

**PENGARUH KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS TERHADAP
KESIAPAN MENIKAH PADA DEWASA MUDA
DI JABODETABEK**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
TAHUN 2026**

**PENGARUH KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS TERHADAP
KESIAPAN MENIKAH PADA DEWASA MUDA
DI JABODETABEK**



Tazkia Nayla Pratiwi

1801622127

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
TAHUN 2026**

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING DAN PENGUJI

PENGARUH KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS TERHADAP KESIAPAN MENIKAH PADA DEWASA MUDA DI JABODETABEK

Nama Mahasiswa : Tazkia Nayla Pratiwi
NIM : 1801622127
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 9 Juli 2026

Pembimbing I



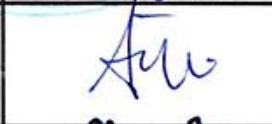
Anggi Mayangsari, M.Psi., Psikolog
NIP. 199505312022032017

Pembimbing II



Deasyanti, Ph.D., Psikolog
NIP. 196612072005012001

Panitia Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gungum Gumelar Fajar Rahman, M.Si. (Dekan/Penanggungjawab)		31/07/2026
Mira Ariyanti, Ph.D. (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)		31/07/2026
Gita Irianda Rizkyani Medellu, M.Psi., Psikolog (Ketua Penguji)		29/07/2026
Santi Yudhistira, M.Psi., Psikolog Dosen Penguji I (Anggota)		21/7/2026
Jimny Hilda Fauzia, M.Psi., Psikolog Dosen Penguji II (Anggota)		21/7/2026

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Tazkia Nayla Pratiwi
NIM : 1801622127
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul **“Pengaruh Kesejahteraan Psikologis terhadap Kesiapan Menikah pada Dewasa Muda di Jabodetabek”** adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Februari sampai dengan bulan Juli 2026
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, 5 Juli 2026

Yang Membuat Pernyataan



Tazkia Nayla Pratiwi

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

"Allah doesn't burden a soul beyond that it can bear."

—QS. Al Baqarah: 286

"Forces beyond your control can take away everything you possess except one thing, your freedom to choose how you will respond to the situation."

—Victor E. Frankl

"It's all right. It's like stumbling on a rock on the roadside. It's petty... a small thing. The place you want to go is farther off in the distance. So it's all right.

You will stand up. And you will start walking. Soon..."

—Guts, Berserk

PERSEMBAHAN

Untuk diriku yang tetap kuat berdiri bersama harapan yang tak kunjung padam.

Dan untuk mereka yang tak henti-hentinya melantunkan doa yang menyertai setiap langkahku. Terima kasih.

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

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 : TAZKIA NAYLA PRATIWI
NIM : 1801622127
Fakultas/Prodi : PSIKOLOGI / PSIKOLOGI
Alamat email : tazkianayla04@gmail.com

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

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

yang berjudul :

PENGARUH KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS TERHADAP KESIAPAN MENIKAH
PADA DEWASA MUDA DI JABODETABEK

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan 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 , 5 AGUSTUS 2026

Penulis

(TAZKIA NAYLA PRATIWI)
nama dan tanda tangan

TAZKIA NAYLA PRATIWI

Pengaruh Kesejahteraan Psikologis terhadap Kesiapan Menikah
pada Dewasa Muda di Jabodetabek

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi,
Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta
2026

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap kesiapan menikah dewasa muda di Jabodetabek. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non-eksperimental dengan desain survei yang melibatkan 407 dewasa muda berusia 18-30 tahun, belum menikah, dan berdomisili di Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, atau Bekasi. Teknik pengambilan data yang digunakan adalah *non-probability sampling* dengan metode *convenience sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Criteria for Marriage Readiness Questionnaire* (CMRQ) yang diadaptasi oleh Anindita, Viranda, dan Oktavia (2024) berdasarkan teori kesiapan menikah Carroll dkk. (2009), serta *Psychological Well-Being (PWB) Short Scale* yang diadaptasi oleh Humaidah dan Mulyono (2025) berdasarkan teori kesejahteraan psikologis Ryff dan Keyes (1995). Analisis data dilakukan dengan menggunakan *Simple Linear Regression*. Hasil analisis menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesiapan menikah dengan kontribusi sebesar 15,5%. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis berperan dalam meningkatkan kesiapan individu dewasa muda untuk menjalani kehidupan pernikahan.

Kata Kunci: kesiapan menikah, kesejahteraan psikologis, dewasa awal.

TAZKIA NAYLA PRATIWI

*The Influence of Psychological Well-Being on Marriage Readiness
among Young Adults in Jabodetabek*

Undergraduate Thesis

*Jakarta: Major of Psychology,
Faculty of Psychology, State University of Jakarta
2026*

ABSTRACT

This study aimed to examine the effect of psychological well-being on marriage readiness of young adults in Jabodetabek. This study used a non-experimental quantitative method with a survey design involving 407 young adults aged 18-30 years, unmarried, and domiciled in Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, or Bekasi. The sampling technique used was non-probability sampling with a convenience sampling method. The research instruments consisted of the Criteria for Marriage Readiness Questionnaire (CMRQ) adapted by Anindita, Viranda, and Oktavia (2024) based on Carroll et al.'s (2009) theory of marriage readiness theory, and the Psychological Well-Being (PWB) Short Scale adapted by Humaidah and Mulyono (2025) based on Ryff and Keyes's (1995) theory of psychological well-being. Data were analyzed using Simple Linear Regression. The results indicated that psychological well-being had a positive and significant effect on marriage readiness with a contribution of 15,5%. The findings suggest that psychological well-being plays an important role in enhancing young adults' readiness to live married life.

Keywords: *marriage readiness, psychological well-being, early adulthood.*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadirat hadirat Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Pengaruh Kesejahteraan Psikologis terhadap Kesiapan Menikah Dewasa Muda di Jabodetabek". Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Negeri Jakarta.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, peneliti memperoleh banyak bantuan, dukungan, motivasi, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Mira Ariyani, Ph.D., selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd., selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D., selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Irma Rosalinda Lubis, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Kepala Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Mba Anggi Mayangsari, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing I skripsi dan Bu Deasyanti, Ph.D., Psikolog selaku dosen pembimbing II skripsi yang telah memberikan arahan, masukan, dan bimbingan selama proses penyusunan skripsi peneliti.
7. Ibu peneliti yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, dukungan moral serta material kepada peneliti. Keberadaan Ibu membuat peneliti memiliki kekuatan untuk menjalani berbagai proses kehidupan, termasuk menyelesaikan pendidikan hingga tahap ini.
8. Mbah Uti dan Mbah Kakung yang selalu mendoakan, memberikan dukungan, dan menyayangi peneliti meskipun jarak memisahkan.
9. Seluruh keluarga yang telah memberikan dukungan dan menjadi bagian dalam perjalanan pendidikan peneliti.

10. Sahabat dekat peneliti sejak SMP dan SMA, yaitu Arifah dan Nabila (Chimmy) yang tetap tulus menjalin pertemanan dengan peneliti hingga saat ini.
11. Teman-teman seperjuangan sejak semester awal perkuliahan "Cilembu Surga", yaitu Hafida, Pinka, Devi, Ayuni, dan Fiona yang telah menemani peneliti dalam berbagai dinamika kehidupan selama masa perkuliahan.
12. Teman-teman Kelas A (Adudu) yang telah menjadi ruang bagi peneliti untuk belajar dan berkembang selama menjalani perkuliahan.
13. Teman-teman yang turut mewarnai kehidupan perkuliahan peneliti, yaitu partner Bismillah PKM (Shafa, Marsya, dan Hafida), partner magang PKP (Syifa, Izzati, Kiara, Dinda, Lola, Shafa, dan Pinka), partner diskusi seru (Jeki, Nayla, dan Nabila), teman-teman Sahabat Sebaya PLPBK UNJ, serta teman-teman psikologi yang membuat peneliti merasa berada di tempat yang tepat.
14. Para psikolog peneliti yang telah membantu proses *self healing* peneliti, sehingga peneliti dapat bertumbuh ke arah yang lebih baik dan adaptif.
15. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah membantu peneliti selama proses perkuliahan dan penyusunan skripsi.
16. Dan terakhir, diri peneliti sendiri yang telah berupaya memaknai dan menjalani setiap proses jatuh bangun dalam rangkaian perjalanan mempelajari ilmu psikologi.

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki keterbatasan dan kekurangan, sehingga peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaannya. Akhir kata, peneliti berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya pada bidang psikologi.

Jakarta, 5 Juli 2026



Tazkia Nayla Pratiwi

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING DAN PENGUJI.....	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iii
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	7
1.3 Pembatasan 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	9
BAB II	10
TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Kesiapan Menikah.....	10
2.1.1 Definisi Kesiapan Menikah	10
2.1.2 Faktor-faktor yang Berkontribusi terhadap Kesiapan Menikah	12
2.1.3 Aspek Kesiapan Menikah	15
2.1.4 Instrumen Kesiapan Menikah	17
2.2 Kesejahteraan Psikologis	18
2.2.1 Definisi Kesejahteraan Psikologis	18
2.2.2 Faktor-faktor yang Berkontribusi terhadap Kesejahteraan Psikologis ..	19

2.2.3 Dimensi Kesejahteraan Psikologis.....	20
2.2.4 Instrumen Kesejahteraan Psikologis	22
2.3 Dewasa Muda.....	23
2.3.1 Definisi Dewasa Muda.....	23
2.3.2 Tugas Perkembangan Dewasa Muda	24
2.4 Keterkaitan Kesiapan Menikah dan Kesejahteraan Psikologis pada Dewasa Muda.....	27
2.5 Kerangka Konseptual	28
2.6 Hipotesis Penelitian	30
2.7 Hasil Penelitian yang Relevan	30
BAB III.....	34
METODE PENELITIAN	34
3.1 Tipe Penelitian	34
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	34
3.2.1 Definisi Konseptual	34
3.2.1.1 Definisi Konseptual Kesiapan Menikah	34
3.2.1.2 Definisi Konseptual Kesejahteraan Psikologis	34
3.2.2. Definisi Operasional	35
3.2.2.1 Definisi Operasional Kesiapan Menikah	35
3.2.2.2 Definisi Operasional Kesejahteraan Psikologis	35
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	35
3.3.1 Populasi Penelitian.....	35
3.3.2 Sampel Penelitian	36
3.3.3 Teknik <i>Sampling</i>	37
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	37
3.4.1 Teknik Pengambilan Data.....	37
3.4.2 Instrumen Penelitian	38
3.4.2.1 Instrumen Kesiapan Menikah	38
3.4.2.1.1 Latar Belakang Instrumen Kesiapan Menikah	38
3.4.2.1.2 Kisi-kisi Instrumen Kesiapan Menikah	40
3.4.2.1.3 Proses Adopsi Instrumen Kesiapan Menikah.....	41
3.4.2.1.4 Reliabilitas dan Validitas Instrumen Kesiapan Menikah	42

3.4.2.2 Instrumen Kesejahteraan Psikologis	45
3.4.2.2.1 Latar Belakang Instrumen Kesejahteraan Psikologis	45
3.4.2.2.2 Kisi-kisi Instrumen Kesejahteraan Psikologis	47
3.4.2.2.3 Proses Adopsi Instrumen Kesejahteraan Psikologis	48
3.4.2.2.4 Reliabilitas dan Validitas Instrumen Kesejahteraan Psikologis	49
3.5 Analisis Data	51
3.5.1 Analisis Deskriptif	51
3.5.2 Uji Asumsi Klasik	51
3.5.2.1 Uji Normalitas	51
3.5.2.2 Uji Linearitas	52
3.5.2.3 Uji Homogenitas	52
3.5.3 Uji Korelasi	53
3.5.4 Uji Beda	53
3.5.5 Uji Hipotesis	53
3.5.5.1 Regresi Linear Satu Prediktor (Sederhana)	53
BAB IV	55
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	55
4.1 Gambaran Responden Penelitian	55
4.1.1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	55
4.1.2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia	56
4.1.3 Gambaran Responden Berdasarkan Domisili	57
4.1.4 Gambaran Responden Berdasarkan Status Hubungan Romantis	57
4.1.5 Gambaran Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan	58
4.1.6 Gambaran Responden Berdasarkan Rentang Penghasilan	59
4.1.7 Gambaran Responden Berdasarkan Status Pernikahan Orang Tua	59
4.1.8 Gambaran Responden Berdasarkan Status Tinggal	60
4.2 Prosedur Penelitian	61
4.2.1 Persiapan Penelitian	61
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian	62
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian	63
4.3.1 Hasil Uji Statistik Deskriptif	63

4.3.1.1 Analisis Deskriptif Variabel Kesiapan Menikah.....	63
4.3.1.2 Kategorisasi Variabel Kesiapan Menikah	64
4.3.1.3 Analisis Deskriptif Variabel Kesejahteraan Psikologis	65
4.3.1.4 Kategorisasi Variabel Kesejahteraan Psikologis.....	66
4.3.2 Hasil Uji Asumsi.....	68
4.3.2.1 Hasil Uji Normalitas	68
4.3.2.2 Hasil Uji Linearitas	69
4.3.2.3 Hasil Uji Homogenitas.....	70
4.3.2.4 Hasil Uji Korelasi.....	71
4.3.4 Hasil Uji Hipotesis.....	72
4.3.5 Hasil Uji Tambahan	74
4.3.5.1 Hasil Uji Perbedaan Kesiapan Menikah Berdasarkan Jenis Kelamin	74
4.3.5.2 Hasil Uji Perbedaan Kesiapan Menikah Berdasarkan Tingkat Pendidikan.....	74
4.3.5.3 Hasil Uji Perbedaan Kesiapan Menikah Berdasarkan Penghasilan	75
4.4 Pembahasan	76
4.5 Keterbatasan Penelitian.....	83
BAB V.....	86
KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	86
5.1 Kesimpulan	86
5.2 Implikasi.....	86
5.3 Saran dan Rekomendasi	87
5.3.1 Untuk Peneliti Selanjutnya	87
5.3.2 Untuk Dewasa Muda	87
5.3.3 Untuk Praktisi Psikologi dan Lembaga Pemerintah	87
DAFTAR PUSTAKA	88
LAMPIRAN.....	98

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual.....	29
Gambar 4.1 Gambar Histogram Variabel Kesiapan Menikah.....	64
Gambar 4.2 Gambar Histogram Variabel Kesejahteraan Psikologis	66
Gambar 4.3 Hasil Uji Normalitas Kesiapan Menikah dengan P-P Plot	69
Gambar 4.4 Hasil Uji Normalitas Kesejahteraan Psikologis dengan P-P Plot.....	69



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blueprint Instrumen Kesiapan Menikah	40
Tabel 3.2 Skor Alternatif Instrumen Kesiapan Menikah.....	41
Tabel 3.3 Reliabilitas Instrumen Kesiapan Menikah	43
Tabel 3.4 Validitas Instrumen Kesiapan Menikah	44
Tabel 3.5 Blueprint Instrumen Kesejahteraan Psikologis	47
Tabel 3.6 Skor Alternatif Instrumen Kesejahteraan Psikologis	48
Tabel 3.7 Reliabilitas Instrumen Kesejahteraan Psikologis	49
Tabel 3.8 Validitas Instrumen Kesejahteraan Psikologis	50
Tabel 4.1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	55
Tabel 4.2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia	56
Tabel 4.3 Gambaran Responden Berdasarkan Domisili.....	57
Tabel 4.4 Gambaran Responden Berdasarkan Status Hubungan Romantis.....	57
Tabel 4.5 Gambaran Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan	58
Tabel 4.6 Gambaran Responden Berdasarkan Rentang Penghasilan	59
Tabel 4.7 Gambaran Responden Berdasarkan Status Pernikahan Orang Tua.....	60
Tabel 4.8 Gambaran Responden Berdasarkan Status Tinggal	60
Tabel 4.9 Hasil Uji Statistik Deskriptif Kesiapan Menikah.....	63
Tabel 4.10 Mean Hipotetik Kesiapan Menikah.....	64
Tabel 4.11 Kategorisasi Skor Kesiapan Menikah	65
Tabel 4.12 Hasil Uji Statistik Deskriptif Kesejahteraan Psikologis.....	65
Tabel 4.13 Mean Hipotetik Kesejahteraan Psikologis	67
Tabel 4.14 Kategorisasi Skor Kesejahteraan Psikologis	67
Tabel 4.15 Hasil Uji Linearitas	70
Tabel 4.16 Hasil Uji Homogenitas	70
Tabel 4.17 Hasil Uji Korelasi antara Kesejahteraan Psikologis dan Kesiapan Menikah.....	71
Tabel 4.18 Hasil Uji Signifikansi (Uji F)	72
Tabel 4.19 Hasil Uji Koefisien Determinasi	73
Tabel 4.20 Hasil Uji Regresi Linear Satu Prediktor.....	73
Tabel 4.21 Hasil Uji Beda Kesiapan Menikah Berdasarkan Jenis Kelamin	74
Tabel 4.22 Hasil Uji Beda Kesiapan Menikah Berdasarkan Tingkat Pendidikan.....	75
Tabel 4.23 Hasil Uji Beda Kesiapan Menikah Berdasarkan Penghasilan.....	75