



**HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN DENGAN  
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA  
KELAS KARYAWAN DI UNIVERSITAS X JAKARTA**



**SHOFI FERONIKA SALMA**  
**46119110084**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERCU BUANA  
JAKARTA  
2024**



**HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN DENGAN  
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA  
KELAS KARYAWAN DI UNIVERSITAS X JAKARTA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana (S-1) Pada Program Studi Psikologi**

**UNIVERSITAS  
MERCU BUANA**

**SHOFI FERONIKA SALMA**

**46119110084**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERCU BUANA  
JAKARTA**

**2024**

## HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Shofi Feronika Salma

NIM : 46119110084

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Kesepian Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Kelas Karyawan Di Universitas X Jakarta.

Menyatakan bahwa Laporan Skripsi 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 Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 24 Agustus 2024



Shofi Feronika Salma

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

## HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Shofi Feronika Salma

NIM : 46119110084

Program Studi : Psikologi

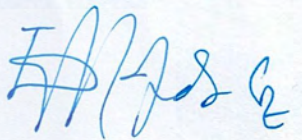
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Kesepian Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Kelas Karyawan Di Universitas X Jakarta

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan

Disahkan oleh:

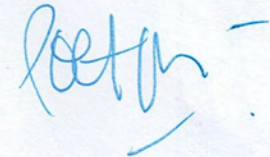
Pembimbing : Erna Multahada, M.Si.

NIDN : 0315038002

(  )


Ketua Penguji : Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog

NIDN : 0315099102

(  )


Penguji 1 : Mistety Oktaviana, M.Psi., Psikolog

NIDN : 8860701019


(  )

UNIVERSITAS  
MERCUBUANA  
Jakarta, 24 August 2024  
Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

  
Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi

  
Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT karena atas berkat dan rahmat-Nya, Peneliti dapat menyelesaikan Laporan Skripsi ini. Penulisan Laporan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Program Pascasarjana Universitas Mercu Buana. Peneliti menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi Peneliti untuk menyelesaikan Laporan Skripsi ini. Oleh karena itu, Peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. 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 Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Aulia Kirana M. Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing akademik.
5. Ibu Erna Multahada, M.Si. selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing, mengarahkan, dan mendukung peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
6. Ibu Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog, selaku ketua sidang dalam pelaksanaan sidang skripsi.
7. Ibu Mistety Oktaviana, M.Psi., Psikolog, selaku dosen penguji dalam pelaksanaan sidang skripsi.
8. Segenap dosen Fakultas Psikologi yang saya hormati dan telah mendidik dan memberikan ilmu selama perkuliahan di Universitas Mercu Buana.
9. Kedua orang tua yang senantiasa mendukung, memberikan semangat dan motivasi kepada peneliti selama proses perkuliahan hingga dapat menyelesaikan tugas akhir.
10. Peneliti yang telah bertahan dan konsisten dari awal perkuliahan hingga dapat menyelesaikan tugas akhir.

11. Shinta F R, Nadila A, Farid H dan rekan lainnya, yang selalu memberikan semangat dan bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung. Dan juga telah bersama-sama saling mendukung dan memotivasi dalam menyelesaikan perkuliahan hingga selesai di Universitas Mercu Buana.
12. Mr A , yang telah membantu, memotivasi, memberikan inspirasi dan masukan pada penulis selama proses pengerjaan tugas akhir ini.

Akhir kata, Peneliti berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Laporan Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 24 Agustus 2024

Peneliti



## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMISI

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

Nama : Shofi Feronika Salma

NIM : 46119110084

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Kesepian Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Kelas Karyawan Di Universitas X Jakarta.

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, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Laporan Skripsi 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, 24 Agustus 2024

Yang menyatakan,



Shofi Feronika Salma

**HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN DENGAN KESEJAHTERAAN  
PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA KELAS KARYAWAN DI  
UNIVERSITAS X JAKARTA**

Shofi Feronika Salma  
46119110084  
Erna Multahada, M.Si.  
Fakultas Psikologi  
Universitas Mercu Buana

**ABSTRAK**

Mahasiswa yang bekerja memiliki dampak negatif pada kinerja akademik dan juga kesejahteraan psikologisnya. Mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam bekerja dan berkuliah ditemukan rendahnya tingkat penguasaan lingkungan, tujuan hidup, penerimaan diri dan pertumbuhan pribadi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa kelas karyawan Universitas X Jakarta. Pada penelitian ini digunakan pendekatan kuantitatif metode korelasional, dengan teknik pengambilan sampel *non-probability* metode *purposive sampling* yang berjumlah 161 sampel. Alat ukur yang digunakan skala *Ryff's Psychological Well-Being* (RPWB) dan *University of California Los Angeles* (UCLA). Berdasarkan hasil penelitian ditemukan nilai signifikansi atau nilai ( $p$ ) uji *Pearson Correlation* adalah 0.000, hasil ini lebih kecil dari 0.5 yang artinya terdapat korelasi yang signifikan antara kesepian dengan kesejahteraan psikologi. Sedangkan koefisien *Pearson Correlation* ( $r$ ) diperoleh -0.799, hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara kesepian dengan kesejahteraan psikologi adalah negatif yang kuat.

**Kata Kunci :** Kesejahteraan Psikologis, Kesepian, Mahasiswa yang Bekerja



**THE RELATIONSHIP BETWEEN LONELINESS AND PSYCHOLOGICAL  
WELL-BEING AMONG WORKING STUDENTS AT UNIVERSITY X  
JAKARTA**

Shofi Feronika Salma  
46119110084  
Erna Multahada, M.Si.  
*Faculty of Psychology  
Mercu Buana University*

**ABSTRACT**

*Students who work face negative impacts on their academic performance and psychological well-being. Those who struggle to balance work and study are found to have lower levels of environmental mastery, purpose in life, self-acceptance, and personal growth. This study aims to examine the relationship between loneliness and psychological well-being among working students at University X Jakarta. The research employs a quantitative correlational approach, using non-probability purposive sampling with a total of 161 samples. The measurement tools used are the Ryff's Psychological Well-Being (RPWB) scale and the University of California Los Angeles (UCLA) scale. Based on the research findings, the significance value ( $p$ ) of the Pearson Correlation test is 0.000, which is less than 0.5, indicating a significant correlation between loneliness and psychological well-being. The Pearson Correlation coefficient ( $r$ ) is -0.799, showing that the correlation between loneliness and psychological well-being is strongly negative.*

**Keywords:** *Psychological Well-Being, Loneliness, Working Students*

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
ABSTRAK .....	vii
<i>ABSTRACT</i> .....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah .....	5
1.3. Tujuan Penelitian.....	6
1.4. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1. Kesejahteraan Psikologis.....	7
2.1.1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis.....	7
2.1.2. Dimensi Kesejahteraan Psikologis.....	8
2.1.3. Faktor Yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis.....	9
2.2. Kesepian .....	11
2.2.1. Pengertian Kesepian.....	11
2.2.2. Dimensi Kesepian .....	12
2.3. Penelitian Terdahulu.....	12
2.4. Hubungan Kesepian Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Kelas Karyawan.....	15
2.5. Hipotesis Penelitian.....	17
BAB III METODE PENELITIAN.....	18
3.1. Desain Penelitian .....	18
3.2. Populasi Dan Sampel.....	18

3.2.1.	Populasi.....	18
3.2.2.	Sampel.....	18
3.3.	Definisi Operasional.....	19
3.3.1.	Kesejahteraan Psikologis .....	19
3.3.2.	Kesepian.....	19
3.4.	Instrumen Penelitian.....	20
3.4.1.	Alat Ukur Kesejahteraan Psikologis .....	20
3.4.2.	Alat Ukur Kesepian.....	21
3.5.	Validitas Dan Reliabilitas.....	23
3.5.1.	Validitas .....	23
3.5.2.	Reliabilitas.....	24
3.6.	Analisa Data .....	25
3.6.1.	Analisa Deskriptif .....	25
3.6.2.	Analisa Inferensial .....	25
<b>BAB IV</b>	<b>PEMBAHASAN.....</b>	<b>26</b>
4.1.	Gambaran Umum .....	26
4.2.	Hasil.....	29
4.2.1.	Analisis Deskriptif .....	29
4.2.1.1.	Analisis Deskriptif Kesejahteraan Psikologi .....	29
4.2.1.2.	Analisis Deskriptif Kesepian .....	32
4.2.2.	Uji Asumsi Klasik.....	33
4.2.2.1.	Uji Normalitas.....	33
4.2.2.2.	Uji Homogenitas .....	34
4.2.3.	Uji Hipotesis.....	35
4.2.3.1.	Uji Korelasi.....	35
4.2.3.2.	Uji Korelasi Antar Dimensi .....	36
4.3.	Pembahasan .....	37
<b>BAB V</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>42</b>
5.1.	Kesimpulan.....	42
5.2.	Keterbatasan peneliti .....	42
5.3.	Saran .....	42
5.3.1.	Saran Teoritis .....	42

5.3.2. Saran Praktis.....	42
DAFTAR PUSTAKA .....	44
LAMPIRAN.....	47



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Validitas Kesejahteraan Psikologis .....	20
Tabel 4.2 Data Demografi Responden .....	26
Tabel 4.3 Data Analisa Deskriptif Kesejahteraan Psikologi dan Kesepian .....	29
Tabel 4.4 Hasil Analisis Deskriptif Kesejahteraan Psikologi .....	29
Tabel 4.5 Kategorisasi Kesejahteraan Psikologi .....	30
Tabel 4.6 Kategorisasi Demografi Kesejahteraan Psikologi.....	30
Tabel 4.7 Hasil Analisis Deskriptif Standard Deviasi Dimensi Kesejahteraan Psikologis .....	31
Tabel 4.8 Hasil Analisis Deskriptif Kesepian .....	32
Tabel 4.9 Kategorisasi Hipotetik Kesepian.....	32
Tabel 4.10 Hasil Analisis Deskriptif Standard Deviasi Dimensi Kesepian .....	33
Tabel 4.11 Hasil Uji Normalitas .....	33
Tabel 4.12 Hasil Uji Homogenitas.....	34
Tabel 4.13 Hasil Uji Korelasi.....	35
Tabel 4.14 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi .....	36



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....	17
------------------------------------	----

