

***PYSCHOLOGICAL WELL-BEING DAN SOCIAL
SUPPORT PADA EMERGING ADULTHOOD
KORBAN PERSELINGKUHAN DALAM
HUBUNGAN BERPACARAN
DI INDONESIA***

SKRIPSI



OLEH:
Helen Alexandra
NRP 7103022033

Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2025

***PSYCHOLOGICAL WELL-BEING DAN SOCIAL
SUPPORT PADA EMERGING ADULTHOOD
KORBAN PERSELINGKUHAN DALAM
HUBUNGAN BERPACARAN
DI INDONESIA***

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk memenuhi sebagai persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Psikologi



OLEH:
Helen Alexandra
NRP 7103022033

Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2025

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya :

Nama : Helen Alexandra

NRP : 7103022033

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul:

***PYSCHOLOGICAL WELL-BEING DAN SOCIAL SUPPORT
PADA EMERGING ADULTHOOD KORBAN PERSELINGKUHAN
DALAM HUBUNGAN BERPACARAN
DI INDONESIA***

Benar-benar pekerjaan saya sendiri dan tidak ada rekayasa dari pihak manapun.

Apabila selanjutnya terdapat tanda-tanda bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiarism atau manipulasi data, saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar dari gelar yang diperoleh, serta menyampaikan permintaan maaf pada pihak-pihak yang bersangkutan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat, dan dinyatakan dengan sesungguhnya penuh kesadaran dalam membuatnya.

Surabaya, 11 Desember 2025

Yang membuat pernyataan,



Helen Alexandra

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH**

Dengan perkembangan ilmu pengetahuan yang ada, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Helen Alexandra
NRP : 7103022033

Menyetujui skripsi/karya Ilmiah saya yang berjudul:

***PSYCHOLOGICAL WELL-BEING DAN SOCIAL SUPPORT
PADA EMERGING ADULTHOOD KORBAN PERSELINGKUHAN
DALAM HUBUNGAN BERPACARAN
DI INDONESIA***

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 11 Desember 2025
Yang membuat pernyataan,



Helen Alexandra

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

***PYSCHOLOGICAL WELL-BEING DAN SOCIAL SUPPORT
PADA EMERGING ADULTHOOD KORBAN PERSELINGKUHAN
DALAM HUBUNGAN BERPACARAN
DI INDONESIA***

Oleh:
Helen Alexandra
NRP. 7103022033

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi

Pembimbing : Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0718067904
Email : susilo_dicky@ukwms.ac.id



Surabaya, 01 Desember 2025

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul "*Psychological well-being dan social support pada emerging adulthood* korban perselingkuhan dalam hubungan berpacaran di Indonesia" oleh Helen Alexandra (7103022033) telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi.

Pada tanggal 11 Desember 2025

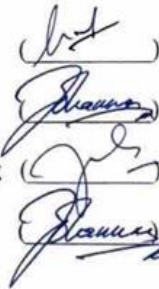
Mengesahkan
Fakultas Psikologi
Dekan



(Agnes Maria Sumargi, Ph.D., Psikolog)

Dewan Penguji:

1. Ketua : Happy Cahaya Mulya, M.Psi., Psikolog
2. Sekretaris : Dicky Susilo M.Psi., Psikolog
3. Anggota : Jaka Santosa Sudagijono, M.Psi., Psikolog
4. Anggota : Dicky Susilo M.Psi., Psikolog
NIDN : 0718067904
Email : susilo_dicky@ukwms.ac.id



HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini dipersembahkan untuk:

Tuhan Yesus Kristus

Keluarga, seluruh teman-teman, dan pihak lain yang senantiasa memberikan dukungan serta doa selama proses perkuliahan hingga proses pengerjaan penelitian ini hingga akhir.

Seluruh korban perselingkuhan dalam hubungan berpacaran di Indonesia, khususnya yang berada dalam tahap *emerging adulthood*.

HALAMAN MOTTO

*“Do not worry about tomorrow, for tomorrow will worry about itself” –
Matthew 6:34*

*“Time is free, but it’s priceless. You can’t own it, but you can use it. You can’t
keep it, but you can spend it. Once you’ve lost it, you can never get it back” –
Harvey Mackay*

UNGKAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kepada Tuhan Yesus atas kasih dan berkat-Nya terhadap peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini. Pada kesempatan ini, peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan doa, semangat, dukungan, dan segala bantuan lainnya yang diberikan kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti ingin memberikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. **Ibu Agnes Maria Sumargi, Grad.Dip.Ed., M.Psych., Ph.D.** selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan dukungan kepada peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini.
2. **Bapak Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog** selaku Dosen Pembimbing skripsi sekaligus Sekretaris yang sudah berkenan memberikan waktu dan pikiran di tengah kesibukannya untuk membimbing serta membantu peneliti. Terima kasih juga kepada beliau yang sudah membimbing peneliti dengan penuh sabar serta mendengarkan segala persoalan yang dialami peneliti selama proses penyusunan naskah proposal hingga skripsi ini.
3. **Bapak Happy Cahaya Mulya, M.Psi., Psikolog** selaku Ketua Penguji skripsi yang bersedia membantu peneliti dengan memberikan saran perbaikan dan bersedia meluangkan waktu untuk berdiskusi dengan peneliti terkait penyempurnaan penelitian ini.
4. **Bapak Jaka Santosa Sudagijono, M.Psi., Psikolog** selaku Anggota Penguji skripsi yang bersedia membantu peneliti dengan memberikan saran perbaikan dan bersedia meluangkan waktu untuk berdiskusi dengan peneliti terkait penyempurnaan penelitian ini sekaligus telah bersedia meluangkan waktu di tengah kesibukannya untuk membantu proses *review* alat ukur yang digunakan oleh peneliti.
5. **Ibu Dr. Desak Nyoman Arista R.D., M.Psi., Psikolog** selaku Dosen Pendamping yang sudah bersedia mendampingi dan mengarahkan peneliti selama proses perkuliahan.

6. **Bapak Made Dharmawan Rama Adhyatma, M.Psi., Psikolog** selaku Dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang sudah bersedia meluangkan waktu di tengah kesibukannya untuk membantu proses *review* alat ukur yang digunakan oleh peneliti.
7. **Para Dosen dan Staff Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya** yang telah memberikan ilmu dan bantuan kepada peneliti selama proses perkuliahan hingga selesainya skripsi ini.
8. **Responden penelitian** yang meskipun tidak sepenuhnya mengenal peneliti secara pribadi, namun tetap berkenan untuk meluangkan sebagian waktunya untuk mengisi kuesioer penelitian hingga penelitian ini dapat selesai dengan tepat waktu. Terima kasih juga kepada seluruh responden penelitian yang meskipun saat ini belum sembuh atau masih menyimpan luka atas kejadian yang pernah terjadi, namun tetap bersedia secara sukarela untuk membantu peneliti dalam mengisi kuesioner penelitian ini.
9. **Orang tua dan saudara peneliti** yang telah memberikan segala dukungan yang peneliti butuhkan hingga peneliti dapat menyelesaikan perkuliahan ini dengan tepat waktu. Terima kasih sudah menjadi bagian terbaik dari kehidupan peneliti dan terima kasih juga karena selalu mengusahakan yang terbaik bagi peneliti dalam keadaan apapun.
10. **Seluruh teman-teman peneliti** yang telah menjadi tempat berbagi suka maupun duka dan saling belajar begitu banyak hal bersama. Terima kasih telah menemani, membantu, mendukung, dan mendoakan peneliti sepanjang perkuliahan (khususnya dalam masa-masa berat peneliti dalam proses pengerjaan naskah proposal hingga skripsi).
11. **Seluruh Oma-Opa dan Staff di Rumah Usiawan Panti Surya** yang merupakan rumah ke-2 peneliti selama perkuliahan berlangsung, dimana peneliti menghabiskan sebagian besar waktu di tempat ini. Terima kasih telah menjadi tempat yang mengajarkan begitu banyak hal kepada peneliti selama proses magang berlangsung dan terima kasih juga atas segala doa, dukungan, dan kebaikan yang diberikan kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan tepat waktu.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
HALAMAN MOTTO.....	vii
UNGKAPAN TERIMA KASIH.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
ABSTRACT.....	xvi
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Batasan Masalah.....	16
1.3 Rumusan Masalah.....	17
1.4 Tujuan Penelitian.....	17
1.5 Manfaat Penelitian.....	17
1.5.1 Manfaat Teoritis.....	17
1.5.2 Manfaat Praktis.....	18
 BAB II LANDASAN TEORI.....	 19
2.1 <i>Psychological Well-Being</i>	19
2.1.1 Definisi <i>Psychological Well-Being</i>	19
2.1.2 Aspek-aspek <i>Psychological Well-Being</i>	20
2.1.3 Faktor-faktor <i>Psychological Well-Being</i>	20
2.2 <i>Social Support</i>	21
2.2.1 Definisi <i>Social Support</i>	21
2.2.2 Aspek-aspek <i>Social Support</i>	22
2.3 <i>Emerging Adulthood</i> Korban Perselingkuhan dalam Berpacaran.....	22
2.4 Keterkaitan antara <i>Psychological Well-Being</i> dan <i>Social Support</i> pada <i>Emerging Adulthood</i> Korban Perselingkuhan dalam Hubungan Berpacaran.....	27
2.5 Hipotesis Penelitian.....	32
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 33
3.1 Identifikasi Variabel Penelitian.....	33
3.2 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	33
3.3 Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel.....	34
3.3.1 Populasi.....	34

3.3.2	Teknik Pengambilan Sampel.....	35
3.4	Metode Pengumpulan Data.....	36
3.4.1	Skala <i>Psychological Well-Being</i>	36
3.4.2	Skala <i>Social Support</i>	37
3.5	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	38
3.5.1	Validitas	38
3.5.2	Reliabilitas.....	38
3.6	Teknik Analisis Data	39
3.7	Etika Penelitian.....	40
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....		41
4.1	Orientasi Kancan Penelitian	41
4.2	Persiapan Penelitian.....	46
4.3	Pelaksanaan Penelitian.....	47
4.4	Hasil Penelitian.....	49
4.4.1	Hasil Uji Validitas Alat Ukur.....	49
4.4.2	Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur	51
4.4.3	Deskripsi Identitas Responden	52
4.4.4	Deskripsi Data Variabel Penelitian	53
4.4.5	Hasil Uji Asumsi	59
4.4.6	Hasil Uji Hipotesis	60
BAB V PENUTUP.....		62
5.1	Bahasan.....	62
5.2	Kesimpulan	71
5.3	Saran	72
DAFTAR PUSTAKA		74
LAMPIRAN.....		80

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blueprint “Ryff’s Scale of Psychological Well-Being”</i>	36
Tabel 3.2 Skor Item Skala <i>Psychological Well-Being</i>	37
Tabel 3.3 <i>Blueprint “Multidimensional Scale of Perceived Social Support”</i>	37
Tabel 3.4 Skor Item Skala <i>Social Support</i>	38
Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas <i>Ryff’s Scale of Psychological Well-Being</i> (Putaran Ke-1).....	49
Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas <i>Ryff’s Scale of Psychological Well-Being</i> (Putaran Ke-2).....	50
Tabel 4.3 Hasil Uji Validitas <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i>	51
Tabel 4.4 Distribusi Usia Responden.....	52
Tabel 4.5 Distribusi Jenis Kelamin Responden.....	53
Tabel 4.6 Distribusi Status Hubungan Responden Saat Ini.....	53
Tabel 4.7 Kategorisasi Skor <i>Psychological Well-Being</i> Responden.....	54
Tabel 4.8 Kategorisasi Skor <i>Social Support</i> Responden.....	55
Tabel 4.9 Tabulasi Silang Usia dan <i>Psychological Well-Being</i>	56
Tabel 4.10 Tabulasi Silang Jenis Kelamin dan <i>Psychological Well-Being</i>	57
Tabel 4.11 Tabulasi Silang Status Hubungan Romantis dan <i>Psychological Well-Being</i>	57
Tabel 4.12 Tabulasi Silang <i>Psychological Well-Being</i> dan <i>Social Support</i>	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 <i>Pie Chart</i> “Apakah saat ini sedang mejalin hubungan pacaran?”	5
Gambar 1.2 <i>Pie Chart</i> “Apakah saat ini Anda sudah pulih dari perselingkuhan yang dialami oleh Anda?”	6
Gambar 1.3 Grafik dampak yang dirasakan korban setelah perselingkuhan	8
Gambar 1.4 <i>Pie Chart</i> Aspek “ <i>Self-Acceptance</i> ”	9
Gambar 1.5 <i>Pie Chart</i> Aspek “ <i>Positive Relations with Others</i> ”	9
Gambar 1.6 <i>Pie Chart</i> Aspek “ <i>Autonomy</i> ”	10
Gambar 1.7 <i>Pie Chart</i> Aspek “ <i>Environmental Mastery</i> ”	11
Gambar 1.8 <i>Pie Chart</i> Aspek “ <i>Purpose in Life</i> ”	11
Gambar 1.9 <i>Pie Chart</i> Aspek “ <i>Personal Growth</i> ”	12
Gambar 1.10 Grafik Faktor yang mempengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	13

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Data Mentah <i>Psychological Well-Being</i>	80
Lampiran B. Data Mentah <i>Psychological Well-Being</i>	104
Lampiran C. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur <i>Psychological Well-Being</i>	112
Lampiran D. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur <i>Social Support</i>	114
Lampiran E. Uji Asumsi Variabel <i>Psychological Well-Being</i> dan <i>Social Support</i>	115
Lampiran F. Uji Hipotesis <i>Sparman's Rho</i>	116
Lampiran G. Bentuk Kuesioner (Google Form)	117
Lampiran H. Peminjaman Alat Ukur	120

Helen Alexandra (2025) “*Psychological Well-Being dan Social Support pada Emerging Adulthood Korban Perselingkuhan dalam Hubungan Berpacaran di Indonesia*”. **Skripsi Sarjana Strata 1**. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

ABSTRAK

Masa *emerging adulthood* merupakan masa untuk mengeksplorasi identitas dan menjalin hubungan, yang salah satunya adalah hubungan romantis. Namun, dalam proses ini individu dapat mengalami pengalaman negatif berupa perselingkuhan. Perselingkuhan dapat memberikan dampak signifikan terhadap kesehatan mental korban, seperti munculnya perasaan sedih berkelanjutan, trauma, rasa *insecure*, hingga menarik diri dari lingkungan sosial yang dapat memengaruhi *psychological well-being*. *Psychological well-being* memiliki enam aspek yaitu, *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi *psychological well-being* adalah *social support*, aspek dari *social support* yaitu *family*, *friends*, *significant others*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *social support* dengan *psychological well-being* pada *emerging adulthood* korban perselingkuhan dalam hubungan berpacaran di Indonesia. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan teknik pengambilan data *incidental sampling* dan *snowball sampling*. Sampel penelitian melibatkan 296 responden *emerging adulthood* korban perselingkuhan berusia 18-25 tahun. Variabel *psychological well-being* diukur menggunakan skala *Ryff's Scale of Psychological Well-Being* dan variabel *social support* menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS). Uji hipotesis menggunakan analisis korelasi *Spearman's Rho* menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara variabel *social support* dan *psychological well-being* dengan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) dan nilai korelasi $r=0.246$. Variabel *social support* memberikan sumbangan efektif sebesar 6.05% terhadap variabel *psychological well-being*. Hasil dari penelitian ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat *social support* yang dimiliki oleh *emerging adulthood* korban perselingkuhan dalam berpacaran, maka semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being* yang dimiliki.

Kata kunci: *social support*; *psychological well-being*; *emerging adulthood* korban perselingkuhan

Helen Alexandra (2025) *"Psychological Well-Being and Social Support among Emerging Adult Victims of Infidelity in Dating Relationships in Indonesia"* **Undergraduate Thesis**. Faculty of Psychology, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

ABSTRACT

Emerging adulthood is a period for exploring identity and forming relationships, one of which is romantic relationships. However, in this process, individuals may encounter negative experiences such as infidelity. Infidelity can have a significant impact on the victim's mental health, such as the emergence of prolonged sadness, trauma, insecurity, and even withdrawal from the social environment, which can affect psychological well-being. Psychological well-being has six aspects: self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental mastery, purpose in life, and personal growth. One factor that can influence psychological well-being is social support; the aspects of social support are family, friends, and significant others. This study aims to determine whether there is a relationship between social support and psychological well-being among emerging adult victims of infidelity in dating relationships in Indonesia. The research method used was quantitative with incidental sampling and snowball sampling data collection techniques. The research sample involved 296 emerging adulthood respondents aged 18-25 years who were victims of infidelity. The psychological well-being variable was measured using Ryff's Scale of Psychological Well-Being, and the social support variable used the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS). Hypothesis testing using Spearman's Rho correlation analysis showed a significant positive relationship between the variables social support and psychological well-being with a value of $p=0,000$ ($p<0,05$) and a correlation value of $r=0,246$. The social support variable provided an effective contribution of 6,05% to the psychological well-being variable. The results of this study indicate that the higher the level of social support possessed by emerging adult victims of infidelity in dating relationships, the higher the level of psychological well-being possessed.

Keywords: *social support; psychological well-being; emerging adult victims of infidelity*