

**Pengaruh *Perfectionism* Terhadap *Psychological well-being* Anak
Sulung Perempuan Usia Dewasa Awal**



Oleh:

Muthia Hanina Muthalib

1801621220

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi memenuhi salah satu syarat memperoleh Gelar

Sarjana Psikologi

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JULI 2025**

**Pengaruh *Perfectionism* Terhadap *Psychological well-being* Pada
Anak Sulung Perempuan Usia Dewasa Awal**



Oleh:

Muthia Hanina Muthalib

1801621220

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JULI 2025**

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGUJI

PENGARUH *PERFECTIONISM* TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA ANAK SULUNG PEREMPUAN USIA DEWASA AWAL

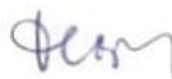
Nama : Muthia Hanina Muthalib
NIM : 1801621220
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Pembimbing 1



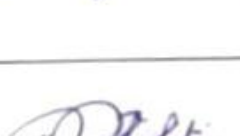
Adhissa Qonita, M.Psi, Psikolog
(199211032020122016)

Pembimbing 2



Deasyanti, Ph.D, Psikolog.
(196612072005012001)

Panitia Ujian/Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si. (Penanggungjawab)		15/7/25
Mira Aryani, Ph.D. (Wakil Penanggungjawab)		21/7/25
Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi, Psikolog. (Ketua Penguji)		11/07/2025
Dr. Phil Zarina Akbar, M.Psi, Psikolog. (Anggota)		14/07/2025
Nanda Putri Adhiningtyas, M.Psi, Psikolog. (Anggota)		10/07/2025

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Muthia Hanina Muthalib

NIM : 1801621220

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh *Perfectionism* Terhadap *Psychological Well-Being* Anak Sulung Perempuan Usia Dewasa Awal” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Februari sampai dengan bulan Juni 2023.
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 tidak benar.

Jakarta, 26 Juni 2025

Yang Membuat Pernyataan



Muthia Hanina Muthalib

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN



Skripsi ini saya persembahkan kepada kedua orang tua saya, Ummi dan Abi yang selalu mendukung saya dalam perjalanan hidup saya dengan segala pengorbanan.

Skripsi ini juga saya persembahkan untuk seluruh anak sulung perempuan yang tengah merangkul riak dalam dirinya dan menjadi ombak dilautan.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS 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 : Muthia Hanina Muthalib
NIM : 1801621220
Fakultas/Prodi : Fakultas Psikologi / Psikologi
Alamat email : muthia3105@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 Perfectionism Terhadap Psychological Well-Being Anak
Sulung Perempuan Usia 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, 9 Agustus 2025

(Muthia Hanina M.)
nama dan tanda tangan

MUTHIA HANINA MUTHALIB

PENGARUH *PERFECTIONISM* TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* ANAK SULUNG PEREMPUAN USIA DEWASA AWAL

SKRIPSI

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta,

2025

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan demi mengetahui pengaruh *perfectionism* terhadap *psychological well-being* anak sulung perempuan usia dewasa awal. Penelitian ini merupakan penelitian dengan metode kuantitatif dengan uji hipotesis yaitu uji regresi linear sederhana. Instrumen penelitian yang digunakan adalah Ryff's *Psychological well-being* Scale untuk mengukur kesejahteraan psikologis dan Almost Perfect Scale-Revised untuk mengukur perfeksionisme. Teknik penentuan sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Penelitian ini melibatkan 245 orang responden yang merupakan anak sulung perempuan berusia dewasa awal. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh *perfectionism* adaptif terhadap *psychological well-being* pada anak sulung perempuan usia dewasa awal. Pengaruh yang diberikan sebesar 21,8%. Dilakukan juga analisis parsial menggunakan tipe *perfectionism* dan ditemukan hasil bahwa tipe *perfectionism* dan didapatkan hasil berupa *adaptive perfectionist* memiliki pengaruh positif terhadap *psychological well-being* dengan nilai koefisien B sebesar 20,919.

Kata Kunci: Psychological Well-Being, *Perfectionism*, Anak sulung perempuan

MUTHIA HANINA MUTHALIB

**THE INFLUENCE OF PERFECTIONISM ON THE PSYCHOLOGICAL WELL-
BEING OF ELDEST DAUGHTER IN EMERGING ADULthood**

Undergraduate Thesis

**JAKARTA: PSYCHOLOGY STUDY PROGRAM, FACULTY OF
PSYCHOLOGY, STATE UNIVERSITY OF JAKARTA**

2025

ABSTRACT

This study was conducted to examine the influence of perfectionism on the psychological well-being of eldest daughters in emerging adulthood. The research employed a quantitative method with hypothesis testing using simple linear regression analysis. The instruments used in this study were Ryff's Psychological Well-Being Scale to measure psychological well-being and the Almost Perfect Scale-Revised to measure perfectionism. The sampling technique applied was non-probability sampling, specifically purposive sampling. The study involved 245 respondents, all of whom were eldest daughters in the emerging adulthood stage. The findings revealed a significant influence of adaptive perfectionism on the psychological well-being of eldest daughters in emerging adulthood, accounting for 21.8% of the variance. A partial analysis was also conducted based on perfectionism types, and the results indicated that adaptive perfectionists have a positive influence on psychological well-being, with a coefficient (B) value of 20.919.

Keywords: Psychological Well-Being, Perfectionism, Eldest Daughter

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahilladzi bini'matih tatimmush shalihah, Allahumma sholli ala Muhammad.

Segala puji bagi Allah atas segala Rahmat dan kasih sayang-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh *Perfectionism* Terhadap *Psychological well-being* Anak sulung perempuan Usia Dewasa Awal” dengan optimal. Penulisan skripsi ini menjadi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada program studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.

Berbagai dukungan, arahan, bimbingan, dan doa sangat bermakna bagi penulis dalam proses penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan penulis akal, sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar F.R., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Mira Ariyani, PhD selaku Wakil Dekan Bidang Akademik, Kmeahasiswaan, dan Alumni.
4. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd Wakil Dekan Bidang Sumber Daya dan Keuangan.
5. Bapak Herdiyan Maulana, PhD selaku Wakil Dekan Bidang Riset, Sistem Informasi, Inovasi & Kerjasama.
6. Mba Adhissa Qonita, M.Psi, Psikolog selaku Dosen Pembimbing I. ucapan terimakasih sebesar-besarnya saya sampaikan dengan penuh cinta dan hormat atas segala kesabarannya dalam mendampingi penyusunan skripsi ini dari awal.
7. Ibu Deasyanti, PhD selaku Dosen Pembimbing II yang senantiasa mendampingi penulis dalam menyusun skripsi.

8. Segenap dosen Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah melimpahkan ilmunya yang sangat bermanfaat bagi penulis selama masa perkuliahan.
9. Seluruh responden yang terlibat pada penelitian ini karena telah menyempatkan waktunya untuk mengisi kuesioner.
10. Abi, Ummi, dan Ayesha selaku keluarga yang telah memberikan dukungan secara emosional maupun materiil. Penulis berharap dengan selesainya skripsi ini dapat menjadi kebanggaan untuk kalian.
11. Citam, Kuro, dan Katun, kucing-kucing kesayangan saya, yang telah menjadi teman setia dalam setiap proses.
12. Firza, Nabila, dan Shahnaz, teman-teman seperjuangan penulis mulai dari menjalani masa perkuliahan dan juga tempat penulis untuk berbagi cerita.
13. Nisrina, Udin, Salma, Tiara, Alifa, Charles, Fahrul, Rehan Onti, selaku teman penulis dalam mengerjakan tugas kuliah.
14. Perpustakaan Jakarta TIM (Taman Ismail Marzuki) yang telah memberikan akses fasilitas dan referensi yang sangat membantu dalam proses penyusunan skripsi ini.
15. Departemen Sosial Masyarakat periode 2022-2024 yang telah memberi penulis banyak pelajaran dalam berkehidupan dengan kehangatan di dalamnya.
16. BPH Kaderisasi 2023 yang senantiasa kebersamaian penulis dalam berorganisasi dan berkepanitiaan.
17. Nazwa, Walid, dan Dhiya selaku staf Departemen Sosial Masyarakat yang senantiasa memberikan dukungannya selama penulis menjalani Organisasi.

18. Diri saya sendiri yang selalu ingin belajar dan berproses menjadi lebih baik. Semoga pencapaian ini tidak menjadikan penulis berhenti untuk terus belajar dan mengembangkan potensi diri yang ada.

Jakarta, 26 Juni 2025



Muthia Hanina Muthalib



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGUJI.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	10
1.3 Pembatasan Masalah	11
1.4 Rumusan masalah.....	11
1.5 Tujuan Penelitian.....	11
1.6 Manfaat Penelitian.....	11
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	11
1.6.2 Manfaat Praktis	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
2.1 <i>Psychological well-being</i>	13
2.1.1 Definisi <i>Psychological Well-Being</i>	13
2.1.2 Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	14
2.1.3 Faktor yang Memengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	15

2.1.4 Alat Ukur <i>Psychological Well-Being</i>	17
2.1.4.1 <i>Psychological well-being</i> Scale 18 Versions	17
2.1.4.2 Oxford Happiness Questionnaire (OHQ)	18
2.1.4.3 Psychological General Well-Being Index Short	18
2.2 <i>Perfectionism</i>	19
2.2.1 Definisi <i>Perfectionism</i>	19
2.2.2 Dimensi <i>Perfectionism</i>	20
2.2.3 Faktor yang memengaruhi <i>Perfectionism</i>	21
2.2.4 Alat Ukur <i>Perfectionism</i>	22
2.2.4.1 The Almost Perfect Scale-Revised.....	22
2.2.4.2 Hewitt & Flett Multidimensional <i>Perfectionism</i> Scale (HFMPS) .	22
2.2.4.3 Frost Multidimensional <i>Perfectionism</i> Scale (FMPS)	23
2.3 Dewasa Awal.....	23
2.3.1 Pengertian Dewasa Awal	23
2.3.2 Karakteristik Masa Dewasa Awal.....	24
2.3.3 Tugas Perkembangan Masa Dewasa Awal.....	26
2.4 Anak sulung perempuan.....	27
2.4.1 Anak Pertama.....	27
2.4.2 Perempuan	28
2.5 Hubungan <i>Perfectionism</i> dengan Psychological Well-Being.....	29
2.6 Kerangka Konseptual	30
2.7 Hipotesis.....	31
2.8 Hasil Penelitian yang Relevan.....	31
BAB III METODE PENELITIAN	34
3.1 Tipe Penelitian.....	34
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel	34
3.2.1 Definisi Konseptual	34
3.2.1.1 Definisi Konseptual Psychological Well-Being	34
3.2.1.2 Definisi Konseptual <i>Perfectionism</i>	35
3.2.2 Definisi Operasional	35
3.2.2.1 Definisi Operasional Psychological Well-Being	35
3.2.2.2 Definisi Operasional <i>Perfectionism</i>	35

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	35
3.3.1 Populasi Penelitian.....	35
3.3.2 Sampel Penelitian	35
3.3.3 Teknik <i>Sampling</i>	36
3.4 Teknik Pengumpulan Data	36
3.4.1 Teknik Pengambilan Data.....	36
3.4.2 Instrumen Penelitian	37
3.4.2.1 Instrumen <i>Psychological Well-Being</i>	37
3.4.2.1.1 Latar Belakang Instrumen <i>Psychological Well-Being</i>	37
3.4.2.1.2 Kisi-kisi Instrumen <i>Psychological Well-Being</i>	38
3.4.2.1.3 Proses Adaptasi Instrumen Kesejahteraan Psikologis.....	39
3.4.2.1.4 Uji Coba Instrumen	39
3.4.2.2 Instrumen <i>Perfectionism</i>	41
3.4.2.2.1 Latar Belakang Instrumen <i>Almost Perfect Scale-Revised</i>	41
3.4.2.2.2 Kisi-kisi Instrumen <i>Perfectionism</i>	42
3.4.2.2.3 Proses Adaptasi Instrumen <i>Perfectionism</i>	43
3.4.2.2.4 Uji Coba Instrumen <i>Perfectionism</i>	43
3.5 Analisis Data	46
3.5.1 Uji Statistik	46
3.5.2 Uji Asumsi Prasyarat	46
3.5.2.1 Uji Normalitas	46
3.5.2.2 Uji Multikolinearitas	46
3.5.2.3 Uji Heteroskedastisitas.....	47
3.5.3 Uji Hipotesis	47
3.5.3.1 Uji Korelasi	47
3.5.3.2 Uji Analisis Regresi	47
3.5.4 Hipotesis Statistik	48
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	49
4.1 Gambaran Partisipan Penelitian	49
4.2 Prosedur Penelitian.....	53
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	53
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	55

4.3 Hasil Analisis Data Penelitian	55
4.3.1 Hasil Deskriptif <i>Psychological Well-Being</i>	55
4.3.1.1 Kategorisasi Skor <i>Psychological Well-Being</i>	56
4.3.2 Hasil Deskriptif <i>Perfectionism</i>	57
4.3.2.1 Kategorisasi Skor <i>Perfectionism</i>	58
4.3.3 Hasil Uji Asumsi Prasyarat	59
4.3.3.1 Hasil Uji Normalitas	59
4.3.3.2 Hasil Uji Multikolinearitas	59
4.3.3.3 Hasil Uji Heteroskedastisitas	60
4.3.4 Hasil Uji Hipotesis	61
4.3.4.1 Hasil Uji Korelasi	61
4.3.4.2 Hasil Uji Regresi	61
4.4 Pembahasan	64
4.5 Keterbatasan Penelitian	68
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	69
5.1 Kesimpulan	69
5.2 Implikasi	69
5.3 Saran dan Rekomendasi	70
5.3.1 Saran Bagi Anak sulung perempuan Dewasa Awal	70
5.3.2 Bagi Orang Tua dan Orang Terdekat	70
5.3.3 Bagi Penelitian Selanjutnya	70
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN	76
RIWAYAT HIDUP	93

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual.....	31
Gambar 4. 1 Scatterplot dalam Uji Heteroskedastisitas	60



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Kisi-Kisi Instrumen Psychological well-being Scale	38
Tabel 3. 2 Respon Skala Psychological well-being Scale	38
Tabel 3. 3 Hasil Uji Diskriminasi Psychological well-being Scale	40
Tabel 3. 4 Hasil Uji Reliabilitas Psychological well-being Scale.....	41
Tabel 3. 5 Blueprint Almost Perfect Scale-Revised	42
Tabel 3. 6 Respon Skala Almost Perfect Scale-Revised.....	43
Tabel 3. 7 Hasil Uji Diskriminasi Item Almost Perfect Scale	44
Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas Almost Perfect Scale-Revised	45
Tabel 4. 1 Gambaran responden berdasarkan usia.....	49
Tabel 4. 2 Gambaran responden berdasarkan usia.....	50
Tabel 4. 3 Gambaran responden berdasarkan pekerjaan	51
Tabel 4. 4 Gambaran Responden Berdasarkan Pendapatan Per Bulan	52
Tabel 4. 5 Gambaran Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir	53
Tabel 4. 6 Data Deskriptif Psychological Well-Being	56
Tabel 4. 7 Kategorisasi Skor Psychological Well-Being.....	57
Tabel 4. 8 Hasil Deskriptif Perfectionism	57
Tabel 4. 9 Kategorisasi Perfectionism	58
Tabel 4. 10 Hasil Uji Normalitas.....	59
Tabel 4. 11 Hasil Uji Multikolinearitas.....	60
Tabel 4. 12 Hasil Uji Korelasi	61
Tabel 4. 13 Model Summary Regresi Linear.....	62
Tabel 4. 14 Uji Signifikansi Keseluruhan ANOVA.....	62
Tabel 4.15 Persamaan Regresi Linear	63

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Informed Consent Wawancara Preliminary.....	76
Lampiran 2: Hasil Uji Diskriminasi Item dan Reliabilitas Alat Ukur.....	78
Lampiran 3: Data Demografis	80
Lampiran 4: Data Deskriptif dan Kategorisisasi Variabel	83
Lampiran 5 Hasil Pengolahan Data	84
Lampiran 6: Instrumen Alat Ukur.....	86
Lampiran 7: Lembar Validasi Istrumen Penelitian	91

