



**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN
KOMUNIKASI WHATSAPP DENGAN RESILIENSI
PASANGAN YANG MENIKAH JARAK JAUH**



SKRIPSI

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**
EFRATA LAURA
46121110001

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2025



**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN
KOMUNIKASI WHATSAPP DENGAN RESILIENSI
PASANGAN YANG MENIKAH JARAK JAUH**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana**

EFRATA LAURA
UNIVERSITAS
MERCU BUANA
46121110001

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2025

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Efrata Laura
NIM : 46121110001
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan antara Dukungan Sosial dan Komunikasi
Whatsapp dengan Resiliensi Pasangan yang Menikah Jarak
Jauh

Menyatakan bahwa Laporan Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua 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, 30 Juli 2025



Efrata Laura

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Efrata Laura

NIM : 46121110001

Program Studi : Psikologi

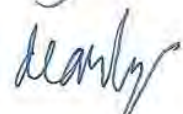
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Komunikasi
WhatsApp dengan Resiliensi Pasangan yang Menikah Jarak Jauh

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.

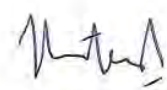
Disahkan oleh:

Pembimbing : Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si. ()

NIDN : 0312047205

Ketua Penguji : Dr. Dearly, M.Psi. Psikolog ()

NIDN : 0302038003

Penguji 1 : Dr. Istiqomah, M.Si ()

NIDN : 0025117105

Jakarta, 12 Agustus 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi


Lala Meiliyandrie 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/ Program Pascasarjana 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 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/Direktur Program Pascasarjana.
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi, Psikolog selaku Ketua Program Studi
4. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini;
5. Ibu Dr. Dearly, M.Psi. Psikolog dan Ibu Dr. Istiqomah, M,Si. selaku Ketua Penguji dan Dosen Penguji Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
6. Segenap dosen beserta asisten dosen dan staff yang telah membantu penulis menuntut ilmu di Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
7. Mami Shanti Andrea Sari, yang sujud dan doanya selalu mencakar langit. Untuk Papi Tommy Hady dan Abi Aris Apriyanto yang selalu berjuang untuk kehidupan penulis. Untuk Kakak Santa Clara Hady dan Adik Jasson Cornelius Hady yang selalu menjadi acuan semangat dan selalu memberikan dukungan sepenuhnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Keluarga penulis, Andana Winata, Andika Winata, Willy Andrean, Erwin. saudara-saudara penulis yang senantiasa memberi dukungan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

9. Sahabat-sahabat penulis: Maria Quinina K.D.W, Talitha Sea Judith, Noviyanti, Wesley Dharma Saputra yang selalu memberi dukungan, memberi semangat dan kekuatan untuk dapat menyelesaikan ini semua bersama-sama.
10. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Kho Shin yang tak henti memberikan semangat, pengertian, dan kekuatan dalam setiap langkah perjalanan ini; dan Jojo, anak bulu yang selalu setia menemani dalam sunyi maupun riuhnya proses.
11. Untuk diri saya Efrata Laura, terima kasih telah kuat sampai detik ini, yang telah bertahan, terus mencoba, dan tidak menyerah meskipun dihadapkan pada berbagai keraguan dan lelah yang tak terlihat. Terima kasih diriku semoga tetap rendah hati, ini baru awal dari permulaan hidup tetap semangat kamu pasti bisa lebih melangkah.

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, 30 juli 2025

Penulis,

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Efrata Laura

NIM : 46121110001

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan antara Dukungan Sosial dan Komunikasi
Whatsapp dengan Resiliensi Pasangan yang Menikah Jarak
Jauh

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 pemilih Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 30 Juli 2025

yang Menyatakan,



Efrata Laura

ABSTRAK

Nama : Efrata Laura
NIM : 46121110001
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan antara Dukungan Sosial dan Komunikasi
Whatsapp dengan Resiliensi Pasangan yang Menikah
Jarak Jauh
Pembimbing : Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan komunikasi WhatsApp dengan resiliensi pasangan pada individu yang menjalani pernikahan jarak jauh (LDM). Resiliensi pasangan mengacu pada kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi, dan menjaga stabilitas emosional dalam hubungan yang terpisah secara fisik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode kuesioner. Responden berjumlah 168 individu yang telah menjalani LDM selama minimal enam bulan dan menggunakan WhatsApp sebagai media komunikasi utama. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan snowball sampling. Instrumen penelitian terdiri dari *Couple Resilience Inventory Scale* (CRIS) untuk mengukur resiliensi pasangan, *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) untuk mengukur dukungan sosial, serta skala Komunikasi WhatsApp yang disusun berdasarkan aspek frekuensi, intensitas, dan kualitas komunikasi digital. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan signifikan dengan resiliensi pasangan, namun dengan arah negatif, yang berarti semakin tinggi dukungan sosial yang diterima individu justru diikuti penurunan resiliensi pasangan. Sebaliknya, komunikasi melalui WhatsApp memiliki hubungan positif yang signifikan dengan resiliensi pasangan. Temuan ini menunjukkan bahwa kualitas komunikasi interpersonal melalui media digital memiliki peran yang lebih menentukan dalam menjaga ketahanan hubungan LDM dibandingkan dukungan eksternal dari keluarga atau teman.

Kata Kunci: resiliensi pasangan, dukungan sosial, komunikasi WhatsApp, pernikahan jarak jauh.

ABSTRACT

Name : Efrata Laura
Student ID : 46121110001
Study Program : Psychology
Thesis Title : *The Relationship between Social Support and WhatsApp Communication with the Resilience of Long-Distance Married Couples*
Counsellor : Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si

This study aims to examine the relationship between social support and WhatsApp communication with couple resilience among individuals in long-distance marriages (LDM). Couple resilience refers to the individual's ability to endure, adapt, and maintain emotional stability in a physically separated relationship. The research employed a quantitative approach using a questionnaire method. A total of 168 individuals who had been in an LDM for at least six months and used WhatsApp as their primary communication medium participated as respondents. The sampling technique applied was snowball sampling. The research instruments consisted of the Couple Resilience Inventory Scale (CRiS) to measure couple resilience, the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) to measure social support, and a WhatsApp Communication Scale constructed based on the aspects of frequency, intensity, and quality of digital communication. Data were analyzed using Spearman's correlation test. The results showed that social support had a significant but negative relationship with couple resilience, indicating that higher social support was associated with lower resilience among individuals in LDM. Conversely, WhatsApp communication demonstrated a significant positive relationship with couple resilience. These findings suggest that the quality of interpersonal communication through digital media plays a more decisive role in sustaining resilience in LDM relationships compared to external support from family or friends.

Keywords: *couple resilience, social support, WhatsApp communication, long-distance marriage.*

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	7
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Resiliensi Pasangan	9
2.1.1 Definisi Resiliensi Pasangan	9
2.1.2 Dimensi Resiliensi Pasangan	10
2.1.3 Aspek Resiliensi Pasangan.....	10
2.1.4 Faktor - Faktor yang mempengaruhi Resiliensi Pasangan	11
2.2 Dukungan Sosial.....	12
2.2.1 Definisi Dukungan Sosial.....	12
2.2.2 Indikator Dukungan Sosial.....	13
2.2.3 Dimensi Dukungan Sosial.....	13
2.2.4 Faktor - Faktor yang mempengaruhi Dukungan Sosial.....	14
2.3 Komunikasi Whatsapp.....	14
2.3.1 Definisi Komunikasi	14
2.3.2 Definisi Media Sosial	15

2.3.3	Definisi Whatsapp	16
2.3.4	Dimensi Komunikasi Whatsapp	17
2.4	Pernikahan Jarak Jauh	18
2.4.1	Definisi Pernikahan Jarak Jauh	18
2.5	Tabel Penelitian Terdahulu	19
2.6	Dinamika Penelitian	27
2.7	Kerangka Berpikir	29
2.8	Hipotesis Penelitian	30
BAB III		32
METODE PENELITIAN		32
3.1	Desain Penelitian	32
3.1.1	Variabel Penelitian	32
3.2	Populasi dan Sampel	32
3.2.1	Populasi	32
3.2.2	Sampel	32
3.2.3	Teknik Sampling	33
3.2.4	Teknik Pengumpulan Data	33
3.3	Definisi Operasional	34
3.3.1	Resiliensi Pasangan	34
3.3.2	Dukungan Sosial	34
3.3.3	Komunikasi WA	34
3.4	Instrumen Penelitian	35
3.4.1	Alat Ukur Resiliensi	35
3.4.2	Alat Ukur Dukungan Sosial	37
3.4.3	Alat Ukur Komunikasi WA	38
3.5	Uji Kualitas Instrumen	40
3.5.1	Uji Validitas	40
3.5.2	Uji Reliabilitas	40
3.6	Analisi Data	41
3.6.1	Analisis Deskriptif	41
3.6.2	Uji Asumsi Klasik	42
3.6.2.1	Uji Normalitas	42
3.6.2.2	Uji Linier	42
3.7	Uji Hipotesis	42
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	44

4.1	Gambaran Umum Subjek.....	44
4.1.1	Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	44
4.1.2	Gambaran Umum Responden Berdasarkan Domisili Suami Istri.....	45
4.1.3	Gambaran Umum Berdasarkan Pendidikan Suami dan Istri.....	46
4.1.4	Gambaran Umum Berdasarkan Alasan LDM	47
4.1.5	Gambaran Umum Berdasarkan Tinggal Selama LDM	47
4.2	Hasil.....	48
4.2.1	Analisis Deskriptif dan Kategorisasi.....	48
4.2.1.1	Analisis Deskriptif	48
4.2.1.2	Kategorisasi Skor Variabel Penelitian	49
4.2.1.2.1	Kategorisasi Resiliensi Pasangan.....	49
4.2.1.2.2	Kategorisasi Dukungan Sosial.....	49
4.2.1.2.3	Kategorisasi Komunikasi WhatsApp.....	50
4.2.2	Uji Hipotesis	50
4.2.2.1	Uji Asumsi.....	50
4.2.2.2	Uji Normalitas.....	50
4.2.2.2	Uji Linieritas	51
4.2.3	Uji Korelasional	51
4.2.4	Analisis Tambahan	53
4.2.4.1	Uji Beda Non-Parametrik.....	53
4.3	Pembahasan	55
BAB V		62
KESIMPULAN & SARAN		62
5.1	Kesimpulan.....	62
5.2	Keterbatasan Penelitian	62
5.3	Saran	63
5.3.1	Saran Teoritis.....	63
5.3.2	Saran Praktis	63
DAFTAR PUSTAKA		65
LAMPIRAN		70

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blueprint Couple Resilience Inventory Scale (CRIS).....	36
Tabel 3.2 Blueprint Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)	37
Tabel 3.3 Blueprint Komunikasi WhatsApp	39
Tabel 3.4 Hasil uji Realibilitas Couple Resilience Inventory Scale (CRIS)	41
Tabel 3.5 Hasil uji Realibilitas Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)	41
Tabel 3.6 Hasil uji Realibilitas Komunikasi WhatsApp.....	41
Tabel 4.1 Data Demografi Jenis Kelamin	44
Tabel 4.2 Data Demografi Domisili Suami.....	45
Tabel 4.3 Data Demografi Domisili Istri.....	45
Tabel 4.4 Data Demografi Pendidikan Suami.....	46
Tabel 4.5 Data Demografi Pendidikan Istri.....	46
Tabel 4.6 Data Demografi Alasan LDM	47
Tabel 4.7 Data Demografi Tinggal Selama LDM	47
Tabel 4.8 Data Analisis Dekstriptif.....	48
Tabel 4.9 Hasil Kategorisasi Resiliensi Pasangan.....	49
Tabel 4.10 Hasil Kategorisasi Dukungan Sosial	49
Tabel 4.11 Hasil Kategori Komunikasi WhatsApp	50
Tabel 4.12 Hasil Uji Normalitas	50
Tabel 4.13 Interpretasi nilai r_s (Koefisien Spearman)	52
Tabel 4.14 Hasil Uji Korelasional Variabel Y dan Variabel X	52
Tabel 4.15 Uji Beda Demografi Jenis Kelamin	53
Tabel 4.16 Uji Beda Demografi Domisili Suami.....	53
Tabel 4.17 Uji Beda Demografi Pendidikan Suami	54
Tabel 4.18 Uji Beda Demografi Pendidikan Istri.....	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Expert Judgement	70
Lampiran 2 Kuisisioner Penelitian.....	113
Lampiran 3 Penentuan Sampel Minimum dengan G*power	121
Lampiran 4 Uji Kualitas Instrumen	121
Lampiran 5 Gambaran Umum Responden.....	122
Lampiran 6 Analisi Deskriptif dan Kategorisasi.....	124
Lampiran 7 Uji Asumsi.....	127
Lampiran 8 Uji Hipotesis.....	127

