

**PENGARUH *MENTAL WELL-BEING* TERHADAP SIKAP
MENGENAI PERNIKAHAN PADA *EMERGING ADULT* DI
JABODETABEK**



Oleh:

Siti Nasha Kalila Agoes

1801622106

PSIKOLOGI

SKRIPSI

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2026

**PENGARUH *MENTAL WELL-BEING* TERHADAP SIKAP
MENGENAI PERNIKAHAN PADA *EMERGING ADULT* DI
JABODETABEK**



Oleh:

Siti Nasha Kalila Agoes

1801622106

PSIKOLOGI

SKRIPSI

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

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2026

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

**PENGARUH *MENTAL WELL-BEING* TERHADAP SIKAP MENGENAI
PERNIKAHAN PADA *EMERGING ADULT* DI JABODETABEK**

Nama Mahasiswa : Siti Nasha Kalila Agoes
NIM : 1801622106
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 22 Juli 2026

Pembimbing I



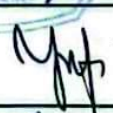
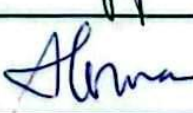
Sri Juwita Kusumawardhani, M.Psi., Psikolog
NIP.198811182022032005

Pembimbing II



Kahfi Hizbullah, M.Psi., Psikolog
NIP.199607202024061001

Panitia Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhma, M.Si (Dekan / Penanggungjawab)		21 / 8 / 2026
Mira Ariyani, Ph.D (Wakil Dekan / Wakil Penanggungjawab)		21 / 8 / 2026
Prof. Dr. Yufiarti, M.Si (Ketua Sidang)		21 / 8 / 2026
Ernawati, M.Psi., Psikolog (Dosen Penguji 1)		13 / 8 / 2026
Dewi Fransiska Simanjuntak, S.Psi., M.Si (Dosen Penguji 2)		6 / 8 / 2026

LEMBAR PERNYATAAN DAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Siti Nasha Kalila Agoes
NIM : 1801622106
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh *Mental Well-Being* terhadap Sikap mengenai Pernikahan pada *Emerging Adult* di Jabodetabek” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan dari data penelitian yang diperoleh dari hasil penelitian dari bulan Februari sampai dengan 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, 12 Juli 2026

Yang Membuat Pernyataan



Siti Nasha Kalila Agoes

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN



Skripsi ini saya persembahkan untuk:

Untuk keluarga, sahabat dan orang-orang yang selalu mendukung dan memberikan kasih sayang serta memiliki peran penting di dalam hidup penulis.



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 : Siti Nasha Kalila Agoes

NIM : 1801622106

Fakultas/Prodi : Psikologi / Psikologi

Alamat email : sitinashakalila@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 Mental Well Being Terhadap Sikap Mengenai Pernikahan Pada Emerging Adult 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, 27 Agustus 2026
Penulis



(Siti Nasha Kalila Agoes)

SITI NASHA KALILA AGOES

**PENGARUH *MENTAL WELL-BEING* TERHADAP SIKAP MENGENAI
PERNIKAHAN PADA *EMERGING ADULT* DI JABODETABEK**

Skripsi

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

2026

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *mental well-being* terhadap sikap terhadap pernikahan pada *emerging adults* di wilayah Jabodetabek. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain non-eksperimental. Partisipan penelitian terdiri atas 345 *emerging adults* berusia 18–29 tahun yang belum menikah dan berdomisili di wilayah Jabodetabek. Pengukuran dilakukan menggunakan *Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale* (WEMWBS) dan *General Attitudes toward Marriage Scale* (GAMS), kemudian data yang terkumpul dianalisis menggunakan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *mental well-being* berpengaruh positif dan signifikan terhadap sikap terhadap pernikahan pada *emerging adults* di wilayah Jabodetabek ($B = 0,458$; $p < 0,001$). *Mental well-being* memberikan kontribusi sebesar 15% terhadap variasi sikap terhadap pernikahan. Temuan ini menunjukkan bahwa individu dengan tingkat *mental well-being* yang lebih tinggi cenderung memiliki sikap yang lebih positif terhadap pernikahan. Oleh karena itu, *mental well-being* merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap pembentukan sikap terhadap pernikahan pada *emerging adults* di wilayah Jabodetabek.

Kata kunci: *mental well-being*, sikap mengenai pernikahan, *emerging adult*

SITI NASHA KALILA AGOES

**THE EFFECT OF MENTAL WELL-BEING ON ATTITUDES TOWARD
MARRIAGE AMONG EMERGING ADULTS IN GREATER JAKARTA**

Thesis

Jakarta: Psychology Study Program, Faculty of Psychology, Universitas Negeri

Jakarta

2026

ABSTRACT

This study aimed to examine the effect of mental well-being on attitudes toward marriage among emerging adults in Greater Jakarta. The research employed a quantitative approach with a non-experimental design. The participants consisted of 345 unmarried emerging adults aged 18–29 years residing in Greater Jakarta. The Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS) and the General Attitudes toward Marriage Scale (GAMS) were used to measure mental well-being and attitudes toward marriage, respectively. The data were analyzed using simple linear regression. The results showed that mental well-being had a positive and significant effect on attitudes toward marriage among emerging adults in Greater Jakarta ($B = 0.458, p < .001$). Mental well-being accounted for 15% of the variance in attitudes toward marriage. These findings indicate that higher levels of mental well-being are associated with more positive attitudes toward marriage. Therefore, mental well-being is one of the factors that contributes to the development of attitudes toward marriage among emerging adults in Greater Jakarta.

Keywords: *mental well-being, attitudes toward marriage, emerging adulthood*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan ke Allah SWT atas berkat dan rahmatnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi yang berjudul ''Pengaruh mental well being terhadap Sikap Mengenai Pernikahan Pada Emerging Adult di Jabodetabek'' ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat wajib guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak luput dari doa, dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terima kasih 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 Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta
3. Ibu Irma Rosalinda Lubis, M.Si. selaku Koordinator Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta
4. Mbak Sri Juwita Kusumawardhani. M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing 1 yang senantiasa bersungguh-sungguh membimbing penulis, memberikan ilmu, kesabaran, perhatian dan keyakinan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi. Bimbingan dan semua arahan yang diberikan oleh beliau sangat berharga dan sangat membantu penulis selama proses penyusunan skripsi.
5. Mas Kahfi Hizbullah, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing 2 yang senantiasa membimbing, memberikan arahan, kesabaran dan ilmu kepada penulis serta memberikan motivasi kepada penulis.
6. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Psikologi UNJ
7. Orangtua penulis yang selalu memberikan dukungan material, moral, selalu mem-*provide* kehidupan yang terbaik bagi penulis, memberikan kasih sayang dan selalu ada untuk penulis.
8. Adik-adik penulis yang selalu memberikan kasih sayang, menemani penulis, selalu ada untuk penulis, serta memberikan semangat.

9. Almarhum Among (Nenek Penulis) yang sangat berperan penting dan dekat di kehidupan penulis, yang wafat pada saat penulis baru akan memulai skripsi, terima kasih untuk semua kasih sayang yang diberikan selama hidupnya, untuk nasihat-nasihat, untuk semua bentuk dukungan, untuk menemani penulis sampai akhir, dan untuk semua hal yang telah diberikan kepada penulis selama ini akan selalu teringat di hati penulis sampai kapanpun. Dan Ajong (Kakek Penulis) yang turut berperan penting dan memberikan nasihat-nasihat serta dukungan kepada penulis.
10. To my 1, thank you for making long distance work. Thank you for showing me distance is not a problem, for giving me lots of love and putting so much efforts even from afar & always being there for me through everything despite the distance between us. You're worth the distance and I'm really thankful to have you, beyond words could ever explain for. Love you from miles away.
11. Balinda, Shisi, Andien. 11 years of friendship and still counting. Terima kasih sudah menjadi sahabat-sahabat terdekat penulis yang selalu ada through ups and down, selalu menemani penulis since day one, and being the best friends i could ever ask for.
12. Maritza, Tasya, Syifa, sahabat-sahabat terdekat penulis yang selalu memberikan dukungan, nasihat, perhatian dan kasih sayang. Thank you for being always being there even from afar.
13. Jennifer, Callista, Ica, Azka, Suryo, Jonathan. Terima kasih sudah kebersamaan penulis sejak awal perkuliahan, through ups and down, memberi memori-memori baik, menjadi tempat yang nyaman bagi penulis untuk saling bertukar pikiran, memberi nasihat-nasihat, menjadi teman-teman terdekat penulis dan berperan penting selama kehidupan perkuliahan penulis.
14. Zahrani, Kia, Abel, Farah. Teman-teman 1 tim penulis di tim pernikahan. Terima kasih untuk semua suka dan duka dan perjuangan serta informasi dan bantuan yang diberikan selama proses penyusunan skripsi.
15. Seluruh teman-teman di FPSI UNJ yang merupakan teman-teman seperjuangan penulis.

16. Seluruh partisipan yang terlibat dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan keterbatasan dalam penulisan. Dan masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan sarannya. Akhir kata, penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat untuk ke depannya.

Jakarta, 12 Juli 2026



Siti Nasha Kalila Agoes



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	iii
LEMBAR PERNYATAAN DAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Identifikasi Masalah	9
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.....	11
1.6.2. Manfaat Praktis	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
2.1 Sikap terhadap Pernikahan	12
2.1.1 Pengertian Sikap terhadap Pernikahan	12
2.1.2 Aspek Sikap terhadap Pernikahan	13
2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Sikap terhadap Pernikahan	14
2.2 <i>Mental Well-Being</i>	16
2.2.1 Pengertian <i>Mental Well-being</i>	16
2.2.2 Aspek Mental Well-Being	17
2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Mental Well-Being	18
2.3 <i>Emerging Adulthood</i>	19

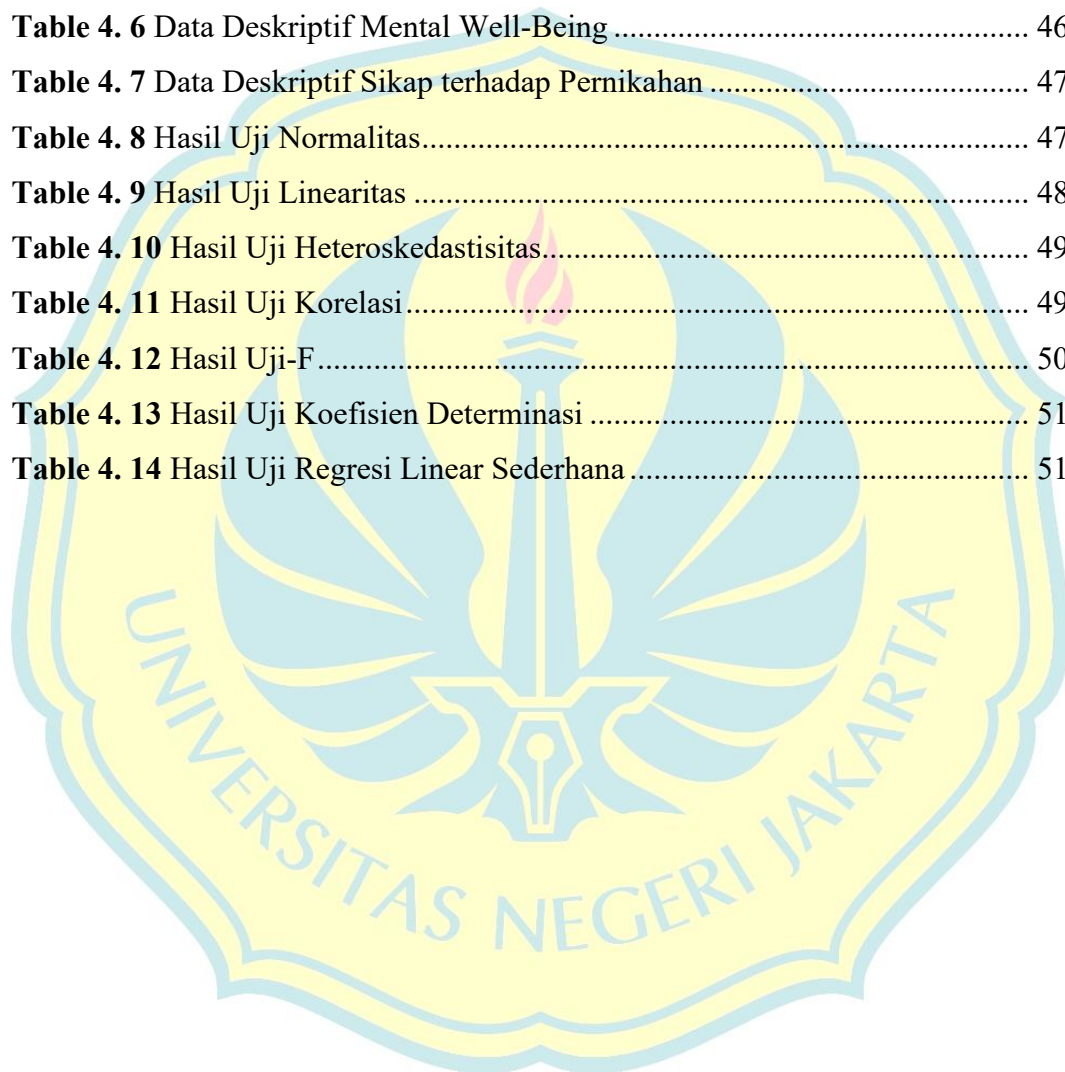
2.4 Dinamika Hubungan <i>Mental Well-Being</i> dan Sikap terhadap Pernikahan..	20
2.5 Kerangka Konseptual	21
2.6 Hipotesis Penelitian.....	22
2.7 Hasil Penelitian yang Relevan.....	22
BAB III.....	25
METODE PENELITIAN	25
3.1 Tipe Penelitian.....	25
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	25
3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian	25
3.2.2 Definisi Konseptual	25
3.2.3 Definisi Operasional	26
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	26
3.3.1 Populasi Penelitian.....	26
3.3.2 Sampel Penelitian	27
3.3.3 Teknik Sampling.....	27
3.4 Teknik Pengumpulan Data	27
3.4.1 Teknik Pengambilan Data.....	27
3.4.2 Instrumen Penelitian	27
3.5 Analisis Data	34
3.5.1 Analisis Deskriptif.....	34
3.5.2 Uji Asumsi	34
3.5.3 Uji Hipotesis	35
BAB IV	39
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	39
4.1 Gambaran Partisipan	39
4.1.1 Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin	39
4.1.2 Gambaran Partisian Berdasarkan Usia	40
4.1.3 Gambaran Partisipan Berdasarkan Domisili.....	41
4.1.4 Gambaran Partisipan Berdasarkan Pekerjaan	42
4.1.5 Gambaran Partisipan Berdasarkan Penghasilan	43
4.2 Pelaksanaan Penelitian	43
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	43
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	44
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian	45

4.3.1 Data Deskriptif Variabel <i>Mental Well-Being</i>	46
4.3.2 Data Deskriptif Variabel Sikap terhadap Pernikahan	47
4.3.3 Hasil Uji Asumsi.....	47
4.3.4 Hasil Uji Hipotesis.....	50
4.4 Pembahasan	52
4.5 Keterbatasan Penelitian	56
BAB V.....	57
KESIMPULAN, IMPLIKASI, SARAN	57
5.1 Kesimpulan.....	57
5.2 Implikasi	57
5.3 Saran.....	58
5.3.1 Bagi <i>Emerging Adults</i>	58
5.3.2 Bagi Praktisi dan Lembaga Terkait	58
5.3.3 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	58
REFERENSI.....	60
LAMPIRAN.....	63



DAFTAR TABEL

Table 4. 1 Gambaran Jenis Kelamin Responden.....	39
Table 4. 2 Gambaran Usia Responden	40
Table 4. 3 Gambaran Domisili Partisipan	41
Table 4. 4 Gambaran Pekerjaan Partisipan.....	42
Table 4. 5 Gambaran Penghasilan Responden	43
Table 4. 6 Data Deskriptif Mental Well-Being	46
Table 4. 7 Data Deskriptif Sikap terhadap Pernikahan	47
Table 4. 8 Hasil Uji Normalitas.....	47
Table 4. 9 Hasil Uji Linearitas	48
Table 4. 10 Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	49
Table 4. 11 Hasil Uji Korelasi.....	49
Table 4. 12 Hasil Uji-F.....	50
Table 4. 13 Hasil Uji Koefisien Determinasi	51
Table 4. 14 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana	51



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Hipotetik Penelitian.....	22
---	----

