

STUDI DESKRIPTIF KEPUASAN HIDUP PADA MAHASISWA DI INDONESIA

SKRIPSI



OLEH:
Yosua Imanuel Puspito
NRP 7103022060

Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2026

STUDI DESKRIPTIF KEPUASAN HIDUP PADA MAHASISWA DI INDONESIA

SKRIPSI



OLEH:

Yosua Imanuel Puspito

NRP.7103022060

Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2026

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya:

Nama : Yosua Imanuel Puspito

NRP : 7103022060

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul:

STUDI DESKRIPTIF KEPUASAN HIDUP PADA MAHASISWA DI INDONESIA

Benar-benar merupakan karya sendiri tanpa ada rekayasa dari pihak manapun, apabila pada kemudian hari ditemukan bukti, bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiat atau hasil dari manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh serta permohonan maaf dari pihak-pihak terkait.

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

Surabaya, 29 Mei 2026

Yang membuat pernyataan,



Yosua Imanuel Puspito

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

STUDI DESKRIPTIF KEPUASAN HIDUP PADA MAHASISWA DI INDONESIA

Oleh:

Yosua Imanuel Puspito

NRP 7103022060

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

Pembimbing : Agnes Maria Sumargi, Ph. D., Psikolog
NIDN : 0712047302
e-mail : agnes-maria@ukwms.ac.id

()

Surabaya, 29 Mei 2026

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH**

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

Nama : Yosua Imanuel Puspito

NRP : 7103022060

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul:

**STUDI DESKRIPTIF KEPUASAN HIDUP PADA MAHASISWA 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
sebenarnya.

Surabaya, 29 Mei 2026

Yang membuat pernyataan



Yosua Imanuel Puspito

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Studi Deskriptif Kepuasan Hidup Pada Mahasiswa di Indonesia” oleh Yosua Imanuel Puspito (7103022060) 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 29 Mei 2026

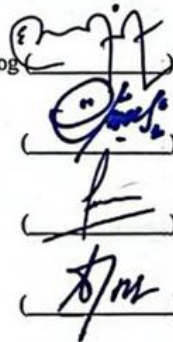
Mengesahkan
Fakultas Psikologi,
Dekan:

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



Dewan Penguji:

- | | |
|---------------|--|
| 1. Ketua | : Elisabet Widyaning Hapsari, M.Psi., Psikolog |
| 2. Sekretaris | : Natalia Evitasari, M. Psi., Psikolog |
| 3. Anggota | : Dr. Yettie Wandansari, M.Si., Psikolog |
| 4. Anggota | : Agnes Maria Sumargi, Ph.D., Psikolog |
| NIDN | : 0712047302 |



HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini dipersembahkan kepada:

Tuhan Yesus Kristus yang memberikan berkat dan penyertaan kepada peneliti selama perkuliahan hingga penelitian ini selesai.

Mama yang selalu mendoakan dan mengusahakan yang terbaik untuk menyelesaikan perkuliahan ini.

Amellayana Putri Gabriela yang telah menemani dan membantu peneliti selama perkuliahan hingga penyelesaian penelitian ini.

Semua orang yang turut memberikan dukungan selama perkuliahan hingga pengerjaan penelitian ini.

Diri saya karena sudah berusaha sebaik mungkin.

HALAMAN MOTTO

“Segala perkara dapat kutanggung di dalam Dia yang memberi kekuatan kepadaku”

(Filipi 4:13)

“Karena itu Aku berkata kepadamu: apa saja yang kamu minta dan doakan, percayalah bahwa kamu telah menerimanya, maka hal itu akan diberikan kepadamu”

(Markus 11:24)

“Pada dasarnya, semua orang hipokrit, percaya hanya pada dirimu bukan idolamu yang liriknya berbelit, juga dengan mereka yang menjual air mata setiap menit”

(Hindia)

“Tak ada yang tahu, kapan kau mencapai tuju dan percayalah bukan urusanmu untuk menjawab itu, bersenderlah pada waktu”

(Hindia)

UNGKAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kepada Tuhan Yesus Yang Maha Esa atas segala berkat dan rahmat-Nya yang dianugerahkan kepada peneliti dari proses perkuliahan hingga penyusunan penelitian ini dapat selesai. Selain itu, peneliti tidak sendirian. Banyak yang memberikan bantuan, dukungan serta perhatian yang sangat mendukung peneliti selama proses perkuliahan hingga penelitian ini selesai. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Agnes Maria Sumargi, Ph.D, Psikolog. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dan dosen pembimbing peneliti yang telah sabar dalam membimbing peneliti, mendukung dan mengarahkan peneliti selama proses penyusunan skripsi.
2. Ibu Elisabeth Widyaning Hapsari, M.Psi., Psikolog dan Dr. Yettie Wandansari, M.Si., Psikolog. selaku dosen penguji yang telah memberikan kritik, saran dan masukan dalam penelitian ini, sehingga peneliti terbantu dalam proses penyusunan dari proposal hingga penyelesaian skripsi.
3. Ibu Dr. Dessi Christanti, M.Si. selaku dosen pembimbing akademik yang selalu membantu kebutuhan dari perencanaan studi hingga memastikan peneliti dapat memilih bidang yang tepat, sehingga penelitian dapat berjalan dengan lancar.
4. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan ilmu serta dukungan dari awal proses perkuliahan hingga akhir. Ilmu yang telah didapatkan menambah wawasan peneliti selama perkuliahan.
5. Para staff tata usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang selalu ramah dan sabar dalam membantu proses administrasi dan berkas-berkas selama perkuliahan.
6. Mama selaku orang tua peneliti yang selalu mendoakan dan mengusahakan dalam proses perkuliahan peneliti, sehingga penyusunan skripsi dapat terselesaikan dengan baik.

7. Amellyana Putri Gabriela selaku pasangan yang telah menemani peneliti dalam proses penelitian ini, sehingga dapat terselesaikan. Terima kasih atas segala dukungan, kesabaran, motivasi, rasa nyaman dan aman, serta doa yang telah dipanjatkan. Terima kasih karena telah berbagi cerita suka maupun dengan peneliti. Hal tersebut sangat berarti bagi peneliti sehingga penyusunan skripsi ini dapat berjalan dengan lancar.
8. Teman dekat peneliti, Farida. Irene dan Vino yang telah menemani peneliti semasa perkuliahan, yang telah berbagi suka dan duka bersama, menghibur peneliti selama perkuliahan yang sangat membekas dalam proses perkuliahan ini.
9. *Basecamp* selaku teman-teman dari awal perkuliahan hingga saat ini. Meskipun sekarang memiliki kesibukan masing-masing. tetapi dukungan mereka tetap ada hingga penyelesaian penelitian ini.
10. *Deadline Warrior* (Seilla, Farida, Irene, Vellyani, Verren, Tasya) selaku teman bermain, liburan, dan melepas penat peneliti. Terima kasih sudah berbagi tawa dengan peneliti.
11. Naik-Naik ke Puncak Gunung (Vino, Lily, Benaya, Felly, Cahyo, Bias, Vina) yang telah menemani peneliti mendaki dan mencari udara segar, sehingga peneliti dapat melepaskan penat selama penyusunan skripsi. Selain itu, mereka juga menjadi teman seperjuangan peneliti dalam penyelesaian skripsi.
12. Seluruh subjek penelitian yang telah meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner.

DAFTAR ISI

STUDI DESKRIPTIF KEPUASAN HIDUP PADA MAHASISWA DI INDONESIA	i
SURAT PERNYATAAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
HALAMAN MOTTO	vii
UNGKAPAN TERIMA KASIH	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
ABSTRAK	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Batasan Masalah	9
1.3. Rumusan Masalah	9
1.4. Tujuan Penelitian.....	9
1.5. Manfaat Penelitian.....	9
1.5.1. Manfaat Teoritis	9
1.5.2. Manfaat Praktis	10
BAB II LANDASAN TEORI	11
2.1. Kepuasan Hidup	11
2.1.1. Definisi Kepuasan Hidup	11
2.1.2. Aspek-Aspek Kepuasan Hidup	11
2.1.3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepuasan Hidup.....	12
2.2. Mahasiswa dan Tantangannya	14
2.3. Kepuasan Hidup Mahasiswa	15
BAB III METODE PENELITIAN	18
3.1. Identifikasi Variabel Penelitian	18
3.2. Definisi Operasional Variabel Penelitian	18

3.3.	Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	18
3.3.1.	Populasi.....	18
3.3.2.	Teknik Pengambilan Sampel.....	19
3.4.	Metode Pengumpulan Data	19
3.4.1.	Skala Kepuasan Hidup	19
3.5.	Validitas dan Reliabilitas	20
3.5.1.	Validitas	20
3.5.2.	Reliabilitas	20
3.6.	Teknik Analisis Data	21
3.7.	Etika Penelitian	22
BAB IV	PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....	23
4.1	Orientasi Kancan Penelitian.....	23
4.2	Persiapan Pengambilan Data	25
4.2.1	Perizinan peminjaman alat ukur	25
4.2.2	Penyusunan kuesioner dalam <i>Google Form</i>	26
4.3	Pelaksanaan Penelitian	26
4.4	Hasil Penelitian	27
4.4.1	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	27
4.4.3	Deskripsi Data Variabel Penelitian	34
BAB V		47
PENUTUP		47
5.1	Bahasan	47
5.2	Simpulan.....	56
5.3	Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA		60
LAMPIRAN		67

DAFTAR TABEL

Tabel 3.4.1 Blueprint Skala Kepuasan Hidup	19
Tabel 3.4.2 Skor Aitem Skala Kepuasan Hidup	20
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Subjek Berdasarkan Usia.....	28
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	28
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Subjek Berdasarkan Domisili	29
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Subjek Berdasarkan Angkatan	30
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Subjek Berdasarkan Asal Universitas	30
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Subjek Berdasarkan Jenis Perguruan Tinggi.....	32
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Subjek Berdasarkan Fakultas	32
Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Subjek Berdasarkan Jumlah Mahasiswa Rantau ..	33
Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi Subjek Berdasarkan Jumlah Mahasiswa yang Berkegiatan di Luar Kampus	34
Tabel 4.10 Kategorisasi Skala Satisfaction with Life Scale	35
Tabel 4.11 Tabulasi Silang antara SWLS dan Jenis Kelamin.....	36
Tabel 4.12 Tabulasi Silang SWLS dan Mahasiswa Rantau	37
Tabel 4.13 Tabulasi Silang SWLS dan Kegiatan di Luar Kampus.....	38
Tabel 4.14 Tabulasi Silang SWLS dan Usia.....	39
Tabel 4.15 Tabulasi Silang SWLS dan Angkatan.....	40
Tabel 4.16 Tabulasi Silang SWLS dan Domisili	42
Tabel 4.17 Tabulasi Silang SWLS dan Fakultas.....	44
Tabel 4.18 Tabulasi Silang SWLS dan Jenis Perguruan Tinggi.....	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Hasil survei awal untuk menggali ketidakpuasan mahasiswa terhadap hidupnya.....	5
Gambar 1.2 Hasil survei pendahuluan kepuasan hidup pada mahasiswa mengenai pengalaman yang diharapkan.....	6
Gambar 1.3 Hasil survei pendahuluan kepuasan hidup pada mahasiswa baru mengenai kehidupan akademik dan kegiatan kampus	7

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A: Skala Kepuasan Hidup.....	67
Lampiran B: Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Kepuasan Hidup	70
Lampiran C: Tabulasi Silang SWLS dan Jenis Kelamin	71
Lampiran D: Tabulasi Silang SWLS dan Usia.....	72
Lampiran E: Tabulasi Silang SWLS dan Angkatan.....	73
Lampiran F: Tabulasi Silang SWLS dan Jenis Perguruan Tinggi	74
Lampiran G: Tabulasi Silang SWLS dan Domisili.....	75
Lampiran H: Tabulasi Silang SWLS dan Fakultas	75
Lampiran I: Tabulasi Silang SWLS dan Mahasiswa Rantau	77
Lampiran J: Tabulasi Silang SWLS dan Kegiatan di Luar Kampus	77
Lampiran K: Bentuk Kuesioner (Google Form)	78
Lampiran L: Perizinan Peminjaman Alat Ukur	83

Yosua Imanuel Puspito (2026). “Studi Deskriptif Kepuasan Hidup Pada Mahasiswa di Indonesia”. **Skripsi Sarjana Strata 1.** Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

ABSTRAK

Mahasiswa sebagai individu pada fase *emerging adulthood* menghadapi berbagai tuntutan akademik, sosial, maupun pribadi yang dapat mempengaruhi tingkat kepuasan hidup yang dimiliki. Kepuasan hidup merupakan salah satu bentuk evaluasi subjektif individu terhadap kehidupannya secara keseluruhan dan menjadi aspek penting dalam kesejahteraan psikologis mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kepuasan hidup mahasiswa di Indonesia. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif. Subjek penelitian merupakan mahasiswa aktif di Indonesia dengan jumlah responden sebanyak 105 mahasiswa yang diperoleh menggunakan teknik *incidental sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) yang dikembangkan oleh Ed Diener (1985). Analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis deskriptif untuk melihat gambaran tingkat kepuasan hidup mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa berada pada kategori kepuasan hidup tinggi sebesar (43,8%) diikuti kategori sedang sebesar (23,8%), kategori sangat tinggi sebesar (16,2%) dan kategori rendah sebesar (16,2%). Tidak terdapat responden pada kategori sangat rendah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mampu mengevaluasi kehidupannya secara positif meskipun menghadapi berbagai tuntutan selama menjalani perkuliahan. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi mengenai kondisi kepuasan hidup mahasiswa di Indonesia serta menjadi bahan pertimbangan dalam pengembangan program peningkatan kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Kata kunci: kepuasan hidup, mahasiswa, *emerging adulthood*.

Yosua Imanuel Puspito (2026). “A Descriptive Study of Life Satisfaction Among Undergraduate Students in Indonesia.” *Undergraduate Thesis*, Faculty of Psychology, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

ABSTRACT

As individuals in emerging adulthood, university students face various academic, social, and personal demands that may influence their life satisfaction. Life satisfaction is an individual's subjective evaluation of their life as a whole and is considered an important aspect of students' psychological well-being. This study was conducted to describe life satisfaction among university students in Indonesia. This study employed a quantitative method with a descriptive research design. The participants were 105 active university students in Indonesia, selected using incidental sampling. Data were collected using the Satisfaction with Life Scale (SWLS) developed by Ed Diener (1985). The data were analyzed using descriptive analysis to identify students' life satisfaction levels. The results showed that the majority of students were categorized as having a high level of life satisfaction (43.8%), followed by moderate (23.8%), very high (16.2%) and low (16.2%). There were no respondents categorized as having very low life satisfaction. These findings indicate that most students were able to evaluate their lives positively despite facing various challenges during their academic life. This study is expected to provide information regarding the condition of life satisfaction among university students in Indonesia and serve as a consideration in developing programs to improve student life satisfaction.

Keywords: life satisfaction, university students, emerging adulthood.