

**ANALISIS KUANTITATIF: PENGARUH *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* TERHADAP *LONELINESS* PADA MAHASISWA ANGKATAN
2022 JURUSAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS LAMBUNG
MANGKURAT**

TUGAS AKHIR



PUPUT YUNITASARI

2110123120005

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
BANJARMASIN
2025**

**ANALISIS KUANTITATIF: PENGARUH *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* TERHADAP *LONELINESS* PADA MAHASISWA ANGKATAN
2022 JURUSAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS LAMBUNG
MANGKURAT**

TUGAS AKHIR

Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan
dalam menyelesaikan Program Sarjana Pendidikan
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat

Oleh

PUPUT YUNITASARI

NIM 2110123120005

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
BANJARMASIN
2025**

LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING TUGAS AKHIR

**ANALISIS KUANTITATIF: PENGARUH *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*
TERHADAP *LONELINESS* PADA MAHASISWA ANGKATAN 2022 JURUSAN
ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

PUPUT YUNITASARI

NIM 2110123120005

Disetujui Untuk Dipertahankan di Depan Dewan Penguji

Pembimbing I

Pembimbing II,



Muhammad Arsyad, M.Psi., Psikolog
NIP. 19871213 2023211013



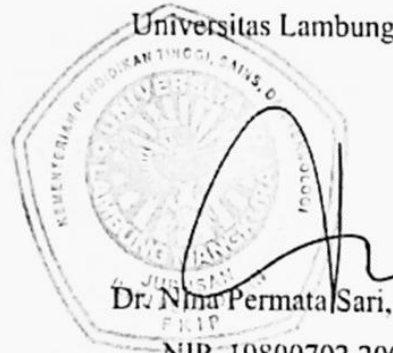
Eklys Cheseda Makaria, S. Pd., M. Pd
NIP. 19920806 201803 2 001

Mengetahui,

Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Lambung Mangkurat,



Dr. Nima Permata Sari, S. Psi., M. Pd
NIP. 19800702 200501 2 004

LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Tugas Akhir oleh Puput Yunitasari

Telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji

Pada tanggal 05 Mei 2025

Dewan Penguji

Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd

NIP. 19800702 200501 2 004

Eklys Cheseda Makaria, S.Pd., M.Pd

NIP. 19920806 201803 2 001

Muhammad Arsyad, M.Psi., Psikolog



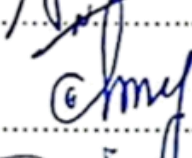
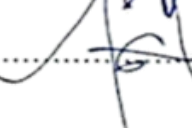

NIP. 19871213 202321 1 013

Eklys Cheseda Makaria, S.Pd., M.Pd

NIP. 19920806 201803 2 001

Dr. Karyono Ibnu Ahmad

NIP. 19500414 197803 1 002

	Ketua
	Sekretaris
	Penguji I
	Penguji II
	Penguji III

Mengetahui,

Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Lambung Mangkurat

Dr. Nina Permatasari, Psi., M.Pd

NIP. 1980072200501 2 004



SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Puput Yunitasari
NIM : 2110123120005
Tempat/ Tanggal Lahir : Banjarasari, 5 April 2003
Jurusan : Ilmu Pendidikan
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas : Lambung Mangkurat Banjarmasin

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul **“Analisis Kuantitatif: Pengaruh *Psychological Well-Being* Terhadap *Loneliness* Pada Mahasiswa Angkatan 2022 Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat”** beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap karya saya ini.

Banjarmasin, 08 Mei 2025

Hormat Saya,



Puput Yunitasari

NIM 2110123120005

MOTO DAN PERSEMBAHAN

MOTO

“Be the best version of yourself”

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah Rabbil Alamin, Segala puji dan syukur kehadiran Allah SWT Yang Maha Pengasih dan Penyayang atas segala rahamt dan hidayah-Nya. Dengan izin-nya, saya diberi kemampuan sehingga Tugas Akhir ini dapat selesai dengan baik dan lancar. Serta tak lupa sholawat dan salam saya curahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang menjadi tokoh panutan dalam menjalani kehidupan.

Tugas Akhir ini saya persembahkan dengan penuh rasa tulus dan memberikan penghargaan yang sangat mendalam untuk Bapak Adi Suwarno dan Ibu Sujani yang merupakan kedua orang tua saya yang saya sayangi, cintai dan yang selalu mendoakan serta telah berjuang untuk saya dalam masa jenjang kuliah ini dan juga dalam pembuatan serta penyusunan Tugas Akhir ini. Tanpa dukungan dan pengorbanan kedua orang tua saya tidak akan berada di titik ini.

Saya juga persembahkan Tugas Akhir ini kepada dosen pembimbing saya yaitu Bapak Muhammad Arsyad, M.Psi., Psikolog dan Ibu Eklys Cheseda Makaria, S.Pd., M.Pd yang selalu membimbing dan memotivasi saya dengan sabar, memberikan saran-saran dan dukungan yang tak ternilai harganya kepada saya. Begitu juga kepada seluruh dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang selalu memberikan arahan dan bimbingan, baik selama proses pendidikan maupun penyusunan Tugas Akhir ini. Serta terimakasih kepada teman-teman Zaneca yang telah kebersamai proses perkuliaan dan memberikam semangat dan dukungan, terima kasih banyak atas waktu dan bantuan yang telah diberikan sehingga Tugas Akhir ini bisa terselesaikan dengan baik.

Tugas Akhir ini saya persembahkan kepada Jurusan Ilmu Pendidikan Unviersitas Lambung Mangkurat yang tutur membantu dalam penelitian, sebagai rasa terima kasih telah memperkenankan saya untuk melakukan penelitian. Terimakasih atas waktu dan semangat yang selalu diberikan kepad saya selama melakukan penelitian ini.

ABSTRAK

Yunitasari, P., Arsyad, M., & Makaria, E. C. (2025). Analisis Kuantitatif: Pengaruh Psychological Well-Being Terhadap Loneliness Pada Mahasiswa Angkatan 2022 Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat, 6(1), 196-209.

Kata Kunci: Psychological Well-Being, Loneliness, Mahasiswa

Psychological well-being menggambarkan kondisi kesehatan mental seseorang dalam mengembangkan diri secara optimal. Sementara itu, loneliness adalah perasaan yang muncul karena kurangnya interaksi dalam hubungan sosial. Mahasiswa pada tahap dewasa awal sering mengalami tekanan emosional serta proses menemukan identitas diri. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara variabel psychological well-being dan loneliness dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan Teknik Probability Random Sampling yang terdiri dari 234 mahasiswa Angkatan 2022 Jurusan Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat. Menurut Ryff's Scales of Psychological Well-Being dan UCLA Loneliness Scale, dengan analisis teknik data statistik deskriptif menggunakan IBM SPSS Statistic 30. Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan bahwa $0,165 > 0,05$ mengidentifikasi pengaruh negatif kecil antara psychological well-being dan loneliness. Mahasiswa dengan psychological well-being rendah tidak selalu mengalami loneliness yang tinggi, tetapi cenderung berada pada tingkat sedang. Hal ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti dukungan sosial, lingkungan akademik, hubungan interpersonal yang berkontribusi pada persepsi mahasiswa tentang loneliness. Penelitian ini memberikan perspektif baru bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut tidak selalu linier yang kuat tetapi dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang belum sepenuhnya teridentifikasi pada penelitian sebelumnya, sehingga perlu ditingkatkan kualitas pendidikan tinggi untuk mendukung kesejahteraan mental mahasiswa.

Banjarmasin, 03 Mei 2025

Pembimbing I



Muhammad Arsyad, M.Psi., Psikolog

NIP. 19871213 2023211013

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia- Nya sehingga skripsi yang berjudul “Analisis Kuantitatif: Pengaruh *Psychological Well-Being* Terhadap *Loneliness* Pada Mahasiswa Angkatan 2022 Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat” ini dapat selesai dengan baik dan lancar.

Tugas Akhir ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program S1 (Strata-1) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat.

Penulis menyadari bahwa keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak akan berjalan dengan baik tanpa adanya peran serta dari berbagai pihak yang telah membantu baik secara moril dan materil. Untuk itu disampaikan ucapan terima kasih kepada beberapa pihak, di antaranya:

1. Bapak Prof. Dr. Ahmad Alim Bachri, SE., M.Si selaku Rektor Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian.
2. Bapak Dr. Sunarno Basuki, Drs., M.Kes., AIFO selaku Dekan FKIP Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan dukungan dan fasilitas dalam rangka kelancaran pelaksanaan penelitian.
3. Ibu Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan pengarahan sehingga penelitian ini dapat dilaksanakan dengan baik.
4. Ibu Eklys Cheseda Makaria, S.Pd., M.Pd selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling, serta Dosen Pembimbing II saya yang telah memberikan izin, bimbingan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
5. Bapak dan Ibu Dosen di Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bantuan dan motivasi dalam pelaksanaan penelitian.

6. Bapak Muhammad Arsyad, M.Psi, Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yang selalu memberikan bantuan semangat, motivasi, mengarahkan dan membimbing saya selama perkuliahan dan penyusunan Tugas Akhir agar saya dapat menyelesaikan perkuliahan tepat waktu.
7. Kepada kedua orang tua yang tercinta Bapak Adi Suwarno dan Ibu Sujani yang selalu mendoakan dan membrikan semangat serta dukungan penuh kasih sayang dan tulus, baik berupa moril dan meteril serta berjuang keras tanpa kenal lelah membiayai dari awal hingga akhir perkuliahan selesai.
8. Kepada kakak saya Muhammad Rudianto, kaka ipar saya Indri Hafsarianti, Keponakan Nayyara Alesha Ufaira dan seluruh keluarga yang telah memberikan motivasi dan dukungan yang diberikan dalam penyelesaian Tugas Akhir ini.
9. Seluruh responden yang telah bersedia membantu proses pengisian angket untuk mendukung penelitian. Terimakasih atas waktu, partisipasi dan perhatiannya yang sangat tak ternilai serta berharga dalam menyelesaikan penelitian ini.
10. Kepada teman dekat dan semua teman Program Studi Bimbingan Dan Konseling angkatan 2021 yang telah kebersamai, selalu memberikan dukungan kepada saya dan selalu memberikan saya motivasi untuk menyelesaikan perkuliahan tepat pada waktunya.
11. Kepada seseorang yang telah menemani proses perjalanan Tugas Akhir ini, terima kasih telah menjadi rumah untuk berkeluh kesah, memberikan semangat, dukungan, memotivasi, dan senantiasa sabar menghadapi saya selama penyusunan Tugas Akhir.
12. Dan terakhir, kepada diri saya sendiri. Puput Yunitasari, terima kasih sudah kuat, bertahan dan berjuang sejauh ini. Terima kasih tetap berdiri tegak serta memilih berusaha lebih keras untuk diri sendiri di titik ini, meskipun sering kali merasa putus asa atas apa yang di usahakan belum berhasil. Namun terima kasih tetap menjadi manusia yang selalu mau berusaha dan tidak menyerah untuk terus mencoba. Terima kasih karena memutuskan tidak menyerah sesulit apapun proses dan keadaan penyusunan Tugas Akhir ini serta telah

menyelesaikannya sebagik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dirayakan untuk diri sendiri. Terimakasih diriku, ini adalah awal dari permulaaan hidup tetap semangat pasti kamu bisa.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa dalam Tugas Akhir ini masih terdapat banyak kekurangan dan kelemahan. Sehingga diharapkan saran dan kritik yang sifatnyamembangun agar isi dari Tugas Akhir ini menjadi lebih baik. Semoga amal baik yang diberikan mendapat balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT dan dapat bermanfaatbagi kita semua. Aamiin

Banjarmasin, 08 Mei 2025

Hormat saya,

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Puput Yunitasari', written in a cursive style.

Puput Yunitasari

NIM 2110123120005

DAFTAR ISI

COVER	i
LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
MOTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xii
PENDAHULUAN.....	2
METODE PENELITIAN	5
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	6
SIMPULAN.....	12
UCAPAN TERIMA KASIH.....	12
DAFTAR PUSTAKA	12
LAMPIRAN	15

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kategorisasi <i>Psychological Well-Being</i>	6
Tabel 2. Kategorisasi <i>Loneliness</i>	7
Tabel 3. Hasil Uji Prasyarat Analisis Data	7
Tabel 4. Hasil Uji Teknik Analisis Data.....	7
Tabel 4. Hasil Koefisien Determinasi	8

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kajian Teori.....	16
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian	29
Lampiran 3. Permohonan Izin Adaptasi Instrumen	30
Lampiran 4. Kisi-Kisi dan Angket <i>Loneliness</i> Sebelum Uji Validitas	31
Lampiran 5. Kisi-Kisi Angket <i>Loneliness</i> Setelah Uji Validitas	36
Lampiran 6. Rekapitulasi Data Uji Coba Variabel <i>Loneliness</i>	39
Lampiran 7. Uji Validitas <i>Loneliness</i>	41
Lampiran 8. Uji Reliabilitas Variabel <i>Loneliness</i>	43
Lampiran 9. Kisi-Kisi dan Angket <i>Psychological Well-Being</i>	46
Lampiran 10. Rekapitulasi Data Uji Valid <i>Psychological Well-Being</i>	50
Lampiran 11. Uji Reliabilitas Variabel <i>Psychological Well-Being</i>	52
Lampiran 12. Hasil Uji Normalitas.....	54
Lampiran 13. Hasil Uji Linearitas.....	56
Lampiran 14. Hasil Uji Homogenitas	60
Lampiran 15. Gambaran Variabel <i>Psychological Well-Being</i> dan <i>Loneliness</i>	61
Lampiran 16. Hasil Regresi Linier Sederhana.....	66
Lampiran 17. Jurnal Revisi Pembimbing I.....	67
Lampiran 18. Jurnal Revisi Pembimbing II.....	70
Lampiran 19. Letter Of Acceptance.....	71
Lampiran 20. Sertifikat Uji Plagiasi	72
Lampiran 21. Revisi dari Reviewer Jurnal	73
Lampiran 22. Perbaikan Revisi dari Reviewer Jurnal	75
Lampiran 23. Sertifikat Journal of Education Research	79
Lampiran 24. Daftar Riwayat Hidup	80