

**PENGARUH KEBERFUNGSIAN KELUARGA TERHADAP
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA GENERASI
STRAWBERRY**



Qurrota Ayuni Widodo

1801622268

SKRIPSI

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

2026

**PENGARUH KEBERFUNGSIAN KELUARGA TERHADAP
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA GENERASI
STRAWBERRY**



Qurrota Ayuni Widodo

1801622268

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam
Mendapatkan Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2022**

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

PENGARUH KEBERFUNGSIAN KELUARGA TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA GENERASI STRAWBERRY

Nama : Qurrota Ayuni Widodo
NIM : 1801622268
Program Studi : Psikologi

Tanggal Ujian : 19 Juni 2026

Pembimbing 1



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

Pembimbing 2



Ade Siti Maryam, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 199405042024062002

Panitia Ujian/Sidang Skripsi/Karya Inovatif

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar F.R., M.Si (Dekan/Penanggungjawab)		17 July 2026
Mira Ariyani, PhD (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)		17 July 2026
Deasyanti, Ph.D., Psikolog (Ketua Penguji)		06 July 2026
Irma Rosalinda Lubis, S.Psi., M.Si, Psikolog Dosen Penguji I (Anggota)		06 July 2026
Erik, S.Psi., M.Si Dosen Penguji II (Anggota)		06 July 2026

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Qurrota Ayuni Widodo

NIM : 1801622268

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh Keberfungsian Keluarga Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Generasi Strawberry” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Januari sampai dengan bulan Juni 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, 05 Agustus 2026



Qurrota Ayuni Widodo

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

"Ingin menyerah, namun hati kecilku terus berbisik. Bertahanlah.
Ingat kau sudah sampai sejauh ini."

- Ghea Indrawari

"Sebab Tuhan telah berjanji. Setelah sempit ada kemudahan.
Kita miliknya, semua telah tertulis.
Dan akan kembali padanya."

- Raim Laode

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan untuk diri sendiri dan orang tua penulis yang selalu percaya dan mendoakan penulis dalam setiap aspek kehidupan.

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI 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 : Qurrota Ayuni Widodo
NIM : 1801622268
Fakultas/Prodi : Psikologi/Psikologi
Alamat email : Qaayuni@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 Keberfungsian Keluarga Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada

Generasi Strawberry

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, 05 Agustus 2026



Penulis

(Qurrota Ayuni Widodo)

QURROTA AYUNI WIDODO

Pengaruh Keberfungsian Keluarga terhadap Kesejahteraan Psikologis
Pada Strawberry Generation

Skripsi

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

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh keberfungsian keluarga terhadap kesejahteraan psikologis pada strawberry generation. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan melibatkan 417 individu generasi strawberry yang berada pada tahap dewasa awal yang berusia 18-30 tahun di Indonesia. Teknik sampling yang digunakan adalah *non-probability sampling* dengan metode *convenience sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan terdiri dari *Psychological Well-Being Short Scale* (PWB) yang dikembangkan oleh Humaidah dan Mulyono (2025) berdasarkan teori kesejahteraan psikologis Ryff dan Keyes (1995), serta *Family Assessment Device-General Functioning Scale* (FAD-GF) yang dikembangkan oleh Ardhiani, Handoyo, dan Retnowati (2024) berdasarkan teori keberfungsian keluarga yang dikemukakan oleh Epstein, Baldwin, dan Bishop (1983). Hasil analisis data menggunakan teknik analisis regresi linear menunjukkan bahwa keberfungsian keluarga berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis. Hal ini ditunjukkan oleh nilai *R Square* sebesar 0,247, yang berarti keberfungsian keluarga memberikan kontribusi sebesar 24,7% terhadap kesejahteraan psikologi sehingga temuan penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam upaya pencegahan berbagai permasalahan kesehatan mental melalui peningkatan kesejahteraan psikologis generasi *strawberry* dengan penguatan keberfungsian keluarga

Kata Kunci: Keberfungsian Keluarga, Kesejahteraan Psikologis, Generasi Strawberry.

QURROTA AYUNI WIDODO

*The Effect of Family Functioning on Psychological Well-Being
in the Strawberry Generation*

Undergraduate Thesis

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

ABSTRACT

This study aims to examine the influence of family functioning on psychological well-being among the “strawberry generation.” This study employed a quantitative method involving 417 individuals from the “strawberry generation” in early adulthood, aged 18-30 years, in Indonesia. The sampling technique used was non-probability sampling via convenience sampling. The research instruments used consist of the Psychological Well-Being Short Scale (PWB) developed by Humaidah and Mulyono (2025) based on the psychological well-being theory of Ryff and Keyes (1995), as well as the Family Assessment Device-General Functioning Scale (FAD-GF) developed by Ardhiani, Handoyo, and Retnowati (2024) based on the family functioning theory proposed by Epstein, Baldwin, and Bishop (1983). The results of data analysis using linear regression analysis indicate that family functioning influences psychological well-being. This is indicated by an R-squared value of 0.247, which means that family functioning contributes 24.7% to psychological well-being; thus, the findings of this study are expected to contribute to efforts to prevent various mental health problems by improving the psychological well-being of the “strawberry generation” through the strengthening of family functioning.

Keywords: *Family Functioning, Psychological Well-being, Strawberry Generation.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, karunia, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Keberfungsian Keluarga terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Strawberry Generation” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta. Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini merupakan hasil dari dukungan, bimbingan, serta bantuan dari berbagai pihak. Dengan penuh rasa hormat, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa, atas segala daya, upaya, dan kekuatan, serta pertolongan-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Mira Ariyani, Ph.D., selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd., selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D., selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Ibu Irma Rosalinda Lubis, S.Psi., M.Si, Psikolog selaku Kepala Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
7. Mba Anggi Mayangsari, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I telah meluangkan waktu, tenaga, serta ilmunya untuk memberikan arahan, dan dukungan dalam membimbing penulis hingga menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik mungkin dan tepat waktu.
8. Mba Ade Siti Maryam, S.Psi., M.Psi., Psikolog., selaku Dosen Pembimbing II yang senantiasa memberikan arahan, dukungan, dan membimbing penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan sebaik mungkin dan tepat waktu.

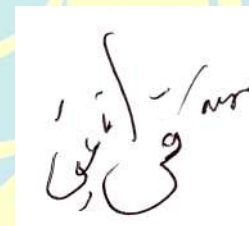
9. Seluruh dosen, staf administrasi, dan karyawan Fakultas Psikologi yang telah memberikan bantuan secara teoritis dan teknis selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
10. Keluarga penulis, yaitu Papa, Mamah, Kakak, dan Adik penulis yang telah memberikan dukungan baik secara material maupun nonmaterial selama proses perkuliahan dan penyusunan skripsi ini.
11. Teman-teman Grup PKP, yaitu Fiona, Kresna, Mawan, Jibay, dan Haykal yang telah menjadi rekan seperjuangan selama proses penyusunan skripsi.
12. Teman-teman sebimbingan di bawah bimbingan Mba Anggi yang telah saling berbagi informasi, pengalaman, permasalahan, dan solusi terkait penyusunan skripsi, serta memberikan dukungan emosional dan semangat selama proses pengerjaan.
13. Teman-teman sebimbingan di bawah bimbingan Mba Ade yang telah saling bertukar informasi mengenai jadwal bimbingan, berbagi pengalaman, memberikan dukungan emosional, serta saling membantu dalam menyelesaikan berbagai kendala selama penyusunan skripsi.
14. Teman-teman Kelas ADUDU yang senantiasa memberikan dukungan emosional, semangat, dan kebersamaan selama masa perkuliahan hingga penyelesaian skripsi ini.
15. Teman-teman Angkatan 2022 yang telah membantu menyebarluaskan poster penelitian dan mendukung proses pengambilan data.
16. Teman-teman Grup "CILEMBU SURGA", yaitu Pinka, Devi, Tazkia, Hafida, dan Fiona yang selalu memberikan dukungan, penguatan, motivasi, serta menjadi tempat bertukar pikiran dan informasi selama proses penyusunan skripsi.
17. Teman-teman Grup "CIBEN", yaitu Deyya, Lista, Hafiza, Risma, dan Tika yang selalu menghadirkan kehangatan, canda tawa, kebersamaan, dan kebahagiaan sehingga membantu penulis tetap bersemangat dalam menyelesaikan skripsi ini
18. Teman-teman BPH BEM 2025/2026, yaitu Mayla, Sherly, Edel, Akhtar, Shidqi, Vania, Hening, Keken, Anya, dan Syafina yang telah memberikan dukungan, motivasi, serta berbagai bentuk bantuan selama proses

penyusunan skripsi, baik melalui kata-kata penyemangat maupun ajakan dalam mengerjakan skripsi bersama yang sangat berarti bagi penulis.

19. Seluruh responden penelitian yang telah meluangkan waktu dan tenaga untuk berpartisipasi dalam penelitian ini serta membantu menyebarluaskan kuesioner penelitian.
20. Raim Laode dan Celyna Grace yang telah membuat suatu karya dengan baik, yang mana karya ini telah menemani dan memberikan ketenangan serta semangat kepada penulis selama proses penyusunan skripsi.
21. Kepada diri penulis sendiri yang telah berjuang, bertahan, dan tidak menyerah dalam menghadapi berbagai tantangan selama proses penyusunan skripsi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki berbagai keterbatasan, sehingga penulis terbuka terhadap kritik atau masukan yang dapat memperbaiki penelitian ini kedepannya.

Bogor, 10 Juni 2026



Qurrota Ayuni Widodo

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	6
1.3 Pembatasan Masalah.....	7
1.4 Rumusan Masalah.....	7
1.5 Tujuan Penelitian.....	7
1.6 Manfaat Penelitian.....	8
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	8
1.6.2 Manfaat Praktis.....	8
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Kesejahteraan Psikologis.....	9
2.1.1 Definisi Kesejahteraan Psikologis.....	9
2.1.2 Faktor-faktor yang Memengaruhi Kesejahteraan Psikologis.....	10
2.1.3 Aspek-aspek Kesejahteraan Psikologis.....	11
2.2 Keberfungsian Keluarga.....	13
2.2.1 Definisi Keberfungsian Keluarga.....	13
2.2.2 Faktor-faktor yang Memengaruhi Keberfungsian Keluarga.....	14
2.2.3 Dimensi Keberfungsian Keluarga.....	15
2.3 Strawberry Generation.....	17
2.3.1 Definisi Strawberry Generation.....	17
2.4 Keterkaitan Kesejahteraan Psikologis dan Keberfungsian Keluarga pada Generasi Strawberry.....	18

2.5 Kerangka Konseptual/Kerangka Pemikiran.....	19
2.6 Hipotesis Penelitian.....	19
2.7 Hasil Penelitian yang Relevan.....	20
BAB III.....	22
METODE PENELITIAN.....	22
3.1 Tipe dan Desain Penelitian.....	22
3.2 Identifikasi dan Operasional Variabel Penelitian.....	22
3.2.1 Definisi Konseptual.....	22
3.2.2 Definisi Operasional.....	23
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	24
3.3.1 Populasi Penelitian.....	24
3.3.2 Sampel Penelitian.....	24
3.3.3 Teknik Sampling.....	25
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	25
3.4.1 Teknik Pengambilan Data.....	25
3.4.2 Instrumen Penelitian.....	25
3.5 Analisis Data.....	30
3.5.1 Analisis Deskriptif.....	31
3.5.2 Uji Asumsi.....	31
BAB IV.....	32
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	32
4.1 Gambaran Partisipan Penelitian.....	32
4.1.1 Gambaran Partisipan Berdasarkan Usia.....	32
4.1.2 Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin.....	34
4.1.3 Gambaran Partisipan Berdasarkan Domisili.....	34
4.1.4 Gambaran Partisipan Berdasarkan Aktivitas Saat Ini.....	35
4.1.5 Gambaran Partisipan Berdasarkan Status Tinggal Bersama.....	36
4.1.6 Gambaran Partisipan Berdasarkan Status Pernikahan Orang Tua....	36
4.1.7 Gambaran Partisipan Berdasarkan Persepsi Kondisi Ekonomi.....	37
4.2 Prosedur Penelitian.....	38
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	38
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	40
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian.....	40
4.3.1 Kesejahteraan Psikologis.....	40
4.3.2 Keberfungsian Keluarga.....	43
4.3.3 Hasil Uji Asumsi.....	45
4.3.4 Hasil Uji Hipotesis.....	48
4.3.5 Hasil Analisis Pendukung.....	50
4.4 Pembahasan.....	51

4.5 Keterbatasan Penelitian.....	58
BAB V.....	59
KESIMPULAN.....	59
5.1 Kesimpulan.....	59
5.2 Implikasi.....	59
5.3 Saran dan Rekomendasi.....	60
DAFTAR PUSTAKA.....	62
LAMPIRAN.....	68



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-kisi Instrumen Kesejahteraan Psikologis.....	26
Tabel 3.2 Skala Likert Kesejahteraan Psikologis.....	27
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen Kesejahteraan Psikologis.....	29
Tabel 3.4 Skala Likert Keberfungsian Keluarga.....	29
Tabel 4.1 Gambaran Usia Responden.....	32
Tabel 4.2 Deskripsi Usia Responden.....	33
Tabel 4.3 Gambaran Jenis Kelamin Responden.....	34
Tabel 4.4 Gambaran Domisili Responden.....	34
Tabel 4.6 Gambaran Status Tinggal Responden.....	36
Tabel 4.7 Gambaran Status Pernikahan Orang Tua Responden.....	36
Tabel 4.8 Gambaran Persepsi Kondisi Ekonomi Responden.....	37
Tabel 4.9 Analisis Deskriptif Kesejahteraan Psikologis.....	41
Tabel 4.10 Kategorisasi Skor Kesejahteraan Psikologis.....	42
Tabel 4.11 Hasil Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis.....	42
Tabel 4.12 Analisis Deskriptif Keberfungsian Keluarga.....	43
Tabel 4.13 Kategorisasi Skor Keberfungsian Keluarga.....	44
Tabel 4.14 Hasil Kategorisasi Keberfungsian Keluarga.....	45
Tabel 4.15 Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov Smirnov Test.....	46
Tabel 4.16 Hasil Uji Linearitas.....	46
Tabel 4.17 Hasil Uji Korelasi.....	47
Tabel 4.18 Hasil Uji Signifikansi Simultan / Uji F.....	48
Tabel 4.19 Hasil Uji Koefisien Determinasi / R Square.....	49
Tabel 4.20 Hasil Uji Signifikansi Parsial / Uji T.....	49
Tabel 4.21 Tabulasi Silang Jenis Kelamin dan Kesejahteraan Psikologis.....	50
Tabel 4.22 Tabulasi Silang Jenis Kelamin dan Keberfungsian Keluarga.....	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual.....	25
Gambar 4.1 Histogram Variabel Kesejahteraan Psikologis.....	50
Gambar 4.2 Histogram Variabel Keberfungsian Keluarga.....	52



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Data Demografi.....	75
Lampiran 2. Uji Asumsi.....	78
Lampiran 3. Uji Hipotesis Regresi.....	79
Lampiran 4. Analisis Tambahan.....	80
Lampiran 5. Bukti Email Dengan Penulis Awal Instrumen.....	81
Lampiran 6. Hasil Validitas dan Reliabilitas Uji Coba.....	83
Lampiran 7. Bukti Kuesioner Uji Keterbacaan Instrumen.....	85
Lampiran 8. Bukti Kuesioner Penelitian.....	86
Lampiran 9. Lembar Revisi.....	87
Lampiran 10. Riwayat Hidup.....	89

