



**HUBUNGAN ANTARA *PARENTAL BONDING* (FOKUS PADA IBU)
DAN KESEHATAN MENTAL PADA MAHASISWA DI UNIVERISTAS
X**

SKRIPSI

Tugas Akhir

Natasya Syafa Salsabilla

46121010143

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2025



**HUBUNGAN ANTARA *PARENTAL BONDING* (FOKUS PADA IBU)
DAN KESEHATAN MENTAL PADA MAHASISWA DI UNIVERISTAS
X**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Studi Sarjana (S1)
Pada Program Stdui Psikologi**

Natasya Syafa Salsabilla

46121010143

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2025

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Natasya Syafa Salsabilla

NIM : 46121010143

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi :

Hubung

an antara

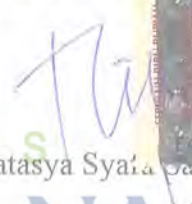
Parental

Bonding (Fokus pada Ibu) dan Kesehatan Mental

Mahasiswa di Universitas X

Menyatakan bahwa Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 25 Februari 2026


Natasya Syafa Salsabilla



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Natasya Syafa Salsabilla

NIM : 46121010143

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan antara *Parental Bonding* (Fokus pada Ibu) dan Kesehatan Mental Mahasiswa di Universitas X

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh :

Pembimbing : Erna Multahada, M. Si.

NIDN : 0315038002

Ketua Penguji : Rizki Dawanti, M.Psi., Psikolog

NIDN : 0308098204

Penguji I : Ade Ubaidah, M.Psi., Psikolog

NIDN : 0315068006

()
()
()

Jakarta, 08 Agustus 2025

Mengetahui,

Dekan

Ketua Program Studi


Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D


Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikol

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Laporan Skripsi ini. Penulisan Laporan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Laporan Skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Andi Adriansyah, M. Eng, selaku Rektor Universitas Mercu Buana
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog, selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Karisma Riskinanti, M. Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Reguler 1 dan 2 Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Ibu Erna Multahada, S. HI., S.Psi., M. Si., selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini, hingga selesai.
6. Ibu Hifizah Nur, S.Psi., M.Ed. selaku Dosen Penguji Seminar proposal saya yang sudah banyak memberikan *feedback* bagi proposal penelitian saya dan arahan serta masukannya.
7. Kepada orangtua, teman, dan partner saya yang sudah banyak memberikan dukungan emosional, mendengarkan keluh kesah saya selama mengerjakan penelitian ini, dan tetap support saya sampai saat ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Laporan Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, (tanggal)

Penulis

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Natasya Syafa Salsabilla

NIM : 46121010143

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi : Hubungan antara *Parental Bonding*
(Fokus pada Ibu) dan Kesehatan Mental Mahasiswa di Universitas X

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (Non exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 25 Februari 2026

Yang menyatakan,



(Natasya Syafa Salsabilla)

ABSTRAK

Nama : Natasya Syafa Salsabilla
NIM : 46121010143
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan antara *Parental Bonding* (Fokus pada Ibu) dan Kesehatan Mental Mahasiswa di Universitas X
Pembimbing : Erna Multahada, S. HI., S.Psi., M. Si.,

Gangguan psikologis seperti depresi, kecemasan, stress merupakan isu dominan yang bisa mempengaruhi kualitas hidup individu serta produktivitasnya. Di Indonesia isu kesehatan mental menjadi pembahasan yang sering dibahas. Untuk itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Parental Bonding* (Fokus pada Ibu) dan Kesehatan Mental Mahasiswa di Universitas X. Kesehatan mental merupakan aspek penting yang sangat dibutuhkan manusia untuk mencapai tujuan hidupnya. Partisipan penelitian ini terdiri dari 324 responden. Dengan menggunakan Teknik *Accidental Sampling* kepada mahasiswa di Universitas X. Kesehatan mental menggunakan alat ukur *Mental Health Continuum-Short Form*, *Parental Bonding* menggunakan alat ukur *Parental Bonding Instrument*. Kemudian di analisa dengan menggunakan korelasi Pearson. Hasil penelitian menunjukkan nilai $r = 0,764$ Dan nilai $p = 0,001$, yang artinya bahwa ada hubungan yang signifikan antara *Parental Bonding* dengan kesehatan mental. Berdasarkan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat arah hubungan kuat antara *Parental Bonding* (Fokus pada Ibu) dan kesehatan mental mahasiswa di universitas X. Hal ini diperkuat oleh Studi US National Comorbidity Survey, bahwa pada dimensi perhatian khususnya ibu memiliki korelasi kuat dengan risiko berbagai gangguan mental pada usia dewasa.

Kata Kunci : Kesehatan Mental, *Parental Bonding*

ABSTRACT

Name : Natasya Syafa Salsabilla
NIM : 46121010143
Study Program : Psychology
Thesis Title : *The Relationship between Parental Bonding (Focusing on Mothers) and Mental Health of Students at University X*
Supervisor : Erna Multahada, S. HI., S.Psi., M. Si.,

Psychological disorders such as depression, anxiety, and stress are dominant issues that can affect an individual's quality of life and productivity. In Indonesia, mental health issues are a frequent topic of discussion. Therefore, this study aims to determine the relationship between Parental Bonding (Focus on Mothers) and Mental Health among Students at University X. Mental health is an important aspect that is essential for humans to achieve their life goals. The participants in this study consisted of 324 respondents. Accidental sampling was used to select students at University X. Mental health was measured using the Mental Health Continuum-Short Form, while Parental Bonding was measured using the Parental Bonding Instrument. The data were then analyzed using Pearson's correlation. The results showed a value of $r = 0.764$ and a value of $p = 0.001$, which means that there is a significant relationship between Parental Bonding and mental health. Based on this study, it can be concluded that there is a strong relationship between Parental Bonding (Focus on Mother) and the mental health of students at University X. This is reinforced by the US National Comorbidity Survey, which found that the dimension of attention, especially from mothers, has a strong correlation with the risk of various mental disorders in adulthood.

Keywords: Mental Health, Parental Bonding

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB II KAJIAN TEORI	8
2.1 Kesehatan Mental	8
2.1.1 Pengertian Kesehatan Mental	8
2.1.2 Aspek-aspek Kesehatan Mental	9
2.1.3 Faktor-faktor Kesehatan Mental	9
2.2 Parental Bonding	10
2.2.1 Pengertian Parental Bonding	10
2.2.2 Dimensi Parental Bonding	11
2.2.3 <i>Maternal Bonding</i> (Ikatan Pada Ibu)	12
2.3 Penelitian Terdahulu	14
2.4 Dinamika Penelitian tentang Hubungan antara <i>Parental Bonding</i> (Fokus pada Ibu) dan Kesehatan Mental Mahasiswa di Universitas X	20
2.5 Kerangka Berpikir	21
2.6 Hipotesis Penelitian	21
BAB III METODE PENELITIAN	22
3.1 Desain Penelitian	22

3.2 Variabel Penelitian	22
3.3 Definisi Operasional Variabel	22
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian	23
3.4.1 Populasi dan Sampel	23
3.5 Instrumen Penelitian	24
3.5.1 Alat ukur Kesehatan Mental MHC-SF (<i>Mental Health Continuum-Short Form</i>)....	24
3.5.2 Alat Ukur Parental Bonding Instrument	26
3.6 Teknik Pengumpulan Data	26
3.7 Uji Alat Ukur	27
3.7.1 Uji Validitas	27
3.7.2 Uji Reliabilitas	29
3.7.3 Uji Normalitas	29
3.7.4 Uji Korelasi	30
3.7.5 Uji Korelasi Pearson	30
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	31
4.1 Gambaran Responden	31
4.2 Deskripsi Demografi	31
4.3 Analisis Deskriptif Variabel Penelitian	35
4.3.1 Hasil Uji Deskriptif Variabel <i>Parental Bonding</i>	35
4.3.2 Hasil Uji Deskriptif Variabel Kesehatan Mental	36
4.4 Kategorisasi Skor Variabel	38
4.4.1 Kategorisasi Variabel <i>Parental Bonding</i> (X)	38
4.4.2 Kategorisasi Variabel Kesehatan Mental (Y)	41
4.5 Hasil Uji Asumsi	43
4.6 Hasil Uji Hipotesis.....	46
4.6.1 Uji Korelasi Pearson	46
4.6.2 Uji Korelasi Dimensi <i>Parental Bonding</i> dengan Kesehatan Mental.....	47
4.7 Pembahasan	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	53
5.1 Kesimpulan	53
5.2 Keterbatasan Peneliti	53
5.3 Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN	58

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu	28
Tabel 3.1 Kriteria Penilaian Skala Likert	38
Tabel 3.2 Blue Print Kesehatan Mental	40
Tabel 3.3 Blue Print <i>Parental Bonding</i>	41
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas	43
Tabel 3.5 Uji Reliabilitas Kesehatan Mental	44
Tabel 3.6 Uji Reliabilitas <i>Parental Bonding</i>	44
Tabel 4.1 Data Responden menurut Jenis Kelamin	46
Tabel 4.2 Data Responden menurut Usia	47
Tabel 4.3 Data Responden menurut Semester	48
Tabel 4.4 Data Responden menurut Fakultas	49
Tabel 4.5 Uji Deskriptif Variabel <i>Parental Bonding</i>	50
Tabel 4.6 Uji Deskriptif Variabel Kesehatan Mental	51
Tabel 4.7 Rumus Kategori Variabel <i>Parental Bonding</i>	53
Tabel 4.8 Kategorisasi Variabel <i>Parental Bonding</i>	54
Tabel 4.9 Rumus Kategori Variabel Kesehatan Mental	56
Tabel 4.10 Kategorisasi Variabel Kesehatan Mental.....	56
Tabel 4.11 Hasil Uji Normalitas One-Sample Kolmogorv-Smirnov Test.....	58
Tabel 4.12 Hasil Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test.....	59
Tabel 4.13 Hasil Pengujian Korelasi Pearson.....	61
Tabel 4.14 Uji Korelasi antar Dimensi	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	35
Gambar 4.1 Visual Q-Q Plot Variabel <i>Parental Bonding</i>	59
Gambar 4.2 Visual Box Plot Variabel <i>Parental Bonding</i>	60
Gambar 4.3 Visual Q-Q Plot Variabel Kesehatan Mental	60
Gambar 4.4 Visual Box Plot Variabel Kesehatan Mental	60



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 : Hasil Expert Judgment.....	77
LAMPIRAN 2 : Pedoman Wawancara.....	82
LAMPIRAN 3 : Kuesioner Penelitian	82
LAMPIRAN 4 : HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS.....	89
LAMPIRAN 5 : ANALISIS DESKRIPTIF.....	91
LAMPIRAN 6 : Deskriptif Variabel.....	92
LAMPIRAN 7 : Uji Normalitas.....	93
LAMPIRAN 8 : Uji Korelasi Pearson.....	94
LAMPIRAM 9 : Plagiarisme.....	94

