



**HUBUNGAN ANTARA CINTA DAN RESILIENSI PASANGAN
PADA PASANGAN MENIKAH JARAK JAUH YANG
MENGUNAKAN *WHATSAPP* SEBAGAI MEDIA
BERKOMUNIKASI**

LAPORAN SKRIPSI

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

**NETTY
46121110026**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2025**



**HUBUNGAN ANTARA CINTA DAN RESILIENSI PASANGAN
PADA PASANGAN MENIKAH JARAK JAUH YANG
MENGUNAKAN *WHATSAPP* SEBAGAI MEDIA
BERKOMUNIKASI**

LAPORAN SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
sarjana**

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

**NETTY
46121110026**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2025**

HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Netty

NIM : 46121110026

Program Studi : S1 Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan antara cinta dan resiliensi pasangan pada pasangan menikah jarak jauh yang menggunakan *whatsapp* sebagai media berkomunikasi

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, 15 Juli 2025



Netty

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Netty
NIM : 46121110026
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Cinta dan Resiliensi Pasangan pada Pasangan Menikah Jarak Jauh yang Menggunakan WhatsApp sebagai Media Berkomunikasi

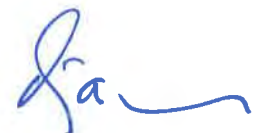
Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si.
NIDN : 0312047205

()

Ketua Penguji : Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog
NIDN : 1021118602

()

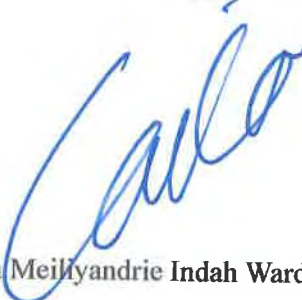
Penguji 1 : Hifizah Nur, S.Psi., M.Ed.
NIDN : 0322047809

()

Jakarta, 15 Juli 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi


Laila Meilhyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi


Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

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 Universitas Mercu Buana. 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 menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi.
4. Ibu Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog dan Bapak Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi.
5. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir yang dengan sabar membimbing selama pengerjaan Tugas Akhir berlangsung.
6. Ibu Dian Misrawati, S.Psi, Psikolog, selaku Ketua Penguji dan Ibu Hifizah Nur, S.Psi. M.Ed selaku Penguji 1 Tugas Akhir saya.
7. Bapak/Ibu Dosen Fakultas Psikologi yang saya cintai serta hormati, yang telah memberikan ilmu pengetahuan selama perkuliahan di Fakultas Psikologi.
8. Teruntuk diri peneliti sendiri yang sudah berjuang untuk tetap konsisten mengikuti perkuliahan dan menyelesaikan Tugas Akhir ini.
9. Orang tua tercinta, adik, serta seluruh keluarga yang juga senantiasa memberikan doa dan dukungan pada peneliti.
10. Ir. Sigit Pradjaka S, M.M, suami tercinta yang selalu memberi dukungan pada setiap langkah yang saya tempuh.
11. Rekan-rekan seperjuangan Angkatan 39 Psikologi Menteng.

12. Serta semua pihak yang turut berperan dalam penelitian ini, yang namanya tak dapat disebutkan satu persatu.

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, 15 Juli 2025

Penulis



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Netty
NIM : 46121110026
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan antara cinta dan resiliensi pasangan pada pasangan menikah jarak jauh yang menggunakan whatsapp sebagai media berkomunikasi

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

Jakarta, 15 Juli 2025

Yang menyatakan,



Netty

ABSTRAK

Nama : Netty
NIM : 46121110026
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Cinta Dan Resiliensi Pasangan Pada Pasangan Menikah Jarak Jauh Yang Menggunakan *Whatsapp* Sebagai Media Berkomunikasi
Pembimbing : Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si

Resiliensi pasangan adalah proses di mana kedua individu saling terlibat dalam perilaku yang membantu mereka beradaptasi saat menghadapi masa sulit. Resiliensi ini tercermin melalui dua dimensi, yaitu perilaku positif yang memperkuat hubungan dan perilaku negatif yang dapat melemahkan hubungan. Resiliensi terwujud ketika pasangan mampu meningkatkan perilaku positif dan mengelola perilaku negatif secara adaptif. Sejumlah studi menunjukkan bahwa kualitas cinta, khususnya yang mencakup intimasi, gairah, dan komitmen sebagaimana dijelaskan dalam teori Segitiga Cinta Sternberg, berperan dalam membentuk resiliensi pasangan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji lebih dalam hubungan antara cinta dan resiliensi pasangan pada pasangan menikah jarak jauh yang menggunakan *whatsapp* sebagai media berkomunikasi. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif yang melibatkan 146 orang partisipan, yang terdiri dari 66 orang laki-laki dan 80 orang perempuan.

Penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara cinta dan resiliensi pasangan pada pasangan menikah jarak jauh yang berkomunikasi melalui *WhatsApp*, dimana nilai koefisien korelasi antara cinta dan perilaku positif sebesar 0,550 dengan arah positif dan nilai koefisien korelasi cinta dan perilaku negatif sebesar 0,512 dengan arah negatif. Artinya, semakin besar cinta yang dirasakan seseorang terhadap pasangannya, maka semakin meningkat pula perilaku positif yang ditunjukkan dan semakin rendah perilaku negatif yang ditunjukkan, begitu juga sebaliknya.

Implikasi dari penelitian ini menunjukkan bahwa cinta berperan penting dalam meningkatkan resiliensi pasangan pada pasangan menikah jarak jauh. Cinta mampu meningkatkan perilaku positif yang dapat memperkuat kualitas hubungan, dan juga mampu menekan perilaku negatif yang dapat berpotensi melemahkan resiliensi pasangan.

Kata Kunci: Resiliensi Pasangan, Perilaku Positif, Perilaku Negatif, Cinta, Pernikahan Jarak Jauh

ABSTRACT

Name : Netty
NIM : 46121110026
Study Program : Bachelor Of Psychology
Title Internship Thesis : The Relationship Between Love And Couple Resilience
In Long-Distance Marriages Using Whatsapp As A
Communication Media
Counsellor : Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si

Couple Resilience is a process in which both individuals are mutually involved in behaviors that help them adapt when facing difficult times. This resilience is reflected through two dimensions: positive behaviors that strengthen the relationship and negative behaviors that may weaken it. Resilience emerges when couples are able to enhance positive behaviors and manage negative behaviors adaptively. Several studies have shown that the quality of love, particularly encompassing intimacy, passion, and commitment as explained in Sternberg's Triangular Theory of Love, plays a role in shaping couple resilience.

This study aims to further examine the relationship between love and couple resilience among long-distance married couples who use WhatsApp as a medium of communication. The research method employed is a quantitative approach involving 146 participants, consisting of 66 men and 80 women.

The findings of this study reveal that there is a significant relationship between love and couple resilience among long-distance married couples who communicate via WhatsApp. The correlation coefficient between love and positive behavior is 0.550 with a positive direction, while the correlation coefficient between love and negative behavior is 0.512 with a negative direction. This means that the greater the love one feels for their partner, the higher the positive behaviors displayed and the lower the negative behaviors exhibited, and vice versa.

The implications of this study indicate that love plays an important role in enhancing couple resilience in long-distance marriages. Love can increase positive behaviors that strengthen relationship quality while also reducing negative behaviors that may potentially weaken couple resilience.

Keywords: Couple Resilience, Positive Behavior, Negative Behavior, Love, Long-Distance Marriage

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	7
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 9
2.1 Resiliensi Pasangan (Couple Resilience)	9
2.1.1 Definisi Resiliensi Pasangan	9
2.1.2 Dimensi Resiliensi Pasangan	11
2.1.3 Komponen Resiliensi	11
2.2 Cinta	12
2.2.1 Definisi Cinta	12
2.2.2 Dimensi Cinta	13
2.3 Pernikahan Jarak Jauh	15
2.4 Komunikasi	15
2.5 Whatsapp	16
2.6 Penelitian Sebelumnya	16
2.7 Dinamika Penelitian	21
2.8 Kerangka Berpikir	23
2.9 Hipotesis Penelitian	24
 BAB III METODE PENELITIAN	 25
3.1 Desain Penelitian	25
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian	25
3.3 Definisi Operasional	27
3.3.1 Definisi Operasional Resiliensi Pasangan	27
3.3.1 Definisi Operasional Cinta	27

3.4 Instrumen Penelitian	27
3.4.1 Alat Ukur Resiliensi Pasangan	27
3.4.2 Alat Ukur Cinta	30
3.5 Validitas dan Reabilitas	31
3.5.1 Validitas	31
3.5.2 Reabilitas dan Analisa Item	33
3.5.3 Simpulan Hasil Pengujian Alat Ukur	35
3.6 Analisis Data	35
3.6.1 Analisis Deskriptif	35
3.6.2 Analisis Inferensial	36
BAB IV PEMBAHASAN	39
4.1 Gambaran Umum Subjek Penelitian	39
4.2 Hasil	42
4.2.1 Analisa Deskriptif dan Kategorisasi	42
4.2.2 Analisa Inferensial	45
4.2.2.1 Uji Asumsi Klasik	45
4.2.2.2 Uji Hipotesa	48
4.2.2.3 Analisis Korelasi Antar Dimensi	49
4.2.2.4 Analisis Uji Beda	51
4.3 Pembahasan / Diskusi	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	60
5.1 Kesimpulan	60
5.2 Keterbatasan Penelitian	60
5.3 Kelebihan Penelitian	61
5.3.1 Kelebihan secara Teoritis	61
5.3.2 Kelebihan secara Praktis	62
5.4 Saran	62
5.4.1 Saran secara Teoritis	62
5.4.2 Saran secara Praktis	63
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN	69

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Tabel penelitian sebelumnya	16
Tabel 3.1	Blue Print Alat Ukur <i>Couple Resiliensi Inventory (CRI)</i> <i>Two Dimension</i>	29
Tabel 3.2	Blue Print Alat Ukur <i>A Triangular Vove Scale</i>	30
Tabel 3.3	Hasil Uji Validitas	33
Tabel 3.4	Hasil Uji Reliabilitas dan Analisa Item	34
Tabel 3.5	Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi.....	37
Tabel 4.1	Demografi Subjek Penelitian	39
Tabel 4.2	Deskriptif Hasil Penelitian	43
Tabel 4.3	Norma Kategorisasi	44
Tabel 4.4	Kategorisasi Skor Variabel Penelitian	44
Tabel 4.5	Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov	46
Tabel 4.6	Uji Linearitas Antar Group	47
Tabel 4.7	Uji Hipotesa Menggunakan Uji Korelasi Pearson	48
Tabel 4.8	Uji Korelasi Antar Dimensi Variabel Resiliensi Pasangan	49
Tabel 4.9	Uji Korelasi Antar Dimensi Variabel Cinta	50
Tabel 4.10	Uji Homogenitas terhadap Resiliensi Pasangan (Perilaku Positif dan Perilaku Negatif)	51
Tabel 4.11	Uji Beda ANOVA Kelompok Subjek Penelitian Terhadap Resiliensi Pasangan (Perilaku Positif dan Perilaku Negatif)	53
Tabel 4.12	Uji Post Hoc Kelompok Lama LDM Terhadap Resiliensi Pasangan (Perilaku Negatif)	53
Tabel 4.13	Uji Post Hoc Kelompok Frekuensi Bertemu Terhadap Resiliensi Pasangan (Perilaku Negatif)	53

MERCU BUANA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir.....	23
-----------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Analisa G-Power	69
Lampiran 2	Analisa Data Penelitian	70
Lampiran 3	Item Variabel Alat Ukur	81
Lampiran 4	Expert Judgement	85
Lampiran 5	Kuisisioner Penelitian	153

