOL-BREF	67
Lampiran 4. Uji Coba Reliabilitas WHOQOL-BREF.....	68
Lampiran 5. Uji Coba Validitas <i>de Jong Loneliness Scale</i>	69
Lampiran 6. Uji Coba Reliabilitas <i>de Jong Loneliness Scale</i>	70
Lampiran 7. Usia Responden.....	71
Lampiran 8. Status Pekerjaan Responden	72
Lampiran 9. Status Tempat Tinggal Responden.....	73
Lampiran 10. Status Berpacaran Responden	74
Lampiran 11. Data Deskriptif	75
Lampiran 12. <i>Transformed Score</i> Kualitas Hidup	78
Lampiran 13. Kategorisasi Kesepian.....	80
Lampiran 14. Uji Normalitas	81
Lampiran 15. Uji Linearitas.....	83
Lampiran 16. Uji Hubungan.....	84