

**PENGARUH KUALITAS HUBUNGAN BERPACARAN TERHADAP
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA PEREMPUAN DEWASA
AWAL**



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

Abigail Charlotte Joaqin

1801620108

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JULI 2024

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Abigail Charlotte Joaqin

NIM : 1801620108

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “**Pengaruh Kualitas Hubungan Berpacaran Terhadap Psychological Well-Being Pada Perempuan Dewasa Awal**” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Februari sampai dengan bulan Juni 2024.
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, 10 Juli 2024

Yang Membuat Pernyataan



(Abigail Charlotte Joaqin)

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

Pengaruh Kualitas Hubungan Berpacaran Terhadap Psychological Well-Being Pada
Perempuan Dewasa Awal

Nama Mahasiswa : Abigail Charlotte Joaquin
Nomor Registrasi : 1801620108
Program Studi : Psikologi

Tanggal Ujian : 28 Juni 2024

Pembimbing I

Sri Juwita Kusumawardhani M.Psi., Psikolog
NIP. 198811182022032005

Pembimbing II

Mira Ariyani, Ph.D
NIP. 197512012006042001

Panitian Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Si (Dekan/Penanggungjawab)*		31/7 - 2024
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)**		30/7 - 2024
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Ketua Penguji)***		30/7 - 2024
Lupi Yudhaningrum, M.Psi.Psikolog (Anggota)****		16 Juli 2024
Rahmadianty Gazadinda, M.Sc. (Anggota)****		10 Juli 2024

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Ciptakan kesempatanmu sendiri, sukses datang kepada mereka yang berani mengambil tindakan”



PERSEMBAHAN

Laporan skripsi ini saya persembahkan sebagai bukti kekuatan dan upaya saya dalam mencapai perjalanan hidup saya yang selanjutnya. Saya juga persembahkan kepada Daddy, Bunda, Kak Cia, Kak Angeliq, Mba Wita, Bu Mira dan teman-teman yang telah mendukung penyusunannya dari awal pemilihan topik sampai akhir pengumpulannya. Secara khusus untuk teman-teman perempuan yang mendukung pemilihan topik dan yang menunjukkan antusiasnya untuk membaca hasil penelitian ini, saya berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi peningkatan pengetahuan dan *awarness* para perempuan yang sedang menjalin hubungan romantis. Skripsi ini saya susun bersamaan dengan pelaksanaan magang sambil tetap aktif menjaga hubungan sosial saya dengan teman-teman. Sulit, tetapi Puji Syukur masih dapat saya lewati dengan baik.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
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 : Abigail Charlotte Joaquin.....
NIM : 1801620108.....
Fakultas/Prodi : Psikologi.....
Alamat email : agail268@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 Kualitas Hubungan Berpacaran Terhadap Psychological Well-Being
Pada Perempuan Dewasa Awal**

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 Agustus 2024

Penulis

(Abigail Charlotte Joaquin)

ABIGAIL CHARLOTTE JOAQIN
PENGARUH KUALITAS HUBUNGAN BERPACARAN TERHADAP
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL

Skripsi

Program Studi Psikologi
Fakultas Pendidikan Psikologi
Universitas Negeri Jakarta
2024

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kualitas hubungan berpacaran terhadap *psychological well-being* perempuan dewasa awal. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian adalah metode kuantitatif dengan teknik analisis regresi linear sederhana. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini merupakan adopsi dari Skala *Psychological Well-Being* yang telah diadaptasi oleh Rachmayani dan Ramdhani (2014) serta instrumen *The Perceived Relation Quality Component* yang telah diadaptasi oleh Rakhmah dan Tantiani (2024). Partisipan pada penelitian ini merupakan 223 perempuan berusia 18-25 tahun yang sedang menjalani hubungan berpacaran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas hubungan berpacaran berpengaruh signifikan terhadap keadaan *psychological well-being* perempuan dewasa awal.

Kata Kunci: Kualitas Hubungan, *Psychological Well-Being*, Perempuan, Dewasa Awal, Pacaran.

ABIGAIL CHARLOTTE JOAQIN

**THE INFLUENCE OF DATING RELATIONSHIP QUALITY ON
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN EARLY ADULT WOMEN**

Thesis

*Psychology Study Program
Faculty of Education Psychology
State University of Jakarta*

2024

ABSTRACT

The study aims to determine the effect of dating relationships quality on the psychological well-being of early adult women. This study uses a quantitative method with a simple linear regression. The instrument used in this research was an adoption of the Psychological Well-Being Scale which was adapted by Rachmayani and Ramdhani (2014) and The Perceived Relation Quality Component was adapted by Rakhmah and Tantiani (2024). This study involved 223 women aged 18-25 who were in a dating relationship. The results show that the quality of dating relationships has a significant effect on the psychological well-being of early adult women.

Keyword: Relationship Quality, Psychological Well-Being, Weomen, Early Adult, Dating.

KATA PENGANTAR

Segala Puji Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas izin dan berkat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi yang berjudul “Pengaruh Kualitas Hubungan Berpacaran Terhadap Psychological Well-Being Pada Perempuan Dewasa Awal” sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan Strata 1 pada program studi Psikologi di Universitas Negeri Jakarta.

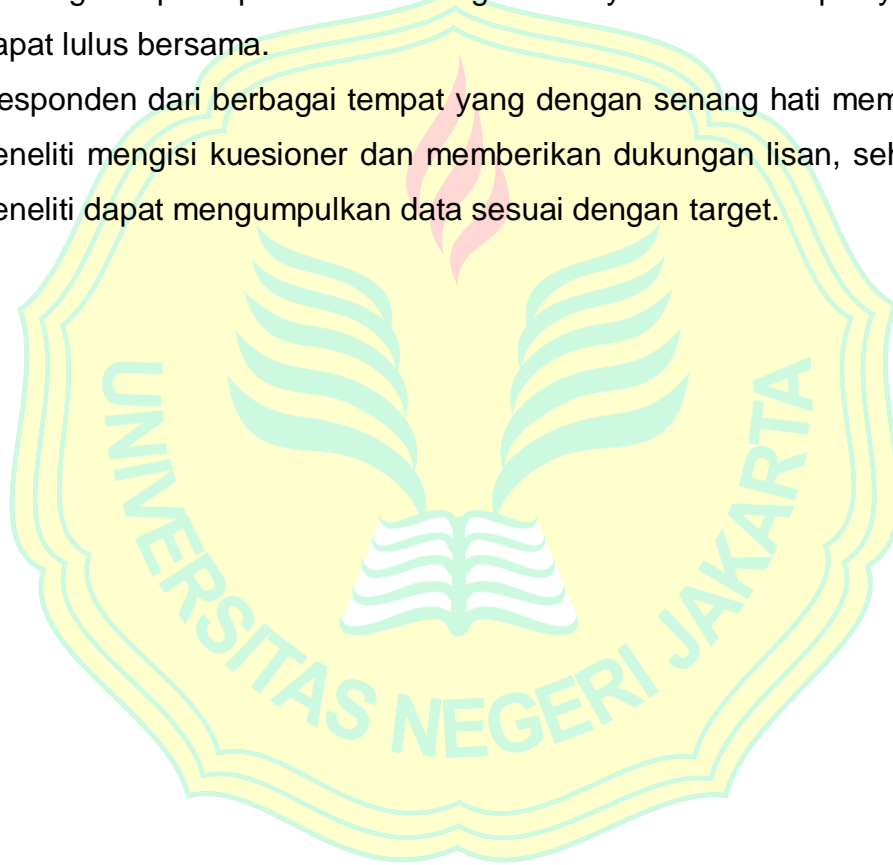
Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan, bimbingan, dan doa berbagai pihak selama penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih sedalam-dalamnya kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Si selaku Dekan, Bapak Dr. Gumgum Gumelar, M.Si selaku Wakil Dekan I, Bapak Herdian Maulana, PhD selaku Wakil Dekan II, dan Ibu Mira Ariyani, Ph.D selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan dan Alumni Fakultas Pendidikan Psikologi atas pimpinannya, sehingga Fakultas Pendidikan Psikologi dapat menjadi Fakultas yang memiliki akreditasi dan sistem yang baik.
2. Ibu Dr. Anna Armeini Rangkuti S.Psi. M.Si selaku Koordinator Program Studi Psikologi S1 atas program-program yang telah dibuat untuk kebaikan dan perkembangan Mahasiswa-mahasiswi Psikologi.
3. Mba Sri Juwita Kusumawardhani M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I Skripsi yang telah sabar membimbing, mendukung, dan memberikan waktu serta kepercayaan, sehingga kami ber-6 mahasiswa bimbingan Mba Wita dapat melewati kesulitan serta kekhawatiran dengan baik.
4. Ibu Mira Ariyani, Ph.D selaku Dosen Pembimbing II Skripsi yang telah memberikan bimbingan, dukungan, persetujuan, dan waktu dari awal pemilihan topik sampai dengan akhir penyusunan skripsi.
5. Ibu Mauna, S. Psi. M.Psi selaku Dosen Pembimbing Akademik atas arahan, perhatian, dan dukungannya, sehingga penulis dapat menyelesaikan seluruh pembelajaran yang ada dengan baik.

6. Seluruh jajaran dosen Fakultas Pendidikan Psikologi UNJ yang telah membagikan ilmu dan pengalamannya selama masa perkuliahan.
7. Seluruh jajaran staf dan karyawan Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, dan Universitas Negeri Jakarta atas bantuannya dalam mengurus kebutuhan-kebutuhan selama perkuliahan
8. Daddy dan Bunda yang telah mendukung secara fisik maupun psikis, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini tepat waktu. Selain itu, atas segala bantuan nasehat dan lainnya, sehingga peneliti dapat tetap menjaga kesehatan ditengah aktivitas yang padat.
9. Kak Cia dan Kak Angeliq yang telah mendukung dan membantu peneliti dalam menangani berbagai hal yang mungkin dapat mengganggu berjalannya penyusunan penelitian ini. Selain itu, atas dukungan mental dan asupan yang selalu diberikan.
10. Nelson Leonardo Patrick Sirait, S.I.P. yang telah membantu, menemani, mengantar, dan mensupport penyusunan skripsi ini dari awal sampai dengan selesai. Sumber semangat dan tenaga ketika lelah dan putus asa. Tempat bercerita dan mencari solusi dalam segala masalah.
11. Sansan teman seperjuangan skripsi dari pemilihan judul sampai dengan pengumpulan hasil. Teman berdiskusi mengenai hal apapun yang menyulitkan selama pengerjaan. Terima kasih sudah selalu siap diajak untuk nugas diluar ketika penulis tidak bisa mengerjakan skripsi dirumah.
12. Irene dan Kezia yang mendukung pengerjaan skripsi dari awal hingga akhir. Selalu memberikan saran dan pesan ketika mengerjakan skripsi. Selalu bersabar dan mengerti ketika penulis membutuhkan *refreshing*.
13. Rachma, Arin, Anggi, dan Luvy yang selalu membantu pekerjaan di magang, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi dengan baik. Selalu siap ditanyakan mengenai segala hal dan mewarnai hari-hari magang, sehingga penulis tidak stress dan burnout ketika menjalani magang-skripsi.
14. Harjamukti, terutama Vieka, Erin, dan Nilam yang selalu bersedia di hubungi dan di telpon jamberapapun itu. Teman-teman yang selalu

mengingatkan penulis hal-hal penting yang mungkin terlewat. Teman-teman yang sangat mengerti penulis, sehingga selalu memperhatikan dan membantu penulis.

15. Nadhira teman penulis selama bimbingan dan pengerjaan skripsi. Selalu menemani perjalanan penulis, baik perjalanan darat maupun perjalanan mental. Terima kasih sudah mau sedih dan bahagia bersama.
16. Irene, Maudi, Gevira, Tabita, dan Namira teman sekolah penulis yang masih terus mensupport sampai saat ini. Teman yang memberikan semangat kepada penulis untuk segera menyelesaikan skripsinya agar dapat lulus bersama.
17. Responden dari berbagai tempat yang dengan senang hati membantu peneliti mengisi kuesioner dan memberikan dukungan lisan, sehingga peneliti dapat mengumpulkan data sesuai dengan target.



DAFTAR ISI

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	2
1.1 Latar Belakang Masalah	2
1.2 Identifikasi Masalah	7
1.3 Pembatasan Masalah	7
1.4 Rumusan Masalah.....	8
1.5 Tujuan Penelitian	8
1.6 Manfaat Penelitian	8
1.6.1 Manfaat Teoritis	8
1.6.2 Manfaat Praktis	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 <i>Psychological Well-Being</i>	9
2.1.1 Definisi <i>Psychological Well-Being</i>	9
2.1.2 Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	9
2.1.3 Faktor <i>Psychological Well-Being</i>	11
2.1.4 Dampak <i>Psychological Well-Being</i>	13
2.2 Kualitas Hubungan Berpacaran	13
2.2.1 Definisi Kualitas Hubungan Berpacaran.....	13
2.2.2 Komponen Kualitas Hubungan Berpacaran	14
2.2.3 Faktor Kualitas Hubungan.....	14
2.2.4 Dampak Kualitas Hubungan	15
2.3 Hubungan Berpacaran.....	15
2.4 Dewasa Awal.....	16
2.5 Hubungan antara <i>Psychological Well-Being</i> dengan Kualitas Hubungan Berpacaran pada Perempuan Dewasa Awal	16
2.6 Kerangka Konseptual/Kerangka Pemikiran	18
2.7 Hipotesis.....	18
2.8 Hasil Penelitian yang Relevan	18
2.8.1 Penelitian Ursila (2012).....	18
2.8.2 Penelitian Millemareta dan Widodo (2022)	19
2.8.3 Penelitian Soons dan Liebroer (2015).....	19
2.8.4 Penelitian Septiandinny (2022)	19
2.8.5 Penelitian Sagone, dkk. (2023)	20
BAB III METODE PENELITIAN	21
3.1 Tipe Penelitian.....	21
3.2 Identifikasi Konseptual dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	21

3.2.1	Definisi Konseptual	22
3.2.2	Definisi Operasional	22
3.3	Populasi dan Sampel	23
3.3.1	Populasi Penelitian	23
3.3.2	Sampel Penelitian	23
3.3.3	Teknik <i>Sampling</i>	24
3.4	Teknik Pengumpulan Data	24
3.4.1	Teknik Pengambilan Data	24
3.4.2	Instrumen Psychology Well-Being (PWB)	25
3.4.3	Instrumen The Perceived Relationship Quality Component (PRQC)	29
3.5	Analisis Data	31
3.5.1	Uji Normalitas	31
3.5.2	Uji Linieritas	31
3.5.3	Uji Heteroscedastisitas	32
3.5.4	Uji Korelasi	32
3.5.5	Uji Hipotesis	32
3.5.6	Analisis Data Tambahan	33
3.6	Hipotesis Statistik	33
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	34
4.1	Gambaran Responden/Subyek Penelitian	34
4.1.1	Gambaran Responden Berdasarkan Usia	34
4.1.2	Gambaran Responden Berdasarkan Durasi Berpacaran	34
4.1.3	Gambaran Responden Berdasarkan Pekerjaan	35
4.1.4	Gambaran Responden Berdasarkan Domisili	35
4.2	Prosedur Penelitian	36
4.2.1	Persiapan Penelitian	36
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian	37
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian	37
4.3.1	Data Deskriptif Variabel Psychological Well-Being	37
4.3.2	Data Deskriptif Variabel Kualitas Hubungan Berpacaran	38
4.3.3	Kategorisasi Skor Variabel Psychological Well-Being	39
4.3.4	Hasil Uji Asumsi Klasik	39
4.4	Uji Hipotesis	42
4.4.1	Hasil Uji Regresi Linear Sederhana	42
4.5	Hasil Analisis Tambahan	43
4.5.1	Hasil Uji One-Way ANOVA Faktor Mempegaruhi terhadap <i>Psychological Well-Being</i>	43
4.6	Pembahasan	44
4.7	Keterbatasan Penelitian	46
BAB V	KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	47
5.1	Kesimpulan	47
5.2	Implikasi	47
5.3	Saran	48
5.3.1	Bagi Penelitian Selanjutnya	48
5.3.2	Bagi Perempuan Dewasa Awal	48
5.3.3	Bagi Lembaga Psikologi	48
DAFTAR PUSTAKA	49



DAFTAR GAMBAR

Kerangka Pemikiran.....	18
-------------------------	----



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Sebaran butir item psychological well-being	26
Tabel 3.2	Sebaran butir skala likert <i>psychological well-being</i>	26
Tabel 3.3	Hasil Analisis Reliabilitas Skala <i>Psychological Well-being</i>	27
Tabel 3.4	Rincian analisis reliabilitas skala psychological well-being	28
Tabel 3.5	Rincian analisis validitas skala <i>psychological well-being</i>	28
Tabel 3.6	Sebaran butir the perceived relationship quality component ..	29
Tabel 3.7	Sebaran butir skala likert the perceived relationship quality component	30
Tabel 3.8	Hasil Analisis Reliabilitas The Perceived Relationship Quality Component	31
Tabel 4.1	Jumlah responden berdasarkan usia	34
Tabel 4.2	Jumlah responden berdasarkan durasi berpacaran	35
Tabel 4.3	Jumlah responden berdasarkan pekerjaan	35
Tabel 4.4	Jumlah responden berdasarkan domisili	36
Tabel 4.5	Data deskriptif variabel psychological well-being	38
Tabel 4.6	Data deskriptif variabel kualitas hubungan	38
Tabel 4.7	Kategorisasi skor variabel psychological well-being	39
Tabel 4.8	Hasil uji normalitas	40
Tabel 4.9	Hasil uji linearitas	40
Tabel 4.10	Hasil uji heteroskedastisitas	41
Tabel 4.11	Hasil uji korelasi	41
Tabel 4.12	Interpretasi koefisien korelasi	42
Tabel 4.13	Hasil r square uji regresi linear sederhana	42
Tabel 4.14	Hasil uji one-way ANOVA <i>psychological well-being</i> berdasarkan usia	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Analisis Data Statistik.....	58
Lampiran 2 Hasil Uji Asumsi Klasik.....	60
Lampiran 3 Hasil Uji Hipotesis dan Uji Tambahan	61
Lampiran 4 Instrumen Skala/Kuesioner	62
Lampiran 5 <i>Curriculum Vitae</i>	68

