

**PENGARUH PERCEIVED SOCIAL SUPPORT TERHADAP KESEHATAN
MENTAL PADA EMERGING ADULTHOOD DI JAKARTA**



Tri Fiani Khairunnisa

1125162170

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam

Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

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

2022

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

Pengaruh *Perceived Social Support* terhadap Kesehatan Mental pada
Emerging Adulthood di Jakarta

Nama Mahasiswa : Tri Fiani Khairunnisa
NIM : 1125162170
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 8 Februari 2022

Pembimbing I

Dr. Gantina Komalasari, M.Psi
NIP. 195703281986032001

Pembimbing II

Vinna Ramadhany Sy, M.Psi
NIP. 199004222020122012

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Panda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi. (Penanggung Jawab)*		28 feb 22
Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si. (Wakil Penanggung Jawab)**		23 feb 22
Prof. Dr. Suparno Eko Widodo, M.M. (Ketua Penguji)***		22 Februari 2022
Mauna, M.Psi. (Dosen Penguji I)****		22 Februari 2022
Erniita Zakiah, M.Psi. (Dosen Penguji II)****		22 Februari 2022

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 : Tri Fiani Khairunnisa

Nomor Registrasi : 1125162170

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul 'Pengaruh Perceived Social Support Terhadap Kesehatan Mental Pada Emerging Adulthood di Jakarta' adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Januari 2022.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan buka 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, 4 Februari 2022

Yang Membuat Pernyataan



Tri Fiani Khairunnisa

NIM. 1125162170

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

فَأَهْلًا أَسَأْتُمْ ۖ وَإِنْ لَآنْفُسُكُمْ أَحْسَنُّمْ أَحْسَنْتُمْ إِنْ

“Jika kamu berbuat baik (berarti) kamu berbuat baik untuk dirimu sendiri. Dan jika kamu berbuat jahat, maka (kerugian kejahanatan) itu untuk dirimu sendiri”
(Q.S. Al-Isra ayat 7)

"Sebaik-baik manusia diantaramu adalah yang paling banyak manfaatnya
bagi orang lain"

(H.R. Bukhari)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk Almh. Mama, Bapak, Hendra Gunawan, Hendri Nurfian, dan Nabillah Khuzaimah yang selalu memberikan dukungan, kasih sayang, dan doa selama ini. Serta untuk diri penulis sendiri yang telah bertahan dan berjuang menyelesaikan skripsi ini.



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 : Tri Fiani Khairunnisa
NIM : 1125 1621 70
Fakultas/Prodi : Fakultas Pendidikan Psikologi / Psikologi
Alamat email : trifiani.khairunnisa@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 :

Pengaruh Perceived Social Support Terhadap Kesehatan Mental Pada Emerging Adulthood di Jakarta

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 , 4 februari 2022



(Tri Fiani Khairunnisa)
nama dan tanda tangan

PENGARUH PERCEIVED SOCIAL SUPPORT TERHADAP KESEHATAN MENTAL PADA EMERGING ADULTHOOD DI JAKARTA

Skripsi:

Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri

Jakarta

2022

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *perceived social support* terhadap kesehatan mental pada *emerging adulthood* di Jakarta. Pendekatan penelitian yang digunakan, yaitu pendekatan kuantitatif. Data diperoleh dari penyebaran kuesioner melalui *google form* kepada 298 responden yang berusia 18-25 tahun dan berdomisili di DKI Jakarta. Dalam penelitian ini, alat ukur yang digunakan adalah *Mental Health Inventory* (MHI) oleh Veit & Ware (1983) dan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) oleh Gregory D. Zimet, Nancy W. Dahlem, Sara G. Zimet, dan Gordon K. Farley (1988). Analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linier satu prediktor. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan persepsi dukungan sosial terhadap kesehatan mental *emerging adulthood* di DKI Jakarta. Kemudian, persepsi dukungan sosial terbukti memiliki pengaruh positif terhadap kesehatan mental. Artinya apabila *emerging adult* memiliki persepsi dukungan sosial yang tinggi, maka kesehatan mental dari *emerging adult* tersebut diprediksi akan tinggi.

Kata Kunci: Persepsi Dukungan Sosial, Kesehatan Mental, *Emerging Adulthood*.

TRI FIANI KHAIRUNNISA

**THE EFFECT OF PERCEIVED SOCIAL SUPPORT TOWARD
EMERGING ADULTHOOD MENTAL HEALTH IN JAKARTA**

Skripsi:

*Department of Psychology, Faculty of Psychological Education, State University
of jakarta*

2022

ABSTRACT

This research aims to determine the effect of perceived social support on mental health in emerging adulthood in Jakarta. This research uses a quantitative approach. The data was collected through Google Form distributed to 298 respondent with age ranging from 18-25 years and is currently living in Jakarta. In this study, the measuring instruments used were the Mental Health Inventory (MHI) by Veit & Ware (1983) and the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) by Gregory D. Zimet, Nancy W. Dahlem, Sara G. Zimet, and Gordon. K. Farley (1988). The data were analyzed using linear regression analysis of one predictor. The results of this study indicate that there is a significant effect of perceived social support on mental health in emerging adulthood in DKI Jakarta. Perceived social support was shown to have a positive influence on mental health in emerging adult in DKI Jakarta. This means that if an emerging adult has a high perceived social support, the mental health of the emerging adult is predicted to be high.

Keyword: Perceived Social Support, Mental Health, Emerging Adulthood.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala limpahan berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini. Dalam penyusunan tugas akhir ini, peneliti sadar bahwa segala hambatan yang didapatkan selama proses penggerjaan ini tidak akan teratas tanpa adanya bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan kali ini, penulis ingin menyampaikan terima kasih pada semua pihak yang telah membantu kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi., selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Dr.Phil. Zarina Akbar, M.Psi selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Gantina Komalasari, M.Psi sebagai dosen pembimbing satu. Terima kasih atas bimbingan, masukan, kritik, dan pendampingan yang telah diberikan.
4. Ibu Vinna Rammadhany Sy, M.Psi sebagai dosen pembimbing dua. Terima kasih atas bimbingan, masukan, kritik, dan pendampingan yang telah diberikan.
5. Seluruh jajaran dosen Fakultas Pendidikan Psikologi yang telah mendidik dan memberikan ilmu kepada peneliti selama perkuliahan.
6. Staf Tata Usaha Fakultas Pendidikan Psikologi yang telah memudahkan administrasi peneliti selama perkuliahan.
7. Seluruh responden yang terlibat dalam penelitian ini.
8. Bapak, Almaharhumah Mamah, Mas Hendra, Mas Hendri, Nabillah, Tante, Om, Pakde, Bude, dan seluruh saudara ku yang selalu mendukung dan mendoakan saya sehingga dapat menyelesaikan penelitian ini.
9. Sahabat-sahabatku tercinta Rahmandhita Savitri, Adisty Rizki Putri, dan Bayyna Hanna Aulia yang sama-sama berjuang dari awal semester hingga saat ini dan selalu menjadi tempat berbagi suka dan duka, “I Love You All”.

10. Teman-teman sebimbingan saya Alifa, Dea, Difi, Niza, Laras, Alif dan Nisa yang sama-sama berjuang dari awal proses pembuatan skripsi.
11. Teman saya Ikke Yusry, Rahmah Setiandari, Nurlia Sari, Nelis Musfikoh, Fakhri, Wildan, Alif, Alvin, dan Kio yang turut serta memberi dukungan moral kepada saya selama ini.
12. April (2018), selaku adik kelas yang turut serta membantu dan memberi saran pada proses pembuatan skripsi ini.
13. Kelas C 2016 yang telah membagi canda tawa, suka, dan duka selama 4 tahun perkuliahan.
14. Seluruh teman angkatan 2016 yang tidak dapat disebutkan satu persatu namanya yang telah berjuang bersama.
15. Segala pihak yang terlibat dalam penelitian ini namun namanya tidak disebutkan.

Peneliti juga ingin menyampaikan permohonan maaf jika terdapat kekurangan dalam penulisan tugas akhir ini. Maka dari itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangatlah diharapkan. Semoga karya tulis ini dapat memberikan sumbangan yang bermanfaat bagi pihak yang membutuhkan sekaligus menjadi bahan literasi yang baru.

Jakarta, 4 Februari 2022

Yang membuat pernyataan,

Tri Fiani Khairunnisa

DAFTAR ISI

PENGARUH PERCEIVED SUPPORT TERHADAP KESEHATAN MENTAL PADA EMERGING ADULTHOOD DI JAKARTA.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	10
1.3 Pembatasan Masalah.....	10
1.4 Rumusan Masalah.....	10
1.5 Tujuan Penelitian.....	10
1.6 Manfaat Penelitian.....	10
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	10
1.6.2 Manfaat Praktis.....	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
2.1 Kesehatan Mental.....	12
2.1.1 Definisi Kesehatan Mental.....	12
2.1.2 Kriteria Kesehatan Mental.....	14
2.1.3 Faktor Kesehatan Mental.....	17
2.1.4 Dimensi Kesehatan Mental.....	20
2.1.5 Pengukuran Kesehatan Mental.....	22
2.2 Dukungan Sosial.....	22

2.2.1 Definisi Dukungan Sosial.....	22
2.2.2 <i>Perceived Social Support</i>	24
2.2.3 Dimensi Dukungan Sosial.....	25
2.2.4 Bentuk Dukungan Sosial.....	25
2.2.5 Sumber Dukungan Sosial.....	27
2.2.6 Pengukuran Dukungan Sosial.....	28
2.3 Emerging Adulthood.....	29
2.3.1 Definisi <i>Emerging Adulthood</i>	29
2.4 Hubungan <i>Perceived Social Support</i> dengan Kesehatan Mental.....	32
2.5 Kerangka Pemikiran.....	34
2.6 Hipotesis.....	36
2.7 Hasil Penelitian yang Relevan.....	36
BAB III METODE PENELITIAN.....	39
3.1 Tipe Penelitian.....	39
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	39
3.2.1 Definisi Konseptual.....	40
3.2.1.1 Definisi Konseptual Kesehatan Mental.....	40
3.2.1.2 Definisi Konseptual <i>Perceived Social Support</i>	40
3.3 Populasi dan Sampel.....	41
3.3.1 Populasi.....	41
3.3.2 Sampel.....	41
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	42
3.4.1 Instrumen Penelitian.....	43
3.4.1.1 Instrumen Penelitian Kesehatan Mental.....	43
3.4.1.2 Instrumen Penelitian <i>Perceived Social Support</i>	48
3.4.2 Uji Coba Instrumen.....	50
3.4.2.1 Hasil Uji Coba Instrumen Kesehatan Mental.....	51
3.4.2.2 Hasil Uji Coba Instrumen <i>Perceived Social Support</i>	53
3.5 Analisis Data.....	55
3.5.1 Uji Statistik.....	55
3.5.2 Uji Normalitas.....	55
3.5.3 Uji Linearitas.....	56

3.5.4 Uji Analisis Regresi.....	56
3.5.5 Hipotesis Statistik.....	56
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	57
4.1 Gambaran Responden Penelitian.....	57
4.1.1 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	57
4.1.1 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Usia.....	58
4.1.1 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Suku Bangsa.....	59
4.1.1 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Domisili.....	60
4.1.1 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Pekerjaan.....	61
4.1.1 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Pendidikan.....	63
4.1.1 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Status Pernikahan.....	64
4.2 Prosedur Penelitian.....	65
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	65
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	66
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian.....	66
4.3.1 Data Deskriptif Kesehatan Mental.....	66
4.3.2 Data Deskriptif Persepsi Dukungan Sosial.....	68
4.3.3 Uji Normalitas.....	70
4.3.4 Uji Linearitas.....	71
4.3.5 Uji Korelasi.....	72
4.3.6 Uji Hipotesis.....	73
4.4 Pembahasan.....	75
4.5 Keterbatasan Penelitian.....	77
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, SARAN.....	78
5.1 Kesimpulan.....	78
5.2 Implikasi.....	78
5.3 Saran.....	78
5.3.1 Subjek Penelitian.....	78
5.3.2 Peneliti Selanjutnya.....	79
DAFTAR PUSTAKA.....	80
LAMPIRAN.....	90
RIWAYAT HIDUP.....	111

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blueprint Skala Mental Health Inventory	44
Tabel 3. 2 Skor Skala Mental Health Inventory	45
Tabel 3. 3 Panduan Skoring Mental Health Index	48
Tabel 3. 4 Blueprint Instrumen Multidimensional Scale of Perceived Social Support	49
Tabel 3. 5 Skor Skala Multidimensional Scale of Perceived Social Support	49
Tabel 3. 6 Reliabilitas Menurut Guilford	51
Tabel 3. 7 Validitas Instrumen Mental Health Inventory	52
Tabel 3. 8 Blueprint Mental Health Inventory Setelah Uji Coba	52
Tabel 3.9 Reliabilitas MHI	53
Tabel 3.10 Hasil Uji Daya Diskriminasi Instrumen Multidimensional Scale of Perceived Social Support	53
Tabel 3.11 Blueprint Instrumen Multidimensional Scale of Perceived Social Support Setelah Uji Coba	54
Tabel 3.12 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Multidimensional Scale of Perceived Social Support	55
Tabel 4. 1 Distribusi Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	57
Tabel 4. 2 Distribusi Data Responden Berdasarkan Usia	58
Tabel 4. 3 Distribusi Data Responden Berdasarkan Suku Bangsa	59
Tabel 4. 4 Distribusi Data Responden Berdasarkan Domisili	60
Tabel 4. 5 Distribusi Data Responden Berdasarkan Pekerjaan	62
Tabel 4. 6 Distribusi Data Responden Berdasarkan Pendidikan	63
Tabel 4. 7 Distribusi Data Responden Berdasarkan Status Pernikahan	64
Tabel 4. 8 Data Deskriptif Kesehatan Mental	66
Tabel 4. 9 Kategorisasi Skor Kesehatan Mental	67
Tabel 4. 10 Data Deskriptif Persepsi Dukungan Sosial	68
Tabel 4. 11 Kategorisasi Skor Persepsi Dukungan Sosial	69
Tabel 4. 12 Uji Normalitas	70
Tabel 4. 13 Uji Linearitas	71
Tabel 4. 14 Uji Korelasi	72
Tabel 4. 15 Uji Hipotesis	73

Tabel 4. 16 Persentase Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial Terhadap Kesehatan Mental	73
Tabel 4. 17 Persamaan Regresi	74



DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Distribusi Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	58
Gambar 4. 2 Distribusi Data Responden Berdasarkan Usia.....	59
Gambar 4. 3 Distribusi Data Responden Berdasarkan Suku Bangsa	60
Gambar 4. 4 Distribusi Data Responden Berdasarkan Domisili	61
Gambar 4. 5 Distribusi Data Responden Berdasarkan Pekerjaan	62
Gambar 4. 6 Distribusi Data Responden Berdasarkan Pendidikan	63
Gambar 4. 7 Distribusi Data Responden Berdasarkan Status Pernikahan	64
Gambar 4. 8 Data Deskriptif Kesehatan Mental.....	67
Gambar 4. 9 Kategorisasi Skor Kesehatan Mental	68
Gambar 4. 10 Data Deskriptif Persepsi Dukungan Sosial	69
Gambar 4. 11 Kategorisasi Skor Persepsi Dukungan Sosial.....	70
Gambar 4. 13 Grafik <i>Scatter-Plot</i>	72



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen Mental Health Inventory.....	90
Lampiran 2. Instrumen Multidimensional Scale of Perceived Social Support	99
Lampiran 3. Inform Consent.....	102
Lampiran 4. Data Kasar Mental Health Inventory	102
Lampiran 5. Data Kasar Multidimensional Scale of Perceived Social Support	103
Lampiran 6. Analisis Data Statistik Uji Normalitas	103
Lampiran 7. Analisis Data Statistik Uji Linearitas.....	103
Lampiran 8. Analisis Data Statistik Uji Korelasi	104
Lampiran 9. Analisis Data Statistik Uji Hipotesis	104
Lampiran 10. Analisis Data Statistik Deskriptif	106
Lampiran 11. Surat Expert Judgement.....	109

