



UNIVERSITAS
MERCU BUANA
TERAKREDITASI-A

**HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN DENGAN KESEHATAN MENTAL PADA
MAHASISWA DEWASA AWAL YANG MENGALAMI “PEOPLE COME AND GO” DI
UNIVERSITAS MERCU BUANA MERUYA JAKARTA BARAT**

TUGAS AKHIR

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

Disusun Oleh:

Muhammad Tazkiatul Aulia

46119010146

UNIVERSITAS MERCU BUANA

FAKULTAS PSIKOLOGI

JAKARTA

2023

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini dengan sebenar-benarnya bahwa semua pernyataan dalam Tugas Akhir ini:

Nama : Muhammad Tazkiatul Aulia

NIM : 46119010146

Judul : Hubungan Antara Kesenian Dengan Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Dewasa Awal Yang Mengalami “People Come and Go” Di Universitas Mercu Buana Jakarta Barat

Fakultas : Psikologi

Tanggal : 1 Maret 2023

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian dan karya saya sendiri dengan bimbingan dosen pembimbing yang ditetapkan melalui Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.

Karya ilmiah ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana pada program sejenis diperguruan tinggi lainnya. Semua data dan informasi serta hasil pengolahannya telah dinyatakan dengan jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

MERCU BUANA

Jakarta, 1 Maret 2023



Muhammad Tazkiatul Aulia

HALAMAN PENGESAHAN UNTUK PROGRAM SARJANA

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Muhammad Tazkiatul Aulia
NIM : 46119010146
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Kesepian dengan Kesehatan Mental pada Mahasiswa Dewasa Awal yang Mengalami *People Come and Go* di Universitas Mercu Buana Jakarta Barat

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

Disahkan oleh:

Pembimbing : Erna Multahada, S.H.I., S.Psi., M.Si
NIDN : 0315038002
Ketua Penguji : Nurul Adiningtyas, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0308098203
Penguji : Ade Ubaidah, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0315068006



Jakarta, 7 Maret 2023

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Mengetahui,

Dekan



(Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si)

Ketua Program Studi



(Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog)

PSI 07210525



Please Scan QR Code Verify

KATA PENGANTAR

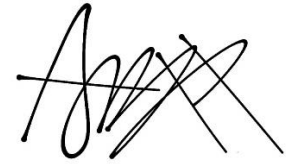
Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, taufik dan hidayahNya kepada saya, sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan tugas akhir yang berjudul “hubungan antara kesepian dengan kesehatan mental pada mahasiswa dewasa awal yang mengalami “*people come and go*” di universitas mercu buana meruya jakarta barat”. Sholawat serta Salam tercurah kepada nabi besar Muhammad SAW, kepada keluarganya, para sahabatnya dan kepada kita semua hingga akhir zaman.

Adapun tugas akhir yang berjudul “hubungan antara kesepian dengan kesehatan mental pada mahasiswa dewasa awal yang mengalami “*people come and go*” di universitas mercu buana meruya jakarta barat”. ini telah saya usahakan semaksimal mungkin. Tugas akhir ini disusun dengan tujuan untuk memenuhi prasyarat dalam memperoleh gelar Sarjana S1 (Strata 1) Psikologi Universitas Mercu Buana. Dengan bantuan dari banyak referensi buku, jurnal, dan lain-lain serta dukungan yang paling penting, sehingga dapat memperlancar proses pembuatan tugas akhir ini. Oleh sebab itu. rasa terima kasih banyak saya ucapkan kepada:

1. Erna Multahada M.Si, selaku Dosen pembimbing tugas akhir saya, beliau sudah banyak sekali membantu dalam proses pengerjaan dari awal hingga akhir dan juga selalu cepat untuk merespon segala pertanyaan ataupun kendala selama proses pengerjaan. Sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan sangat baik.
2. Kepada Ibu dan bapak saya yang selalu memberikan support yang kuat agar cepat terselesaikan tugas akhir ini dan juga memberikan banyak sekali perhatian serta kasih sayang yang penuh dari mulai pengerjaan bahkan sampai saat ini.
3. Partner penelitian saya yaitu Salsa Melawati Rahman yang banyak sekali memberikan dukungan, motivasi, dan bantuan mulai dari mencari responden sampai akhir ini kita dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan sangat baik.
4. Kepada Faurezia Chinta Hastyanadi yang banyak sekali memberikan dukungan, motivasi baik berupa materil dan non materil sehingga saya sampai akhir bisa menyelesaikan tugas akhir ini dengan sangat baik
5. Kepada semua pihak yang terlibat terutama teman angkatan psikologi 2019 yang ikut serta membantu untuk menyebarkan kuesioner dan tak lupa juga ke seluruh rekan-rekan yang

tidak dapat disebutkan satu persatu yang sudah bersedia membantu mengisi kuesioner serta membantu dalam proses pengerjaan hingga akhirnya tugas akhir dapat diselesaikan.

Jakarta, 22 Februari 2023



(Muhammad Tazkiatul Aulia)



HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Muhammad Tazkiatul Aulia

NIM : 46119010146

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Antara Kesepian dengan Kesehatan Mental pada Mahasiswa Dewasa Awal yang Mengalami *People Come and Go* di Universitas Mercu Buana Jakarta Barat

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 Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 07 Maret 2023

Yang menyatakan,



(Muhammad Tazkiatul Aulia)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN UNTUK PROGRAM SARJANA	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Kesehatan Mental.....	6
2.1.1 Pengertian Kesehatan Mental	6
2.1.2 Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental	6
2.1.3 Dimensi Kesehatan Mental	8
2.1.4 Dampak Kesehatan Mental	8
2.2 Mahasiswa Dewasa Awal.....	9
2.2.1 Pengertian Mahasiswa	9
2.2.2 Dewasa Awal	10
2.2.3 Karakteristik Dewasa Awal	10
2.3 Kesepian.....	12
2.3.1 Pengertian kesepian	12
2.3.2 People come and go	13
2.3.3 Faktor Yang Mempengaruhi Kesepian	13
2.3.4 Dimensi Kesepian	14
2.4 Penelitian Terdahulu	15

2.5	Hubungan Antara Kesepian Dengan Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Dewasa Awal Yang Mengalami “ <i>People Come and Go</i> ”	24
2.6	Hipotesis Penelitian.....	28
BAB III METODE PENELITIAN.....		29
3.1	Metode dan Desain Penelitian.....	29
3.2	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	29
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian	30
3.3.1	Populasi.....	30
3.3.2	Sampel	30
3.4	Instrumen Penelitian.....	31
3.4.1	Alat ukur Loneliness Scale Version 3.....	31
3.4.2	Alat ukur Kesehatan Mental	32
3.4.3	Teknik Pengumpulan Data.....	34
3.5	Uji Alat Ukur.....	34
3.5.1	Uji Validitas.....	34
3.5.2	Uji Reliabilitas.....	34
3.5.3	Uji Normalitas	35
3.5.4	Uji Korelasi.....	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		36
4.1	Gambaran Umum Responden	36
4.2	Deskripsi Demografi	36
4.4	Analisis Deskriptif variabel Penelitian.....	39
4.4.1	Hasil Uji Deskriptif Variabel Kesepian	39
4.4.2	Hasil Uji Deskriptif Variabel Kesehatan Mental	39
4.4.3	Analisis Deskriptif Keseluruhan Variabel.....	40
4.5	Hasil Uji Asumsi	41
4.6.1	Uji Korelasi Pearson	42
4.6.2	Uji Korelasi Dimensi Kesepian dengan Kesehatan Mental.....	42
4.7	Pembahasan.....	44

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	50
5.1 Kesimpulan.....	50
5.2 Limitasi.....	50
5.3 Saran.....	50
DAFTAR PUSTAKA.....	52
LAMPIRAN.....	54



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu	15
Tabel 3.1 Nilai Respon Item Favourable	31
Tabel 3.2 Nilai Respon Item Unfavourable	31
Tabel 3.5 Blueprint Loneliness Scale Version 3	32
Tabel 3.6 Blueprint Kesehatan Mental	33
Tabel 4.1 Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	36
Tabel 4.2 Data Responden Berdasarkan Usia	37
Tabel 4.3 Data Responden Berdasarkan Fakultas	37
Tabel 4.4 Data Responden Berdasarkan Semester	38
Tabel 4.5 Descriptive Statistic Kesepian	39
Tabel 4.6 Rumus Kategori Variabel Kesepian	39
Tabel 4.7 Descriptive Statistic Kesehatan Mental	40
Tabel 4.8 Rumus Kategori Variabel Kesehatan Mental	40
Tabel 4.9 Keseluruhan Variabel Penelitian	40
Tabel 4.10 Uji Asumsi	41
Tabel 4.11 Hasil Uji Korelasi	42
Tabel 4.12 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi	43

UNIVERSITAS
MERCU BUANA