



UNIVERSITAS INDONESIA

**HUBUNGAN ANTARA KEPUASAN HUBUNGAN ROMANTIS
DAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA
YANG BERPACARAN**

*(The Relationship between Romantic Relationship Satisfaction and
Psychological Well-Being Among College Students Who Are Dating)*

SKRIPSI

FITRIA MALA URSILA

0806462621

**FAKULTAS PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI SARJANA REGULER
DEPOK
JULI 2012**



UNIVERSITAS INDONESIA

**HUBUNGAN ANTARA KEPUASAN HUBUNGAN ROMANTIS
DAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA
YANG BERPACARAN**

*(The Relationship between Romantic Relationship Satisfaction and
Psychological Well-Being Among College Students Who Are Dating)*

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana

FITRIA MALA URSILA

0806462621

**FAKULTAS PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI SARJANA REGULER
DEPOK
JULI 2012**

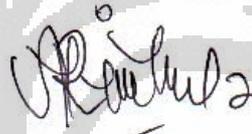
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Fitria Mala Ursila

NPM : 0806462621

Tanda Tangan :



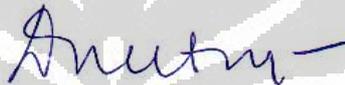
Tanggal : 6 Juli 2012

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :
Nama : Fitria Mala Ursila
NPM : 0806462621
Program Studi : S1 Reguler
Fakultas : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Antara Kepuasan Hubungan Romantis dan *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa yang Berpacaran

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Reguler, Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia

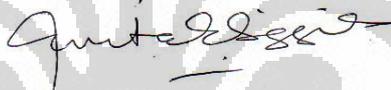
DEWAN PENGUJI PEMBIMBING SKRIPSI



(Dra. Dharmayati Utoyo Lubis, M.A., Ph.D)

NIP. 195103271976032001

Penguji 1 :



(Dra. Evita Eddie Singgih, M. Psi)

NIP. 195101191979022001

Penguji 2 :



(Dra. Cicilia Yeti Prawasti, M. Si)

NIP. 196701231992022002

Depok, 6 Juli 2012

DISAHKAN OLEH

Ketua Program Sarjana Fakultas Psikologi
Universitas Indonesia



(Prof. Dr. Frieda Maryam Mangunsong Siahaan, M.Ed.)

NIP. 195408291980032001

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Indonesia



(Dr. Wilman Dahlan Mansoer, M.Org.Psy.)

NIP. 194904031976031002

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Allah SWT karena atas segala karunia dan hidayah yang diberikan sehingga perkuliahan serta skripsi ini bisa saya selesaikan tepat pada waktunya. Saya menyadari bahwa sejak awal saya berkuliah hingga penyusunan skripsi ini, saya menjalaninya dengan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, saya ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dra. Dharmayati Utoyo Lubis, M.A., Ph.D. sebagai pembimbing skripsi saya yang mau meluangkan waktu dan berupaya untuk membimbing saya dan teman-teman di payung penelitian *Psychological Well-Being* 2012 sehingga skripsi ini bisa saya selesaikan tepat waktu dengan baik.
2. Prof. Dr. Frieda Maryam Mangunsong Siahaan, M. Ed. sebagai pembimbing akademis saya yang selalu memberikan dukungan dan arahan kepada saya selama saya berkuliah di Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
3. Kedua orang tua saya serta kakak dan adik saya yang selalu memberi dukungan moral dan materiil serta mendoakan saya hingga saya dapat menyelesaikan kuliah tanpa ada hambatan berarti.
4. Yang terkasih, Daus, yang selalu menemani saat suka maupun duka, selalu memberikan segenap kasih sayang, dan selalu memenuhi semua harapan saya.
5. Sahabat-sahabat saya Bianca, Pipit, Dara, Ira, Achie serta teman-teman lain yang tidak bisa disebutkan satu persatu, yang selalu saling mendukung, memberi semangat, bantuan, serta berbagi suka duka bersama baik selama perkuliahan maupun saat penyusunan skripsi ini. Saya sangat bersyukur mengenal kalian yang sangat hebat bagi saya.
6. Seluruh teman-teman Liga Tari Krida Budaya, khususnya angkatan 2008, yang selalu memberi semangat dan pengertian serta pengalaman yang berharga tidak hanya dalam dunia tari namun juga dalam segala hal.
7. Teman-teman Kencana Pradipa yang telah memberikan pengalaman tak terlupakan serta membantu saya menjadi pribadi yang lebih baik.
8. Teman-teman payung *Psychological Well-Being* 2012 yang selalu bersama-sama mengerjakan skripsi ini, saling membantu dan memberi semangat satu sama lain sehingga skripsi ini dapat berjalan lancar.

9. Partisipan-partisipan penelitian yang telah bersedia membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Seluruh teman-teman Psikologi UI angkatan 2008 (Psikomplit) yang membuat kehidupan kampus saya menyenangkan dan tak terlupakan.

Skripsi ini saya susun dengan segenap jiwa raga sesuai kemampuan saya dan berharap agar dapat berguna dan bermanfaat. Saya mohon maaf atas kekurangan dalam skripsi ini. Jika ingin memberi saran atau pertanyaan dapat menghubungi fitria.mala@hotmail.com. Akhir kata, terima kasih pada Allah SWT dan segala pihak yang telah membantu. Semoga sukses untuk kita semua.

Depok, 6 Juli 2012

Fitria Mala Ursila

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

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

Nama : Fitria Mala Ursila
NPM : 0806462621
Program Studi : Reguler
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

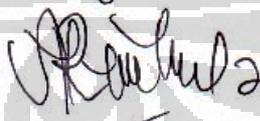
demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Indonesia **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Hubungan antara Kepuasan Hubungan Romantis dan *Psychological Well-Being*
pada Mahasiswa yang Berpacaran”

beserta perangkat (jika ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini, Universitas Indonesia berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, serta mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan juga sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Depok
Pada tanggal : 6 Juli 2012
Yang menyatakan



(Fitria Mala Ursila)
NPM : 0806462621

ABSTRAK

Nama : Fitria Mala Ursila
Program Studi : Psikologi, S1 Reguler
Judul : Hubungan Antara Kepuasan Hubungan Romantis dengan *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa yang Berpacaran

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kepuasan hubungan romantis dengan *psychological well being* pada mahasiswa yang sedang berpacaran. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan alat ukur *Relationship Assessment Scale* (RAS) yang disusun oleh Hendrick (1988) untuk mengukur kepuasan hubungan romantis dan alat ukur *Psychological Well-Being* disusun oleh Ryff yang diadaptasi untuk menyesuaikan dengan kondisi mahasiswa di Indonesia. Partisipan dalam penelitian ini sejumlah 161 mahasiswa yang terdiri dari 97 perempuan dan 64 laki-laki dengan karakteristik berusia 18 – 30 tahun dan sedang menjalin hubungan romantis dengan lama pacaran minimal 6 bulan. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara kepuasan hubungan romantis dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang berpacaran.

Kata kunci : kepuasan hubungan romantis, *psychological well being*, mahasiswa yang berpacaran

ABSTRACT

Name : Fitria Mala Ursila
Study Program : Psychology, Bachelor's Degree
Title :The Relationship between Romantic Relationships Satisfaction and Psychological Well Being in College Students Who Are Dating

This research was conducted to see the relationship between romantic relationships satisfaction and psychological well being in college students who are dating. This research used quantitative approach using Relationship Assessment Scale by Hendrick (1988) to measure satisfaction on romantic relationship and Psychological Well Being Scale by Ryff adapted to adjusting the conditions in Indonesia. The participants on this research were 161 college students which 97 females and 64 males with characteristics aged 18 – 30 years old and in a romantic relationships with long courtship at least 6 monts. The result shows that there is a significant and positive correlation between romantic relationships satisfaction and psychological well being in college students who are dating.

Keywords : romantic relationships satisfaction, psychological well-being, college students who are dating

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	5
I.3 Tujuan Penelitian	5
I.4 Manfaat Penelitian	5
I.5 Sistematika penulisan.....	6
BAB II LANDASAN TEORI	7
II.1 <i>Psychological Well-Being</i>	7
II.1.1 Definisi <i>Psychological Well-Being</i>	7
II.1.2 Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	8
II.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	11
II.2 Hubungan Romantis	11
II.2.1 Definisi Hubungan Romantis.....	11
II.2.2 Tujuan dan Fungsi Hubungan Romantis	12
II.2.3 Kepuasan Hubungan Romantis	13
II.2.4 Komponen Kepuasan Hubungan Romantis.....	14
II.2.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepuasan Hubungan Romantis	16

II.3 Mahasiswa	17
II.4 Tugas-tugas Perkembangan Dewasa Muda.....	17
II.5 Hubungan antara Kepuasan Hubungan Romantis dan <i>Psychological Well-Being</i> pada Mahasiswa yang Berpacaran	18
BAB III METODE PENELITIAN	20
III.1 Masalah Penelitian	20
III.1.1 Masalah Konseptual	20
III.1.2 Masalah Operasional	20
III.2 Hipotesis Penelitian	20
III.3 Variabel Penelitian	21
III.3.1 Variabel Pertama: Kepuasan Hubungan Romantis	21
III.3.2 Variabel Kedua: <i>Psychological Well-Being</i>	21
III.4 Tipe dan Desain Penelitian.....	22
III.5 Subyek Penelitian	23
III.5.1 Karakteristik Sampel	23
III.5.2 Jumlah Sampel Penelitian	23
III.5.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	24
III.6 Instrumen Penelitian.....	24
III.6.1 Skala <i>Psychological Well-Being</i>	25
III.6.2 Skala Kepuasan Hubungan Romantis	26
III.7 Uji Coba Alat Ukur	28
III.7.1 Uji Coba Alat Ukur <i>Psychological Well-Being</i>	28
III.7.2 Uji Coba Alat Ukur Kepuasan Hubungan Romantis.....	29
III.8 Prosedur Penelitian.....	30
III.8.1 Tahap Persiapan	30
III.8.2 Tahap Pelaksanaan	31
III.8.3 Tahap Pembuatan Norma	31
III.8.4 Tahap Pengolahan Data.....	32
BAB IV ANALISIS DAN INTEPRETASI HASIL.....	34
IV.1 Gambaran Umum Subyek Penelitian	34

IV.1.1	Gambaran Subyek Berdasarkan Jenis Kelamin	34
IV.1.2	Gambaran Subyek Berdasarkan Usia.....	34
IV.1.3	Gambaran Subyek Berdasarkan Lama Berpacaran.....	35
IV.1.4	Gambaran Subyek Berdasarkan Jarak Pasangan.....	35
IV.1.5	Gambaran Subyek Berdasarkan Frekuensi Pertemuan	36
IV.2	Analisis Utama	36
IV.2.1	Hubungan antara Kepuasan Hubungan Romantis dan <i>Psychological Well-Being</i>	36
IV.2.2	Gambaran Umum Kepuasan Hubungan Romantis	37
IV.2.3	Gambaran Umum <i>Psychological Well-Being</i>	39
IV.3	Analisis Tambahan.....	40
IV.3.1	Korelasi antara Kepuasan Hubungan Romantis dengan Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	40
IV.3.2	Sumbangan Dimensi <i>Psychological Well-Being</i> terhadap Kepuasan Hubungan Romantis.....	41
IV.3.3	Gambaran Kepuasan Hubungan Romantis Berdasarkan dari Data Partisipan	43
IV.3.4	Gambaran <i>Psychological Well Being</i> Berdasarkan dari Data Partisipan	44
BAB V	KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN.....	46
V.1	Kesimpulan.....	46
V.2	Diskusi.....	47
V.2.1	Diskusi Hasil Utama Penelitian.....	47
V.2.2	Diskusi Hasil Tambahan Penelitian	50
V.2.3	Diskusi Metodologi Penelitian	55
V.3	Saran	56
V.3.1	Saran Teoritis	56
V.3.2	Saran Praktis.....	56
	DAFTAR PUSTAKA	58
	LAMPIRAN.....	62

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Kisi-kisi alat ukur <i>Psychological Well-Being</i>	26
Tabel 3.2	Kisi-kisi alat ukur <i>Relationship Assessment Scale</i>	28
Tabel 3.3	Revisi item hasil uji coba alat ukur <i>Psychological Well-Being</i>	29
Tabel 3.4	Hasil perhitungan validitas uji coba alat ukur RAS	29
Tabel 3.5	Pembagian skor <i>psychological well-being</i>	32
Tabel 3.6	Pembagian Skor Kepuasan Hubungan Romantis.....	32
Tabel 4.1	Gambaran Subyek Berdasarkan Jenis Kelamin	34
Tabel 4.2	Gambaran Subyek Berdasarkan Usia.....	35
Tabel 4.3	Gambaran Subyek Berdasarkan Lama Berpacaran.....	35
Tabel 4.4	Gambaran Subyek Berdasarkan Jarak dengan Pasangan.....	36
Tabel 4.5	Gambaran Subyek Berdasarkan Frekuensi Pertemuan	36
Tabel 4.6	Korelasi antara kepuasan hubungan romantis dan <i>psychological well-being</i>	37
Tabel 4.7	Gambaran umum kepuasan hubungan romantis subyek.....	37
Tabel 4.8	Persebaran skor kepuasan hubungan romantis.....	38
Tabel 4.9	Gambaran kepuasan hubungan romantis subyek berdasarkan dimensi	38
Tabel 4.10	Gambaran umum <i>psychological well being</i> subyek.....	39
Tabel 4.11	Persebaran skor <i>psychological well being</i>	39
Tabel 4.12	Gambaran <i>psychological well being</i> subyek berdasarkan dimensi 39	
Tabel 4.13	Korelasi antara Kepuasan Hubungan Romantis dan Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	41
Tabel 4.14	Hasil perhitungan Regresi Dimensi <i>Psychological Well-Being</i> dan Kepuasan Hubungan Romantis	42
Tabel 4.15	Hasil perhitungan Regresi Dimensi <i>Psychological Well-Being</i> pada Kepuasan Hubungan Romantis	42
Tabel 4.16	Skor <i>mean</i> kepuasan hubungan romantis berdasarkan data kontrol	43
Tabel 4.17	Skor <i>mean psychological well-being</i> berdasarkan data kontrol.....	44

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN Hasil Uji Coba Alat Ukur <i>Psychological Well-Being</i> dan Kepuasan Hubungan Romantis	62
A.1 Uji Coba Reliabilitas Alat Ukur <i>Psychological Well-Being</i>	62
A.2 Uji Coba Validitas Alat Ukur <i>Psychological Well-Being</i>	62
B.1 Uji Coba Reliabilitas Alat Ukur <i>Relationship Assessment Scale</i>	62
B.2 Uji Coba Validitas Alat Ukur <i>Relationship Assessment Scale</i>	63
LAMPIRAN Hasil <i>Field</i> Utama.....	63
C.1 Korelasi Kepuasan Hubungan Romantis dan <i>Psychological Well-Being</i> ...	63
C.2 Korelasi Kepuasan Hubungan Romantis dan Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	63
C.3 Sumbangan Dimensi <i>Psychological Well-Being</i> Terhadap Kepuasan Hubungan Romantis.....	65
D.1 Gambaran Umum <i>Psychological Well-Being</i> Partisipan.....	66
D.2 Hasil Perhitungan Norma <i>Psychological Well-Being</i>	66
D.3 Gambaran Umum <i>Psychological Well-Being</i> Partisipan Perdimensi.....	67
E.1 Gambaran Umum Kepuasan Hubungan Romantis Partisipan	67
E.2 Hasil Perhitungan Norma Kepuasan Hubungan Romantis	68
E.3 Gambaran Umum Kepuasan Hubungan Romantis Partisipan Perkomponen	68
LAMPIRAN Hasil <i>Field</i> Tambahan	69
F.1 Skor Mean Jenis Kelamin dengan <i>Psychological Well-Being</i>	69
F.2 Skor Mean Jarak Pasangan dengan <i>Psychological Well-Being</i>	70
F.3 Skor Mean Frekuensi Pertemuan dengan <i>Psychological Well-Being</i>	71
F.4 Skor Mean Lama Pacaran dengan <i>Psychological Well-Being</i>	73
G.1 Skor Mean Jenis Kelamin dengan Kepuasan Hubungan Romantis	74
G.2 Skor Mean Jarak Pasangan dengan Kepuasan Hubungan Romantis.....	75
G.3 Skor Mean Frekuensi Pertemuan Kepuasan Hubungan Romantis.....	76
G.4 Skor Mean Lama Pacaran dengan Kepuasan Hubungan Romantis	76
LAMPIRAN Kuesioner <i>Field</i>	77

BAB I PENDAHULUAN

I. 1. Latar Belakang

Setiap individu memiliki kebutuhan untuk berafiliasi dengan orang lain. Kebutuhan untuk berafiliasi ini merupakan kebutuhan yang dimiliki sejak kecil. Kebutuhan tersebut merupakan motif seseorang untuk mencari dan mempertahankan hubungan dengan orang lain (Baron & Byrne, 2003). Hubungan ini mulai dari hubungan dengan orang tua, saudara, sahabat, suami/istri, teman, maupun pacar. Oleh karena itu, berafiliasi merupakan hal yang penting dalam kehidupan seseorang dalam segala usia, begitu pula pada mahasiswa.

Mahasiswa adalah individu yang terdaftar secara resmi untuk mengikuti pelajaran-pelajaran yang ada di Perguruan Tinggi (Sarwono, 2000). Mahasiswa tergolong pada usia dewasa muda dimana individu berada pada tahap usia 18-35 tahun. Dalam tugas perkembangan, individu yang berada pada tahap dewasa muda tergolong pada tahapan *love: intimacy vs isolation*. Dalam tahapan ini, individu bertugas mengembangkan hubungan intim dengan orang lain (Erikson dalam Papalia, Olds, & Feldman, 2008). Menurut Haugen, Welsh, dan McNulty (2008), perkembangan dewasa muda yang berhasil terlihat dari kemampuannya untuk memasuki dan menjalani hubungan intim dengan orang lain. Pada masa ini, individu mencari *companionship, emotional security*, cinta, dan kedekatan fisik dari pasangan, dengan tujuan akhirnya adalah menemukan pasangan hidupnya (Simon & Barrett, 2010). Salah satu hubungan romantis yang dilakukan oleh remaja adalah hubungan romantis dengan lawan jenis (Furman, 2002).

William, Sawyer, dan Wahlstrom (2006) mengartikan hubungan romantis sebagai proses mengenal seseorang lebih dekat dan intim dengan tujuan mencari kemungkinan untuk menjalin hubungan jangka panjang. Saat ini, individu yang menjalin hubungan romantis dengan lawan jenis tanpa adanya ikatan institusi formal biasa dikenal dengan pacaran. Memasuki jenjang pernikahan biasanya didahului dengan proses pacaran. Dalam masa pacaran, individu dimungkinkan untuk lebih mengenal karakter masing-masing pribadi dan melakukan penyesuaian sebelum memasuki jenjang pernikahan yang sesungguhnya.

Menurut Barber dan Eccles (2003), kualitas hubungan romantis pada masa remaja akhir hingga dewasa muda memiliki efek jangka panjang. Semakin baik kualitas hubungan romantis, maka akan semakin meningkat pula *self-esteem*, nilai personal, kemampuan mempertahankan hubungan intim, dan kualitas seksualitas yang dimiliki seseorang. Bahkan Bird dan Melville (1994) menambahkan bahwa berada dalam suatu hubungan romantis merupakan hal yang penting karena ketiadaan hal tersebut dapat memicu kemunculan depresi, stres, kecemasan, dan simptom disfungsi psikologis lainnya. Salah satu syarat mendapatkan kualitas yang baik dalam suatu hubungan romantis ditentukan oleh tingkat kepuasan seseorang terhadap hubungannya. Baumeister dan Leary (1995) menemukan bahwa kepuasan dalam hubungan romantis berpengaruh terhadap kesehatan mental dan fisik seseorang. Karena itu, kepuasan hubungan romantis merupakan hal yang penting untuk dijaga dalam menjalani suatu hubungan romantis.

Kepuasan dalam hubungan romantis merupakan suatu evaluasi seorang individu tentang kualitas hubungan romantis yang ia jalani dengan merasakan yang ia harapkan dari hubungannya terpenuhi dengan baik. Prager (1995) menyatakan bahwa terdapat hal yang dapat meningkatkan kepuasan dalam suatu hubungan, yaitu *attachment* dan *intimacy*. Ada pula faktor lain yang turut mempengaruhi kepuasan dalam hubungan romantis yaitu saling menghargai dan menyayangi dengan bentuk interaksi positif, saling mendukung satu sama lain, dan mampu bersikap humoris (Harley, 1997; dalam Williams, Sawyer, & Walshstrom, 2006).

Ketidakpuasan dalam hubungan romantis seringkali disebabkan karena ketidakseimbangan antara keuntungan dan kontribusi tiap pasangan, perbedaan sudut pandang dan pola pikir yang menyebabkan konflik, kurang puas dengan sifat atau penampilan pasangan, kecemburuan pada prestasi pasangan, dan sebagainya (Regan, 2003). Misalnya ketika seseorang bertengkar dengan pasangannya karena salah satu sebab, maka kejadian tersebut dapat mempengaruhi *mood* lalu akan terbawa di pikiran. Hal ini dapat membuat kegiatan sehari-hari terganggu, seperti kinerja kurang maksimal, hilangnya nafsu makan, menangis atau marah pada orang lain. Menurut Regan (2003), kepuasan dalam berhubungan terjadi saat keuntungan yang didapat dalam berhubungan

seimbang atau sama dengan kontribusi yang diberikan dalam berhubungan. Hal ini berlaku untuk tiap pasangan. Ketidakseimbangan yang terjadi akan mengakibatkan *distress* dan biasanya pasangan akan berusaha untuk menyeimbangkan kembali. Ketidakpuasan pada hubungan romantis pada mahasiswa yang berpacaran dapat memicu stres dan depresi yang merupakan gejala *psychological well-being* yang rendah.

Menurut National Health Ministries (2006), disfungsi psikologis banyak terjadi pada dewasa muda, terutama pada mahasiswa karena kehidupan kuliah memiliki banyak tantangan serta tekanan. Menurut Ryff (1995), untuk tergolong baik secara psikologis dibutuhkan lebih dari sekedar bebas dari stres atau masalah mental lainnya. Seseorang harus menunjukkan pandangan positif terhadap dirinya, penguasaan lingkungan, otonomi, hubungan yang baik dengan orang lain, memiliki tujuan dan arti hidup, serta merasa ingin terus bertumbuh dan berkembang. Ryff, Keyes, dan Shmotkin (2002) mengatakan bahwa *psychological well-being* menunjukkan arti pemenuhan diri dari potensi manusia. Dalam hal ini individu yang memiliki *psychological well-being* pada level rendah, memiliki risiko untuk mengalami depresi. Oleh sebab itu, intervensi untuk meningkatkan *psychological well-being* banyak dikembangkan, baik untuk pencegahan maupun untuk pengobatan bagi penderita depresi (Seligman et al., 2005).

Penelitian berkaitan dengan hubungan romantis dan kesehatan mental pada remaja menunjukkan hasil yang inkonsisten. Beberapa penelitian menemukan bahwa hubungan romantis berpengaruh pada *emotional well-being* remaja, sementara beberapa penelitian lainnya menyatakan bahwa hubungan romantis meningkatkan depresi dan masalah obat-obatan (Simon & Barrett, 2010). Dalam sebuah penelitian di Yale University terhadap 119 pria dan 40 wanita yang menjalani pemeriksaan pembuluh darah koroner, didapatkan hasil mereka yang merasa paling dicintai dan didukung oleh pasangannya memiliki lebih sedikit penyumbatan di arteri jantungnya dibandingkan kelompok lainnya. Selain itu, menurut seorang dokter bernama Dr. Bemie Siegel, cinta tanpa syarat (*unconditional love*) merupakan perangsang sistem kekebalan yang paling hebat. Dengan menyayangi diri dan orang lain, secara otomatis kadar *immunoglobulin* dalam darah akan meningkat.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Simon dan Barrett (2010) pada remaja akhir di Miami, Florida, dijelaskan bahwa topik penelitian yang berkaitan dengan hubungan romantis *non-marital* pada usia dewasa muda belum banyak atau sedikit mendapat perhatian. Hal ini cukup mengejutkan mengingat hubungan romantis sangat berkaitan erat dengan kehidupan usia dewasa muda melihat implikasinya pada identitas, konsep diri, dan *psychological well-being*. Sebelumnya penelitian hanya banyak dilakukan pada pasangan menikah terkait dengan kepuasan pernikahan. Penelitian Simon dan Barrett (2010) mendapatkan hasil bahwa hubungan romantis sangat penting untuk kesehatan mental.

Dalam menjalani hubungan romantis, kedekatan dengan seseorang yang selalu memberikan dukungan dapat meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk berkembang. Hal ini dapat terwujud jika dalam hubungan romantis yang dijalani terdapat kepuasan. Kepuasan secara umum seringkali dihubungkan dengan kebahagiaan dan kesehatan mental. Berdasarkan penelitian Emmons dkk (1983, dalam Myers, 1996), ditemukan bahwa mahasiswa merasa paling bahagia ketika ia merasa puas dengan kehidupan cintanya. Individu yang menjalani hubungan romantis dengan baik dan memuaskan, mampu mengatasi stres yang merupakan salah satu tanda kondisi kesehatan mental yang positif. Kemudian Bloom dan Campbell (dalam Simpson, 1987) melakukan penelitian yang menghasilkan pentingnya kepuasan hubungan romantis karena hubungan yang intim dan memuaskan dapat menyebabkan seseorang memiliki kondisi fisik serta psikologis yang baik.

Berdasarkan data-data di atas, penting untuk diteliti bagaimana hubungan antara kepuasan hubungan romantis dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang sedang menjalani proses pacaran. Rasa kasih sayang, perhatian, serta dukungan dari pasangan dapat menimbulkan kepuasan pada hubungan yang kemudian berkaitan dengan peningkatan fungsi psikologis, sementara tekanan dari pasangan menimbulkan penurunan fungsi psikologis. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai kepuasan hubungan romantis dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang sedang menjalani proses pacaran mengingat belum banyak penelitian yang meneliti topik ini sebelumnya. Hasil penelitian ini diharapkan akan menunjukkan ada atau tidaknya hubungan antara

kepuasan hubungan romantis dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang sedang menjalani proses pacaran. Pada akhirnya, hasil tersebut diharapkan dapat memberikan manfaat berupa sumbangan ilmu pengetahuan dan penelitian serta dapat bermanfaat pula pada mahasiswa sebagai subjek pada penelitian ini.

I. 2. Rumusan Masalah

Masalah yang akan dicoba dijawab dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gambaran kepuasan hubungan romantis pada mahasiswa yang sedang menjalin hubungan romantis (pacaran)?
2. Bagaimana gambaran *psychological well-being* mahasiswa yang berpacaran?
3. Adakah hubungan yang signifikan antara kepuasan hubungan romantis dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang berpacaran?

I. 3. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian adalah :

1. Mengetahui gambaran kepuasan hubungan romantis pada mahasiswa yang berpacaran
2. Mengetahui gambaran *psychological well-being* mahasiswa yang berpacaran
3. Mengetahui hubungan antara kepuasan hubungan romantis dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang berpacaran

I. 4. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini antara lain :

- a. Manfaat teoritis
 1. Mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *psychological well being* dengan kepuasan hubungan romantis pada mahasiswa yang berpacaran
 2. Membantu perkembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu psikologi di Indonesia untuk memperkaya teori-teori yang telah ada

b. Manfaat praktis

1. Sebagai bahan masukan bagi program kesejahteraan mahasiswa
2. Dapat digunakan sebagai acuan atau rujukan untuk penelitian selanjutnya terkait dengan kepuasan hubungan romantis dan *psychological well-being*
3. Dapat dijadikan rujukan untuk membandingkan hasil penelitian pada konteks dan subjek penelitian yang berbeda
4. Memberi informasi agar mahasiswa dapat memanfaatkan hubungan romantis yang sedang dijalani untuk mencapai kondisi *psychological well-being* jika hasil dari penelitian ini menunjukkan kepuasan hubungan romantis berhubungan positif dengan *psychological well-being*

I. 5. Sistematika Penulisan

Sistematika penelitian ini adalah sebagai berikut:

Bab I. Pendahuluan

Bab ini menjelaskan mengenai latar belakang peneliti melakukan penelitian mengenai kepuasan hubungan romantis dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang sedang berpacaran, permasalahan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penelitian.

Bab II. Tinjauan Pustaka

Bab ini menguraikan mengenai teori-teori yang berhubungan dengan topik penelitian untuk membahas permasalahan penelitian ini. Adapun teori-teori yang akan diuraikan antara lain mengenai *psychological well-being*, kepuasan hubungan romantis, mahasiswa, dan dewasa muda.

Bab III. Metode Penelitian

Bab ini terdiri dari masalah dan variabel penelitian, desain penelitian, subjek penelitian, instrumen penelitian dan prosedur penelitian, pelaksanaan penelitian, pembuatan norma, serta prosedur analisis data.

Bab IV. Analisis Data

Bab ini terdiri dari gambaran karakteristik responden dan hasil penelitian

Bab V. Kesimpulan, Diskusi, dan Saran

Bab ini berisi kesimpulan, saran, dan diskusi dari penelitian yang telah dilakukan.

BAB II

LANDASAN TEORI

Berkaitan dengan topik dari penelitian ini maka berikut ini akan dijelaskan mengenai definisi *psychological well-being*, dimensi serta faktor yang mempengaruhinya, definisi dari hubungan romantis serta kepuasan hubungan romantis.

II.1. *Psychological Well-being*

II.1. 1. Definisi *Psychological Well-being*

Psychological well-being merupakan konsep multidimensional terkait kesehatan mental dan fungsi positif psikologis seseorang (Ryff, 1995). *Psychological well-being* harus dilihat dalam sisi positif tidak hanya saat seseorang tidak menderita simtom-simtom disfungsi psikologis. Ryff (1995) mengatakan bahwa terdapat tiga perspektif untuk memahami arti dari *psychological well-being*, yaitu pertama adalah perspektif mengenai psikologi perkembangan, dimana model tahapan psikososial Erikson terdapat di dalamnya. Lalu yang kedua adalah perspektif psikologi klinis seperti konsep kematangan Allport dan pandangan Roger mengenai *fully functioning person*. Terakhir adalah literatur mengenai kesehatan mental yang menjelaskan ketidakhadiran rasa sakit (*absence-of-illness*) sebagai definisi dari *well-being*.

Ryff, Keyes, dan Shmotkin (2002) mengatakan bahwa *psychological well-being* menunjukkan suatu keadaan pemenuhan diri dari potensi manusia. Dalam Ryff (1989) disebutkan bahwa untuk mengetahui *psychological well-being* seseorang harus diukur kesehatan mental positif, bagaimana pandangan individu terhadap pencapaian potensi-potensi dirinya dipengaruhi oleh pengalaman hidup dan harapan individu yang bersangkutan. Menurut Ryff (1995), untuk tergolong *psychological well-being* tinggi merupakan lebih dari sekedar bebas dari stres atau masalah mental lainnya. Seseorang harus menunjukkan pandangan positif terhadap dirinya, penguasaan lingkungan, otonomi, hubungan yang baik dengan orang lain, memiliki tujuan dan arti hidup, serta merasa ingin terus bertumbuh dan berkembang.

I. 1. 2. Dimensi *Psychological Well-being*

Terdapat enam dimensi dari *psychological well-being*, antara lain:

1. Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*)

Dimensi pertama dari *psychological well-being* adalah penerimaan diri yang diartikan sebagai adanya penilaian positif terhadap kondisi diri sendiri dan masa lalunya (Ryff, 1995). Penerimaan diri merupakan ciri penting kesehatan mental, kematangan dan merupakan bentuk aktualisasi diri (Ryff, 1989).

Dalam Ryff dan Keyes (1995), dimensi penerimaan diri dioperasionalkan melalui tinggi rendahnya sikap positif terhadap diri sendiri. Individu dengan kemampuan penerimaan diri yang baik atau tinggi diartikan memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri, menyadari dan menerima berbagai aspek diri termasuk di dalamnya kualitas baik maupun buruk, dan menilai positif atau merasa senang dengan kehidupan yang telah dijalannya. Individu dengan penerimaan diri yang kurang baik atau rendah menunjukkan adanya ketidakpuasan dengan kondisi dirinya, mengalami kesulitan karena sejumlah kualitas pribadinya, memiliki kekecewaan dengan kehidupan yang telah dijalannya, dan ingin menjadi orang yang berbeda dari dirinya sendiri saat ini.

2. Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relation with Others*)

Dimensi kedua adalah kemampuan seseorang untuk menjalin hubungan positif dengan orang lain. Individu yang berfungsi positif digambarkan sebagai individu yang mampu membangun hubungan interpersonal yang positif ditandai dengan kemampuan untuk memberi dan menerima keakraban, perhatian, empati, kedekatan dengan orang lain, serta rasa saling percaya (Ryff, 1989).

Operasionalisasi dimensi ini mendefinisikan individu dengan kemampuan menjalin hubungan yang baik sebagai orang yang memiliki kemampuan berempati, memiliki afeksi dan keintiman, memahami, menerima dan memberi kepada orang lain, adanya kemampuan untuk membina hubungan yang hangat, memuaskan, saling percaya kepada orang lain, serta memperhatikan kesejahteraan orang lain. Sebaliknya, individu yang hubungan positif dengan orang lainnya kurang baik memiliki sedikit hubungan dekat dan saling percaya dengan orang lain, merasa kesulitan untuk bersikap hangat, terbuka dan memperhatikan orang lain, merasa terasing dan frustrasi dalam hubungan interpersonal, serta tidak

bersedia untuk melakukan kompromi agar dapat mempertahankan hubungan penting dengan orang lain.

3. Kemandirian (*Autonomy*)

Dimensi yang ketiga adalah otonomi yang menyangkut kemampuan untuk menentukan diri sendiri, kemampuan untuk mengatur tingkah laku dan kemandirian pada individu yang mengacu kepada kemampuan mengambil keputusan sendiri, tidak bergantung pada orang lain, dan mampu menahan tekanan sosial. Individu yang memiliki kemandirian digambarkan dengan evaluasi diri menggunakan standar atau nilai-nilai personal, bukan tergantung penilaian orang lain (Ryff, 1989).

Operasionalisasi dari dimensi otonomi menguraikan bahwa individu yang memiliki kemandirian yang baik atau tinggi dinyatakan mampu mengarahkan diri dan bersikap mandiri, mampu mengatasi tekanan lingkungan untuk bertindak dan berlaku dengan cara-cara tertentu, mengatur tingkah laku secara mandiri dan mengevaluasi diri dengan standar personal. Sebaliknya, individu yang menggambarkan kemandirian kurang baik biasanya memperhatikan ekspektasi dan evaluasi dari orang lain atas tingkah lakunya, bergantung pada orang lain dalam membuat keputusan penting, serta mudah terpengaruh oleh tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak laku dengan cara-cara tertentu.

4. Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*)

Menurut Ryff (1989), dimensi penguasaan lingkungan diartikan sebagai kemampuan individu untuk menciptakan dan mengatur lingkungan sesuai dengan kondisi mental atau psikologis diri dalam rangka pengembangan dirinya. Dalam perspektif kematangan dianggap bahwa individu yang menguasai lingkungan terlibat dalam kegiatan di luar dirinya yang penting bagi perkembangannya.

Gambaran individu yang memiliki penguasaan lingkungan yang baik atau tinggi merupakan individu yang mampu menguasai lingkungan, mengontrol kegiatan di luar yang bervariasi, mampu memanfaatkan kesempatan yang ada disekitarnya, serta mampu memilih atau memanipulasi keadaan sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadi. Di sisi lain, individu yang mengalami kesulitan untuk mengatur hidupnya, tidak mampu mengubah atau memperbaiki keadaan

lingkungan, tidak menyadari kesempatan yang ada, serta kurang memiliki kontrol terhadap lingkungan adalah individu yang kurang dalam penguasaan lingkungan.

5. Tujuan Hidup (*Purpose in Life*)

Keyakinan seseorang akan tujuan hidup dan makna kehidupan yang ia jalani tidak dapat terpisah dalam mendefinisikan kesehatan mental orang tersebut. Dengan mengetahui tujuan dan makna hidupnya, tingkat kematangan yang dimiliki seseorang dapat diketahui. Karena itu, individu yang memiliki kesehatan mental yang baik memiliki tujuan, keinginan, dan arah hidup yang berkontribusi pada penghayatan bahwa hidup yang dijalannya bermakna (Ryff, 1989).

Operasionalisasi dari dimensi ini menyatakan bahwa individu yang baik atau tinggi dalam dimensi ini adalah individu yang memiliki tujuan dan arah dalam hidupnya, merasakan adanya makna hidup dari kehidupan masa lalu dan masa kini, memiliki keyakinan bahwa hidup memiliki sasaran dan tujuan untuk hidup. Individu yang kurang atau rendah dalam dimensi ini adalah individu yang kurang merasakan adanya makna dalam kehidupan, memiliki sedikit tujuan, kurang memiliki arah hidup, tidak melihat adanya makna kehidupan masa lalu serta tidak meyakini adanya makna dalam hidup.

6. Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*)

Kebutuhan mengaktualisasikan diri dan menyadari potensi yang dimiliki diri adalah hal penting dalam dimensi *personal growth*. Individu selalu mengembangkan potensi yang dimiliki, bertumbuh dan berkembang menjadi sosok yang lebih baik lagi. Terbuka pada pengalaman baru, mampu beradaptasi dengan perubahan hidup, dan berusaha terus berkembang daripada berada dalam kondisi statis merupakan bentuk seseorang yang *fully functioning* (Ryff, 1989).

Individu yang memiliki *personal growth* yang tinggi adalah individu yang merasakan perkembangan diri yang berkelanjutan, memandang diri sebagai individu yang tumbuh dan berkembang, menyadari potensi yang dimiliki, terbuka pada pengalaman baru, memperbaiki diri dan perilaku sepanjang waktu yang mencerminkan pemahaman diri yang baik. Kemudian individu yang memiliki *personal growth* rendah adalah individu yang merasa hidupnya tidak mengalami perubahan, kurang merasakan adanya perbaikan diri, merasa bosan terhadap

kehidupan yang dijalani, serta merasa tidak mampu mengembangkan sikap atau perilaku baru.

II.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Psychological Well-Being*

Menurut Ryff (1995), perbedaan *psychological well-being* seseorang dengan orang lain dipengaruhi oleh beberapa faktor-faktor yang ada pada individu maupun lingkungan. Ryff melakukan berbagai penelitian untuk mencari faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* yaitu sebagai berikut :

1. Usia

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Ryff (1995) terhadap berbagai golongan usia didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pola dimensi yang signifikan antar golongan usia. Dimensi *environmental mastery* dan *autonomy* berkembang seiring dengan pertambahan usia, terutama pada usia dewasa muda menuju dewasa madya. Lalu dimensi lain seperti *personal growth* dan *purpose in life* menurun terutama pada saat dewasa madya menuju dewasa akhir. Sementara dua dimensi lain yaitu dimensi *positive relation with others* dan *self acceptance* menunjukkan tidak ada perbedaan hasil yang signifikan pada tiap tingkat usia. Namun dalam penelitian Ryff yang lain, dimensi *positive relation with others* berkembang seiring dengan pertambahan usia. Penelitian yang dilakukan Ryff ini menandakan *psychological well-being* tiap orang berbeda-beda yang salah satunya disebabkan oleh usia.

2. Jenis Kelamin

Dalam penelitian-penelitian yang dilakukan Ryff (1995) ditemukan bahwa jenis kelamin wanita dalam segala usia secara konsisten menunjukkan hasil lebih tinggi dalam hubungan positif dengan orang lain serta pertumbuhan pribadi daripada pria.

II.2. Hubungan Romantis

II.2.1. Definisi Hubungan Romantis

Hubungan romantis yang dimaksud dalam penelitian ini adalah hubungan romantis yang dijalani sebelum memasuki kehidupan pernikahan atau biasa

dikenal dengan istilah pacaran di masyarakat umum. William, Sawyer, dan Wahlstrom (2006) mengartikan hubungan romantis sebagai proses mengenal seseorang lebih dekat dan intim dengan tujuan mencari kemungkinan untuk menjalin hubungan jangka panjang. Lalu menurut Duvall dan Miller (1985), hubungan romantis adalah hubungan antara laki-laki dan perempuan dengan keintiman satu sama lain, saling mencintai, mengakui pasangannya sebagai pacar serta memiliki komitmen untuk tetap bersama. Dalam hubungan romantis terdapat aktivitas atau kegiatan tertentu yang dialami dan dinikmati bersama orang yang kita sukai dan memberikan kenyamanan serta berharap untuk bisa mengenal lebih jauh dan berlanjut ke pernikahan.

Pada pasangan yang berpacaran, hubungan antara mereka melibatkan keintiman yang lebih intensif dan sangat mendalam. Menurut La Greca dan Harrison (2000), pasangan romantis atau pacar didefinisikan sebagai seseorang yang membuat kita tertarik secara fisik, menginginkan kontak yang lebih intim (berpegangan tangan, berpelukan, dan lain-lain), keinginan untuk menjadi lebih dari sekedar teman, dan pergi bersama dalam suatu kencan.

Dari beberapa definisi di atas, dapat dikatakan bahwa hubungan pacaran adalah suatu proses hubungan intim yang dialami sepasang individu lawan jenis (laki-laki dan perempuan) yang ditandai dengan adanya rasa cinta dalam menjalani dan menikmati kegiatan bersama dan memiliki kemungkinan harapan hubungan jangka panjang.

II.2. 2. Tujuan dan Fungsi Hubungan Romantis

Pada umumnya tujuan menjalani hubungan romantis adalah untuk memiliki seseorang yang disukai, mendapatkan rasa nyaman, memunculkan motivasi dalam menjalani aktivitas, serta mencari pendamping hidup di masa depan (menikah). Terdapat tujuan dan fungsi yang umumnya menjadi alasan untuk berpacaran menurut Duvall dan Miller (1985), adalah sosialisasi dan persahabatan yaitu dengan menjalani hubungan romantis atau berpacaran, seseorang belajar berinteraksi dengan lawan jenis dan mempelajari masing-masing pribadi. Lalu untuk mengenal lebih dalam seseorang yang disukai. Kemudian untuk mempelajari hal-hal yang dapat diterima dan disukai oleh

kelompok lawan jenis. Lalu ada pula tujuan dan fungsi pacaran lainnya, yaitu untuk kesenangan (rekreasi), mendapatkan pemahaman tentang identitas diri, serta untuk pencapaian status.

Tujuan dan fungsi pacaran berubah seiring dengan usia, kebutuhan, serta keinginan individu yang menjalani hubungan romantis. Menurut Turner dan Helms (1995), individu usia dewasa muda menjalani hubungan romantis sebagai proses dalam memilih pasangan hidup. Karena itu, umumnya individu pada tahap dewasa muda melihat hubungan romantis sebagai masa persiapan sebelum menjalani pernikahan agar dapat lebih saling mengenal, memenuhi kebutuhan, dan menyesuaikan diri agar tercipta hubungan yang memuaskan.

II.2.3. Kepuasan Hubungan Romantis

Kepuasan merupakan perasaan yang dialami seseorang ketika keinginannya terpenuhi. Kepuasan hubungan merupakan evaluasi intrapersonal seseorang dengan merasakan hal positif serta ketertarikannya pada hubungan yang ia jalani (Rusbult, 1983; dalam Sacher & Fine, 1996). Terkait dengan hubungan romantis, maka kepuasan dalam suatu hubungan akan dialami jika tujuan yang ingin dicapai dari hubungan tersebut dapat terpenuhi. Seseorang akan merasa puas dalam menjalani hubungan romantis ketika perbandingan antara keuntungan yang didapat dan kontribusi yang diberikan dalam berhubungan dalam kondisi seimbang atau sama besar untuk tiap pasangan (Regan, 2003).

Menurut Stinnet, Walters, dan Kaye (1984), kepuasan dalam hubungan romantis adalah hasil hubungan interpersonal pasangan yang memiliki hubungan psikologis yang positif dan dukungan emosional yang maksimal sehingga seseorang akan merasa apa yang ia harapkan dari hubungannya terpenuhi dengan baik. Kemudian Taylor, Peplau, dan Sears (2006) mengemukakan bahwa kepuasan dalam suatu hubungan mengacu pada evaluasi subyektif seorang individu tentang kualitas hubungan tersebut. Jadi, kepuasan dalam hubungan romantis merupakan suatu evaluasi seorang individu tentang kualitas hubungan romantis yang ia jalani dengan merasakan yang ia harapkan dari hubungannya terpenuhi dengan baik.

Hendrick (1988) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki kepuasan terhadap hubungannya akan menunjukkan hal-hal berikut:

1. Merasa pasangannya telah sesuai dengan kriteria yang diinginkan
2. Merasa hubungan romantisnya dengan pasangan lebih baik daripada hubungan romantis yang dijalani orang lain
3. Merasa bersyukur menjalani hubungan romantisnya dengan pasangan
4. Merasa hubungan romantisnya dengan pasangan berjalan sesuai harapannya
5. Ia sangat mencintai pasangannya
6. Hubungan dengan pasangan tidak mengalami banyak masalah

II.2. 4. Komponen Kepuasan Hubungan Romantis

Hendrick (1988) mengemukakan tiga komponen yang dapat mengukur kepuasan dalam suatu hubungan berpacaran, yaitu :

1. Cinta (*Love*)

Dalam menjalani hubungan romantis akan muncul rasa cinta. Pasangan yang saling mencintai akan memperhatikan dan berusaha memenuhi kebutuhan pasangannya. Dalam usaha untuk saling mengungkapkan dan menanggapi kebutuhan masing-masing pihak, diperlukan rasa saling percaya dan keterbukaan. Ini merupakan suatu bentuk kasih sayang dan cinta dalam suatu hubungan romantis (Bird & Melville, 1994).

Cinta diekspresikan melalui banyak hal, seperti melalui komunikasi verbal dengan mengatakan perasaan sayang kepada pasangan, ataupun melalui komunikasi nonverbal berupa ekspresi afeksi, seperti genggaman, pelukan, ciuman, dan perasaan tenang serta bahagia ketika bersama orang yang dicintai. Cinta juga dapat diekspresikan dalam bentuk materi seperti memberi hadiah atau sesuatu yang dibutuhkan pasangan, sedangkan dalam bentuk non-materi seperti membantu pasangan, memberikan dukungan, serta menghargai pendapat. Menurut Bird dan Melville (1994) merasakan cinta serta kedekatan dengan pasangan atau pacar dapat mempengaruhi kepuasan individu pada hubungan romantis yang dijalani, sebaliknya saat individu tidak merasakan cinta dalam hubungannya maka akan berujung pada perpecahan dalam hubungan tersebut.

2. Masalah-masalah (*Problems*)

Masalah merupakan hal yang alamiah untuk terjadi dan tidak dapat dihindari, terutama dalam suatu hubungan romantis dimana pasangan saling tergantung satu sama lain (William, Sawyer, & Wahlstrom, 2006). Masalah yang biasa terjadi dalam suatu hubungan merupakan konflik yang terjadi karena perbedaan perilaku atau pandangan masing-masing individu. Menurut Scarf (1995, dalam William, Sawyer, & Wahlstrom, 2006), dalam hubungan romantis individu memiliki dua hal yang berlawanan yaitu kedekatan dan kemandirian, dimana individu ingin dapat dekat dan kooperatif serta memiliki persetujuan dengan orang lain namun di sisi lain individu menginginkan otonomi pribadi dengan kata lain memungkinkan terjadinya ketidaksetujuan dengan orang lain. Tetapi, adanya masalah dengan pasangan justru menyebabkan individu semakin dapat memahami karakter masing-masing. Masalah dapat menguatkan atau malah menghancurkan hubungan, tergantung bagaimana pasangan tersebut menyelesaikannya (William, Sawyer, & Wahlstrom, 2006).

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kelangsungan hubungan romantis adalah bagaimana pasangan menghadapi konflik dalam hubungan mereka. Pasangan dapat tidak setuju ataupun berargumen atas suatu isu tanpa merusak hubungan mereka, namun jika pasangan dapat belajar bagaimana menghadapinya serta mengungkapkan apa yang benar-benar mereka rasakan dengan cara yang tepat, pasangan dapat melalui masalah mereka (William, Sawyer, & Wahlstrom, 2006). Pada umumnya, masalah-masalah yang terjadi disebabkan oleh perbedaan gaya hidup atau pola pikir, faktor lingkungan, keuangan, pekerjaan, masalah keluarga, anak-anak, hubungan seksual, dominansi, hal pribadi, dan kesetiaan (William, Sawyer, & Wahlstrom, 2006).

3. Harapan-harapan (*Expectations*)

Harapan disini merupakan suatu keinginan atau tujuan yang ingin dicapai seseorang dari suatu hubungan. Seseorang akan merasa puas jika hubungan yang dijalannya sesuai dengan harapan dan perkiraannya (Taylor, Peplau, & Sears, 2006). Jika hubungan berpacarannya berjalan sesuai dengan yang diharapkannya, ia akan menjalani hubungan tersebut dengan bahagia. Satu hal yang dapat membuat seseorang merasa lebih baik dalam hubungan romantisnya adalah jika ia

dapat meyakinkan dirinya bahwa hubungan yang ia jalani lebih baik dari hubungan orang lain (Taylor, Peplau, & Sears, 2006).

II.2. 5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepuasan Hubungan Romantis

Berdasarkan penelitian yang dilakukan sebelumnya, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kepuasan dalam hubungan romantis, diantaranya adalah *attachment* dan *intimacy* (Prager, 1995). Lalu interaksi positif antar pasangan seperti saling menghargai, menyayangi, afeksi, dukungan, dll. Lama pacaran serta kematangan emosi juga turut mempengaruhi kepuasan dalam berhubungan (Duvall & Miller, 1985). Dalam studi yang dilakukan Sacher dan Fine (1996) dikatakan bahwa suatu hubungan memiliki keterlibatan serta keseriusan dari tiap pasangan setelah hubungan tersebut berjalan 6 bulan.

Komunikasi juga menjadi faktor yang mempengaruhi hubungan romantis (Ginanjar, 2011; Hendrick, Hendrick, & Adler, 1989). Kurangnya komunikasi menjadi salah satu penyebab putusnya suatu hubungan, sementara komunikasi yang terbuka dan saling memahami pasangan dengan baik merupakan faktor yang dapat memberikan kepuasan dan kebahagiaan (Hendrick, Hendrick, & Adler, 1989). Selain itu, jarak hubungan berdasarkan jarak fisik turut berpengaruh karena melibatkan kualitas komunikasi. Apakah jarak hubungan dekat atau jauh tergantung dari persepsi tiap individu (Guldner & Swensen, 1995 dalam Fanniza (2006)). Penelitian Fanniza (2006) menemukan bahwa hubungan berpacaran jarak jauh dapat menghambat komunikasi dan berpengaruh pada hubungan.

Menurut Prager (1995), perbedaan gender turut berpengaruh dalam hubungan romantis. Pertama, wanita dan pria memiliki perbedaan dalam melakukan kontak kedekatan dan berinteraksi bahwa pria lebih menyukai kedekatan fisik/seksual sementara wanita lebih menyukai kedekatan verbal. Lalu, wanita sulit mengatasi konflik yang berkaitan dengan hubungan romantisnya. Dalam hal ini, wanita lebih sering menggunakan pemecahan masalah yang konstruktif sementara pria lebih mudah untuk mengatasinya atau mengalah.

II.3. Mahasiswa

Mahasiswa dalam peraturan pemerintah RI No.30 tahun 1990 adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar di perguruan tinggi tertentu (Desvita, 2012). Menurut Sarwono (1978), mahasiswa adalah setiap orang yang secara resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran-pelajaran di perguruan tinggi (PT) dengan batasan usia antara 18-30 tahun. Batasan usia dewasa muda menurut Erikson (dalam Papalia, Olds, & Feldman, 2008) dan Sarwono (2000) yaitu antara 18 hingga 35 tahun. Berkaitan dengan usia tersebut, mahasiswa tergolong dalam tahap perkembangan remaja akhir menuju dewasa muda.

II.4. Tugas-tugas Perkembangan Dewasa Muda

Havighurst (1972, dalam Turner & Helms, 1995) mengemukakan tugas-tugas perkembangan individu usia dewasa muda, yaitu pertama adalah menyelesaikan pendidikan sampai dengan jenjang perguruan tinggi. Pada tahap dewasa muda, seseorang akan berada pada jenjang pendidikan perguruan tinggi atau sejenisnya. Menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi merupakan kewajiban bagi dewasa muda agar memiliki bekal untuk berkarir. Selanjutnya adalah mencari dan menemukan pasangan hidup dimana pada tahap usia ini, dewasa muda sudah memiliki kematangan fisiologis agar mereka dapat melakukan reproduksi untuk melanjutkan keturunan melalui persyaratan resmi, yaitu pernikahan. Maka dari itu, pada usia ini individu mulai mencari pasangan yang akan menjadi pendamping hidupnya. Tugas berikutnya adalah membina rumah tangga yang merupakan kelanjutan dari tugas sebelumnya yaitu mencari pasangan hidup. Dengan kehidupan rumah tangga yang dimiliki individu dapat berlatih hidup mandiri dan bertanggung jawab. Kemudian memiliki pekerjaan dan berkarir untuk memenuhi kebutuhan ekonomi juga merupakan salah satu tugas. Setelah menyelesaikan pendidikan individu akan menemui dunia pekerjaan yang sesuai dengan minat dan bakat agar dapat memenuhi kebutuhan hidup. Tugas terakhir adalah menjadi warga Negara yang bertanggung jawab. Seperti pada tugas-tugas sebelumnya, individu dewasa muda dituntut untuk mandiri dan bertanggung jawab tidak hanya pada diri sendiri dan keluarga namun juga untuk Negara. Hal ini dapat diwujudkan dengan cara seperti mengurus surat-surat

kewarganegaraan, menjaga ketertiban, membayar pajak, dan mampu menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial.

II.5. Hubungan Antara Kepuasan Hubungan Romantis dengan *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa yang Berpacaran

Mencari pasangan dan menjalani hubungan romantis merupakan hal yang biasa dilakukan dewasa muda. Pada usia dewasa muda, individu menjalani hubungan romantis untuk memenuhi kebutuhan afiliasi serta tugas perkembangannya. Menurut Erikson, tugas perkembangan pada tahap dewasa muda adalah *love: intimacy vs isolation* dimana pada tugas ini dewasa muda diharapkan dapat menjalani hubungan intim dengan lawan jenisnya. Menjalani hubungan romantis dengan lawan jenis menjadi keberhasilan dalam memenuhi tugas perkembangan dewasa muda. Hal ini pun menjadi suatu kebutuhan bagi mahasiswa karena usia mahasiswa tergolong pada tahapan usia dewasa muda.

Berdasarkan tugas perkembangan, mahasiswa yang tergolong dewasa muda memiliki tugas untuk mencari dan menemukan pasangan hidup. Menurut Bird dan Melville (1994) berada dalam suatu hubungan romantis merupakan hal yang penting karena tanpa adanya hal tersebut dapat memicu kemunculan depresi, stres, kecemasan, dan simtom disfungsi psikologis lainnya. Ketika menjalani hubungan romantis, keberlangsungan hubungan tersebut ditentukan salah satunya dengan tingkat kepuasan seseorang terhadap hubungannya. Baumeister dan Leary (1995) menemukan bahwa kepuasan dalam hubungan romantis berpengaruh terhadap kesehatan mental dan fisik seseorang. Karena itu, kepuasan dalam hubungan romantis ini merupakan hal yang penting untuk dijaga dalam menjalani suatu hubungan romantis.

Kepuasan yang dialami seseorang saat menjalani hubungan romantis yaitu jika tujuan yang ingin dicapainya dari hubungan tersebut terpenuhi. Seseorang yang puas dengan hubungannya akan berharap untuk dapat terus berada dalam hubungan tersebut. Ketika salah satu pasangan menerima lebih banyak keuntungan daripada pasangannya, dapat terjadi ketidakseimbangan (Regan, 2003). Ketidakseimbangan ini akan berujung pada *psychological distress* yang

dapat menjadi indikator tinggi rendahnya *psychological well being* atau kesejahteraan individu secara psikologis.

Kepuasan secara umum seringkali dihubungkan dengan kebahagiaan dan kesehatan mental. Berdasarkan penelitian Emmons dkk (1983, dalam Myers, 1996), ditemukan bahwa mahasiswa merasa paling bahagia ketika ia merasa puas dengan kehidupan cintanya. Kepuasan merupakan kapasitas untuk menikmati hidup dan mengalami perasaan menyenangkan. Hubungan interpersonal yang baik dengan orang-orang di sekitar merupakan hal yang membahagiakan dan berarti dalam kehidupan seseorang. Hubungan romantis atau berpacaran dapat meningkatkan kesehatan seseorang dan dapat mengontrol stress dengan baik (Myers, 1996). Individu yang menjalani hubungan romantis dengan baik dan memuaskan mampu mengatasi stres yang merupakan salah satu tanda kondisi kesehatan mental yang positif.

Menurut Ryff (1995) konsep *psychological well being* merupakan konsep yang terkait dengan kondisi mental yang positif. Ryff (1995) menyatakan bahwa individu tergolong sehat secara mental tidak hanya saat ia tidak mengalami depresi, kecemasan, stres, atau simptom psikologis lain tetapi juga saat ia merasakan kondisi yang positif dari dirinya. Individu merasakan hal-hal positif dalam dirinya dengan menunjukkan penerimaan diri atas kondisi dirinya, menguasai lingkungan sekitarnya, memiliki otonomi, menjalin hubungan baik dengan orang lain, memiliki tujuan dan arti hidup, serta merasa ingin terus bertumbuh dan berkembang.

Hal-hal positif ketika *psychological well-being* dalam keadaan baik dapat dialami saat menjalani hubungan romantis. Simon dan Barrett (2010) menyatakan bahwa hubungan romantis sangat penting bagi *emotional well-being* pada masa dewasa muda. Menjalani hubungan romantis dapat meningkatkan kesehatan mental karena dalam hubungan tersebut terkandung nilai serta pencapaian status dan identitas sosial, rasa berharga, dan adanya keinginan untuk memiliki tujuan bersama di masa depan. Selain itu adanya keberadaan seseorang yang dekat yang selalu memberikan dukungan dapat pula meningkatkan rasa percaya diri dan kemampuan untuk berkembang. Hal ini dapat terwujud jika adanya kepuasan dalam hubungan tersebut.

BAB III

METODE PENELITIAN

Dalam bab ini akan dibahas mengenai metode penelitian yang terdiri dari masalah penelitian, hipotesa penelitian, variabel penelitian, desain penelitian, partisipan penelitian, teknik pengumpulan data dan instrumen penelitian, prosedur dan pelaksanaan penelitian, pembuatan norma alat ukur, dan analisis data.

III.1. Masalah Penelitian

III.1. 1. Masalah Konseptual

Masalah konseptual dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana gambaran kepuasan hubungan romantis mahasiswa yang berpacaran?
2. Bagaimana gambaran *psychological well being* mahasiswa yang berpacaran?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kepuasan hubungan romantis dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang berpacaran?

III.1. 2. Masalah Operasional

Masalah Operasional dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana gambaran skor total kepuasan hubungan romantis mahasiswa yang berpacaran?
2. Bagaimana gambaran skor total *psychological well-being* mahasiswa yang berpacaran?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara skor total kepuasan hubungan romantis dengan skor total *psychological well-being* pada mahasiswa yang berpacaran?

III.2. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian ini terdiri atas Hipotesis Null (H_0) dan Hipotesis Alternatif (H_a). Hipotesis penelitian yang diajukan sebagai acuan adalah sebagai berikut:

1. Hipotesis Null (Ho)
Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kepuasan hubungan romantis dengan *psychological well-being*.
2. Hipotesis Alternatif (Ha)
Terdapat hubungan yang signifikan antara kepuasan hubungan romantis dengan *psychological well-being*.

III.3. Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah kepuasan hubungan romantis dan *psychological well-being*.

III.3. 1. Variabel Pertama : Kepuasan Hubungan Romantis

Di bawah ini peneliti akan mejabarkan definisi konseptual dan definisi operasional dari variabel pertama :

- a. Definisi konseptual

Kepuasan dalam hubungan romantis merupakan suatu evaluasi seorang individu tentang kualitas hubungan berpacaran yang ia jalani, ketika seseorang merasa apa yang diharapkannya dalam suatu hubungan telah terpenuhi.

- b. Definisi Operasional

Kepuasan hubungan romantis merupakan skor total *self-report* dari Susan Hendrick (1988) yang dinamakan kuesioner *Relationship Assessment Scale* yang mengukur kepuasan hubungan romantis. Semakin tinggi skor total yang diperoleh, semakin tinggi tingkat kepuasan yang dimiliki partisipan, sedangkan semakin rendah skor total yang diperoleh, semakin rendah pula tingkat kepuasan yang dimiliki oleh partisipan.

III.3. 2. Variabel kedua : *Psychological Well Being*

Di bawah ini peneliti akan menjabarkan definisi konseptual dan definisi operasional dari variabel *psychological well-being* :

- a. Definisi konseptual

Psychological well-being adalah pencapaian penuh dari potensi psikologis seseorang dan suatu keadaan ketika individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya, memiliki tujuan

hidup, mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan, dan terus bertumbuh secara personal.

b. Definisi Operasional

Psychological well-being (PWB) merupakan skor total dari *self-report* yang berbentuk kuesioner yang mengukur *psychological well-being* yang diadaptasi dari penelitian sebelumnya oleh Yorike Desvita dan Irawati Nuansa Puspa (2012) yang tergabung dalam payung penelitian yang menggunakan *Ryff's Scale of Psychological Well-Being (RPWB)*.

III.4. Tipe dan Desain Penelitian

Dalam penelitian ini yang akan diteliti adalah gambaran kepuasan hubungan romantis pada mahasiswa yang berpacaran yang diukur melalui skala sikap yang ditunjukkan. Selain itu juga akan diteliti gambaran *psychological well-being* yang dimiliki mahasiswa tersebut untuk melihat hubungannya dengan kepuasan hubungan romantis yang ia jalani. Desain penelitian yang digunakan adalah desain penelitian *non-experimental* dimana variabel yang diteliti merupakan variabel bebas tidak dimanipulasi karena merupakan sesuatu yang sudah terjadi atau sudah ada dalam diri responden sebelum penelitian dilakukan dan tidak dilakukan kontrol secara langsung (Kumar, 2005).

Kumar (2005) menyatakan tipe penelitian berdasarkan informasi yang dicari terbagi menjadi dua, yaitu kualitatif dan kuantitatif. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif karena data yang digunakan berupa angka yang kemudian diolah dengan teknik perhitungan statistik. Lalu untuk jenis penelitian yang digunakan adalah *cross sectional studies*, yaitu data hanya diambil sekali terhadap masing-masing subyek. Jenis penelitian ini merupakan jenis penelitian yang paling umum digunakan dalam meneliti fenomena, masalah, situasi dengan melakukan satu kali pengambilan data pada partisipan (Kumar, 2005).

Alat ukur yang digunakan berupa kuesioner. Kuisisioner yang digunakan adalah kuesioner *psychological well-being* dari Ryff. Alat ukur ini mengukur enam dimensi *psychological well being* yang terdiri dari *autonomy, environmental mastery, personal growth, positive relations with others, purpose in life, dan self-*

acceptance yang totalnya terdiri dari 18 item. Lalu untuk mengukur kepuasan hubungan romantis digunakan alat ukur dari Susan Hendrick (1988) berupa kuesioner *Relationship Assessment Scale* yang terdiri dari 7 item yang mengukur kepuasan seseorang dalam menjalani hubungan romantis.

III.5. Subyek Penelitian

III.5. 1. Karakteristik Sampel

Subyek dari penelitian memiliki karakteristik sebagai berikut :

- 1.) Mahasiswa dengan rentang usia 18 sampai dengan 30 tahun.

Mahasiswa adalah individu yang terdaftar secara resmi untuk mengikuti pelajaran-pelajaran yang ada di Perguruan Tinggi (PT). Batasan usia 18 sampai 30 tahun dipilih karena usia ini merupakan rentang usia mahasiswa (Sarwono, 1978).

- 2.) Mahasiswa tersebut sedang menjalin hubungan romantis dengan pasangan lawan jenis (berpacaran) dengan lama pacaran minimal 6 bulan.

Pemilihan subyek berkaitan dengan topik dari penelitian ini yaitu untuk mengukur hubungan antara kepuasan hubungan romantis dan *psychological well-being*, maka akan lebih tepat hasilnya jika mahasiswa tersebut memang sedang menjalin hubungan romantis (berpacaran).

Asumsi yang mendasari hal ini adalah individu yang sedang terlibat dalam hubungan romantis (berpacaran) akan lebih dapat mengekspresikan pendapat dan perasaannya dalam hubungannya tersebut. Hubungan romantis atau proses pacaran yang dijalani minimal 6 bulan karena menurut Kamus Bahasa Indonesia (1996), salah satu ciri seseorang dapat disebut “pacar” adalah telah membina hubungan selama minimal 6 bulan. Selain itu dalam studi yang dilakukan Sacher dan Fine (1996) dikatakan bahwa suatu hubungan memiliki keterlibatan serta keseriusan dari tiap pasangan setelah hubungan tersebut berjalan 6 bulan.

III.5. 2. Jumlah Sampel Penelitian

Jumlah sampel dalam penelitian ini direncanakan sebanyak 100 orang mahasiswa. Sebuah penelitian sebaiknya memiliki subyek paling sedikit 30

sampel untuk mencapai distribusi data yang mendekati kurva normal seperti yang dinyatakan Gravetter dan Forzano (2005). Namun, semakin besar jumlah sampel yang digunakan maka semakin akurat pula data yang dihasilkan dalam menggambarkan populasi (Kumar, 2005). Kemudian Guilford dan Fruchter (1981) menyatakan bahwa penggunaan sampel dalam jumlah yang semakin besar dapat mengurangi terjadinya bias yang mungkin muncul jika menggunakan sampel dalam jumlah yang kecil. Sampel dalam jumlah yang besar juga dapat meningkatkan skor reliabilitas dari penelitian tersebut.

III.5. 3. Teknik Pengambilan Sampel

Dalam penelitian ini, teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara *non-probability accidental sampling* yaitu sampel yang diambil berdasarkan kebutuhan dan ketersediaan. *Non-probability* adalah metode pengambilan sampel dimana tidak semua anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi sampel penelitian (Gravetter & Forzano, 2005). *Accidental sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang memenuhi kriteria dan yang paling tersedia atau yang paling mudah ditemui (Kumar, 2005). Pengambilan sampel berlanjut hingga mencapai jumlah yang telah dituju. Kelebihan dari metode ini adalah kesederhanaannya karena subyek dapat merupakan orang yang pertama kali ditemui atau dapat merupakan individu yang memiliki hubungan yang dekat dengan peneliti. Keuntungan dalam pelaksanaan pengambilan sampel yang mudah, memungkinkan efisiensi waktu dan biaya. Sementara kekurangan metode ini adalah sulitnya untuk menggeneralisasikan hasil penelitian pada populasi yang lebih luas karena tidak semua individu dalam populasi memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi sampel penelitian (Gravetter & Forzano, 2005).

III.6. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini, alat yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah kuesioner. Kuesioner adalah alat ukur dengan sejumlah pernyataan tertulis dimana dalam pengerjaannya responden diminta untuk membaca setiap pernyataan yang tertera kemudian menginterpretasikan pernyataan-pernyataan tersebut dan menuliskan jawaban yang ia pilih pada lembar kuesioner (Kumar,

2005). Kelebihan menggunakan kuesioner dalam melakukan penelitian adalah menghemat biaya, tidak membutuhkan keahlian dalam melakukan penyebaran kuesioner, adanya keseragaman dalam susunan pertanyaan dan instruksi sehingga menjamin keseragaman pengolahan data. Kelebihan lain dari kuesioner adalah kuesioner juga dapat menghindari adanya “*interviewer bias*” karena kontak langsung antara responden dan peneliti tidak ada, mengurangi tekanan terhadap responden untuk memberikan jawaban langsung atau segera, adanya jaminan anonimitas responden, dan data yang terkumpul dapat diperiksa kembali setiap saat karena data yang diperoleh dalam bentuk tertulis.

Di sisi lain, kekurangan dari kuesioner yaitu adanya keterbatasan informasi yang diterima, karena respon yang diberikan hanya sebatas pada pertanyaan yang diberikan tanpa ada pendalaman jawaban, adanya kemungkinan *respon bias* yaitu subyek sadar terhadap arah pertanyaan yang ditanyakan dalam kuesioner sehingga ia tidak memberikan jawaban yang sesuai dengan dirinya sendiri, adanya kemungkinan munculnya “*social desirability response*” yaitu subyek cenderung memberikan respon yang dianggap baik oleh masyarakat (Anastasi, 1997). Untuk mengatasi kekurangan tersebut, peneliti berusaha memberikan kuesioner alat ukur yang singkat, jelas, dan mudah diisi responden.

Kuesioner yang digunakan adalah dalam bentuk *self report scale* dengan menggunakan bentuk skala Likert. Dalam penelitian ini digunakan kuesioner yang terdiri dari dua skala, yaitu skala kepuasan hubungan romantis dan skala *psychological well-being* yang kemudian peneliti gabungkan menjadi *booklet* kuesioner. Selain itu, peneliti juga meminta data kontrol subyek untuk memperkaya hasil dan analisis penelitian.

III.6. 1. Skala *Psychological Well-Being*

Alat ukur *psychological well-being* yang digunakan dalam penelitian ini merupakan alat ukur *Scale of Psychological Well-Being* yang disusun Ryff dan diadaptasi oleh Yorike Desvita dan Irawati Nuansa Puspa pada payung penelitian *Psychological Well-Being* 2011 yang kemudian peneliti ujicobakan kembali bersama rekan-rekan yang tergabung dalam payung penelitian *psychological well-*

being 2012 pada mahasiswa untuk mengetahui skor validitas dan reliabilitas skala *psychological well-being* ini.

Alat ukur ini terdiri dari 18 item dengan enam kemungkinan jawaban mulai dari skala (1) sangat tidak setuju sampai dengan skala (6) sangat setuju. Alat ukur *psychological well being* ini terdiri dari item *favorable* dan *unfavorable*. Skor yang diberikan untuk skala jawaban terhadap item *favorable* adalah 6 untuk respon “sangat sesuai”, 5 untuk respon “sesuai”, dan seterusnya. Untuk item *unfavorable*, pemberian skor dilakukan secara terbalik (*reverse score*), skor 1 untuk respon “sangat sesuai”, 2 untuk respon “sesuai”, dan seterusnya.

Dalam alat ukur ini terdiri enam dimensi yang dikemukakan oleh Ryff (1995), yaitu menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya (*self-acceptance*), memiliki tujuan hidup (*purpose in life*), mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain (*positive relation with others*), menjadi pribadi yang mandiri (*autonomy*), mampu mengendalikan lingkungan (*environment mastery*), dan terus bertumbuh secara personal (*personal growth*). Berikut adalah contoh item dari dimensi-dimensi *psychological well being*.

Tabel 3.1

Kisi-kisi alat ukur *Psychological Well-Being*

Dimensi	No. Item	Contoh Item
<i>Self acceptance</i>	6, 12, 18	Saya menyukai sebagian besar aspek diri saya (12)
<i>Positive Relations with Other</i>	4, 10, 16	Selama ini saya merasa kesulitan dalam membina hubungan dekat dengan orang lain (4)
<i>Autonomy</i>	1, 7, 13	Saya memiliki kepercayaan diri dalam berpendapat meskipun berbeda dengan pendapat umum (7)
<i>Environmental Mastery</i>	2, 8, 14	Tuntutan hidup sehari-hari sering membuat saya tertekan (8)
<i>Purpose in Life</i>	5, 11, 17	Saya hidup untuk saat ini dan tidak memikirkan masa depan (5)
<i>Personal Growth</i>	3, 9, 15	Bagi saya, hidup merupakan proses yang berkelanjutan untuk belajar, berubah, dan berkembang (9)

III.6. 2. Skala Kepuasan Hubungan Romantis

Dalam penelitian ini digunakan alat ukur dari Susan Hendrick (1988) berupa kuesioner *Relationship Assessment Scale*. Pemilihan alat ukur ini

berdasarkan pertimbangan bahwa RAS adalah alat yang langsung ditujukan untuk mengukur kepuasan pasangan yang menjalani hubungan romantis secara umum dan juga tergolong alat ukur yang cukup singkat serta telah banyak penelitian-penelitian terdahulu yang menggunakan alat ukur ini. Alat ukur ini terdiri dari 7 item yang mengukur kepuasan seseorang dalam menjalani hubungan romantis yang ia jalani dengan pasangannya saat ini. Alat ukur RAS disusun berdasarkan komponen-komponen yang secara umum muncul dalam hubungan romantis seperti besarnya perasaan cinta, pemenuhan kebutuhan dan pengharapan, serta banyaknya masalah dalam suatu hubungan secara umum.

Hendrick membuat alat ukur ini lalu diujicobakan di negara barat untuk mengukur tingkat kepuasan hubungan romantis pada 125 partisipan mahasiswa yang mengaku sedang jatuh cinta. Hendrick mengujicoba alat ukur ini dengan mengorelasikannya pada alat ukur hubungan romantis lainnya seperti *Love* dan *Sexual Attitudes Scale*, alat ukur *self-esteem*, dan komitmen, dan hasilnya alat ukur RAS memiliki angka validitas dan reliabilitas yang signifikan serta berkorelasi positif dengan alat ukur hubungan romantis tersebut. Selain itu, Hendrick juga mencoba mengorelasikan RAS pada 57 pasangan dengan alat ukur kepuasan hubungan romantis lain yaitu *Dyadic Adjustment Scale* yang memiliki item lebih banyak (32 item) dan ditujukan untuk hubungan romantis pada tahap pernikahan. Hasilnya menunjukkan hasil yang signifikan untuk RAS serta berkorelasi positif dengan DAS.

RAS merupakan kuesioner yang mengukur tingkat kepuasan hubungan romantis dalam bahasa Inggris, sehingga sebelum digunakan peneliti menerjemahkan kuesioner ini terlebih dahulu ke dalam bahasa Indonesia lalu dimintakan *expert judgement* kepada pembimbing skripsi. Kuesioner ini terdiri dari 7 pertanyaan dengan jawaban yang diukur dengan skala Likert dari 1 sampai 5 dimana 1 menjauhi kepuasan sementara 5 menunjukkan skor kepuasan tinggi. Lalu dalam kuesioner ini juga terdapat dua pertanyaan yang dihitung terbalik (*unfavorable item*, yaitu pertanyaan nomor 4 yang berkaitan dengan keinginan individu untuk berada dalam hubungan tersebut serta pertanyaan nomor 7 yang berkaitan dengan banyaknya konflik yang dimiliki dalam hubungan tersebut. Semakin tinggi skor total yang dihasilkan, maka semakin tinggi pula tingkat

kepuasan yang dimiliki individu terhadap hubungan romantis yang ia jalani. Lalu untuk mempermudah pengisian kuesioner bagi subyek, peneliti mengubah bentuk pertanyaan dalam kuesioner ini ke dalam bentuk pernyataan. Selain itu skala Likert yang dipakai juga diubah ke skala 1 (sangat tidak sesuai) - 6 (sangat sesuai) untuk menghindari terjadinya *central tendency*.

Tabel 3.2

Kisi-kisi alat ukur *Relationship Assessment Scale*

Komponen	No. Item	Contoh Item
Cinta	1, 6	Saya sangat mencintai pasangan saya (6)
Masalah	7	Saya memiliki banyak masalah di dalam hubungan romantis yang saya jalani (7)
Harapan	3, 4, 5	Saya menjalani hubungan romantis yang lebih baik dibandingkan hubungan romantis orang lain (3)

III.7. Uji Coba Alat Ukur

Dalam melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu menguji coba alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian ini. Hal ini dilakukan untuk mendapatkan validitas dan reliabilitas dari alat ukur yang digunakan apakah sudah cukup baik dan menghasilkan penilaian yang mencerminkan keadaan sebenarnya.

III.7. 1. Uji Coba Alat Ukur *Psychological Well-Being*

Peneliti bersama rekan-rekan payung penelitian *psychological well-being* 2012 mengadakan uji coba untuk mengetahui skor validitas dan reliabilitas dari kuesioner *Psychological Well-Being* kepada 261 mahasiswa. Lalu didapatkan skor reliabilitas diatas 0,704 dengan menggunakan metode *coefficient alpha*. Menurut Kerlinger dan Lee (2000), nilai koefisien reliabilitas yang baik berkisar 0.7 - 0.8. Kemudian menambahkan bahwa nilai reliabilitas 0.5 atau 0.6 masih dapat diterima. Dari hasil pengukuran, dapat dikatakan bahwa alat ukur *psychological well-being* ini dinyatakan reliabel.

Uji validitas dilakukan dengan menggunakan metode *internal consistency*. Menurut Aiken dan Groth-Marnat (2006), nilai validitas yang dianggap baik untuk penelitian adalah lebih besar dari 0.2, sedangkan nilai validitas kurang dari 0.2 dinyatakan kurang memuaskan. Dari uji validitas alat ukur ini ditemukan 4 item yang memiliki koefisien validitas kurang dari 0.2. Item-item yang diganti

adalah item nomor 1, 10, 13, dan 17. Kemudian peneliti bersama rekan-rekan payung melakukan revisi terhadap item-item tersebut dengan memintakan *expert judgement* dari pembimbing skripsi. Berikut item-item yang telah direvisi:

Tabel 3.3

Revisi item hasil ujicoba alat ukur *Psychological Well-Being*

Item	Pernyataan	Validitas	Revisi
1	Saya cenderung terpengaruh oleh orang yang memiliki pendapat yang lebih meyakinkan.	0,036	Saya cenderung terpengaruh oleh pendapat orang lain yang lebih meyakinkan.
10	Saya dianggap sebagai orang yang murah hati dan mau meluangkan waktu untuk orang lain.	0,182	Saya dianggap sebagai pribadi murah hati yang bersedia berbagi waktu dengan orang lain.
13	Saya menilai diri berdasarkan dengan prinsip hidup yang saya anggap penting, bukan berdasarkan prinsip hidup yang penting bagi orang lain.	-0,066	Saya menilai diri berdasarkan dengan apa yang saya anggap penting, bukan berdasarkan nilai yang dianggap penting oleh orang lain.
17	Kadang-kadang saya merasa saya sudah melaksanakan apa yang perlu dilakukan dalam hidup.	-0,013	Terkadang saya merasa sudah melaksanakan apa yang perlu dilakukan dalam hidup.

III. 7. 2. Uji Coba Alat Ukur Kepuasan Hubungan Romantis

Uji coba dilakukan kepada 53 mahasiswa yang sedang menjalin hubungan romantis. Berdasarkan uji coba yang dilakukan, nilai reliabilitas alat ukur ini adalah sebesar 0.746 dengan menggunakan metode *Cronbach alpha*. Menurut Kerlinger dan Lee (2000), nilai koefisien reliabilitas yang baik untuk hampir seluruh tujuan tes dalam penelitian dasar berkisar 0.7 - 0.8. Berdasarkan skor yang didapat dari hasil uji coba ini, dapat dikatakan bahwa alat ukur *Relationship Assessment Scale* ini dinyatakan reliabel. Berikut ini adalah hasil perhitungan reliabilitas dan validitas terhadap kuesioner *Relationship Assessment Scale* :

Tabel 3.4

Hasil perhitungan validitas uji coba alat ukur *Relationship Assessment Scale*

	Reliabilitas	Validitas
Kepuasan Hubungan Romantis	0,746	0.481-0.728

Berdasarkan tabel di atas terdapat skor validitas untuk alat ukur kepuasan hubungan romantis berkisar 0.481-0.728. Menurut Aiken dan Groth-Marnat (2006), nilai validitas yang dianggap baik untuk penelitian adalah lebih besar dari 0.2 yang berarti validitas untuk sudah baik. Dengan skor reliabilitas dan validitas yang didapat dari hasil uji coba menunjukkan bahwa alat ukur *Relationship Assessment Scale* telah layak menjadi alat ukur yang baik bagi penelitian ini.

III.8. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian terdiri dari tiga tahap, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap pengolahan dan analisis/interpretasi data.

III.8.1. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan, peneliti mencari literatur terkait dengan topik yang ingin diteliti yaitu *psychological well-being* serta menentukan variabel yang ingin dicari hubungannya, yaitu kepuasan hubungan romantis. Setelah itu peneliti bersama teman-teman payung penelitian *psychological well-being* 2012 mengujicoba alat ukur *psychological well-being* Ryff pada mahasiswa untuk mengetahui skor validitas dan reliabilitasnya. Setelah uji coba dilakukan, peneliti bersama teman-teman payung penelitian *psychological well-being* 2012 merevisi 4 item yang memiliki skor validitas rendah yang kemudian dikonsultasikan dengan pembimbing skripsi untuk *expert judgement*.

Selain menggunakan alat ukur *psychological well-being*, peneliti mencari alat ukur untuk kepuasan hubungan romantis yang kemudian didapatkan alat ukur *Relationship Assessment Scale* (RAS) dari Hendrick (1988) yang sering digunakan untuk mengukur kepuasan hubungan romantis secara umum. Lalu, alat ukur RAS juga diujicoba untuk mengetahui skor validitas dan reliabilitasnya pada mahasiswa yang berpacaran. Setelah selesai diujicoba, alat ukur disatukan menjadi *booklet* kuesioner lalu siap diberikan pada subyek yang sesuai dengan karakteristik sampel, yaitu mahasiswa usia 18-30 tahun yang sedang menjalani hubungan romantis atau berpacaran dengan lama pacaran minimal 6 bulan.

III.8. 2. Tahap Pelaksanaan

Proses pelaksanaan dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner untuk mengumpulkan data. Proses pengambilan data dilakukan dari tanggal 7 sampai 11 Mei 2012. Kuesioner disebar dengan metode *accidental sampling* dengan lokasi pengambilan di lingkungan kampus Universitas Indonesia. Peneliti mendatangi langsung subyek dan menanyakan apakah subyek sedang dalam status berpacaran dengan lama 6 bulan atau tidak. Jika iya, maka peneliti akan meminta subyek untuk mengisi kuesioner. Selain itu peneliti juga mengambil data dengan menyebarkan kuesioner secara *online* untuk memperoleh sampel lebih banyak. Kuesioner *online* ini disebar ke teman-teman peneliti di dalam maupun di luar Universitas Indonesia melalui media internet dan pesan *broadcast*.

Dalam proses pengambilan data, peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan terlebih dahulu tujuan pengambilan data kepada partisipan. Kemudian partisipan diminta mengisi data kontrol dan selanjutnya mengisi Skala *Psychological Well Being* dan *Relationship Assessment Scale*. Peneliti menunggu beberapa saat hingga partisipan selesai mengisi kuesioner. Setelah itu peneliti mengecek kembali kuesioner yang telah diisi apakah sudah lengkap atau belum. Jika sudah lengkap, peneliti memberikan *reward* kepada partisipan sebagai ungkapan terima kasih karena telah menyempatkan waktu untuk mengisi kuesioner. Secara keseluruhan, peneliti memperoleh data sebanyak 164 namun terdapat 3 kuesioner yang tidak diisi lengkap, sehingga total kuesioner yang dapat diolah sejumlah 161 kuesioner yang terdiri dari 64 laki-laki dan 97 perempuan.

III. 8. 3. Tahap Pembuatan Norma

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini ada dua, yaitu alat ukur *psychological well-being* yang disusun oleh Ryff dan alat ukur kepuasan hubungan romantis (RAS) yang disusun oleh Hendrick. Pembuatan norma kelompok untuk kedua alat ukur tersebut dibuat oleh peneliti. Pembuatan norma bertujuan untuk membagi skor subyek ke dalam kelompok yang memiliki *psychological well-being* tinggi dan rendah. Norma dibuat menggunakan data dari 161 partisipan penelitian dengan teknik perhitungan *persentil 50*.

Tabel 3.5
Pembagian Skor *Psychological Well-Being*

Pembagian kelompok	Norma
< 81	Rendah
\geq 81	Tinggi

Kemudian peneliti juga membuat norma kelompok untuk kepuasan hubungan romantis subyek. Norma dibagi ke dalam kelompok dengan kepuasan hubungan romantis yang tinggi, sedang, dan rendah. Norma dibuat dengan menggunakan data dari 161 partisipan yang menjadi subyek penelitian ini. Pembuatan norma dihitung dengan teknik persentil 50 yang menghasilkan pembagian norma sebagai berikut:

Tabel 3.6
Pembagian Skor Kepuasan Hubungan Romantis

Pembagian kelompok	Norma
< 33	Rendah
\geq 33	Tinggi

III.8. 4. Tahap Pengolahan Data

Setelah proses pengambilan data selesai, selanjutnya dilakukan pengolahan seluruh data yang terkumpul. Dalam pengolahan data, peneliti menggunakan program komputer khusus untuk pengolahan data statistik yaitu program *Statistic Package for Social Science (SPSS) 13V*. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini untuk menganalisis data adalah :

1. Statistik deskriptif

Teknik ini digunakan untuk melihat gambaran umum mengenai karakteristik sampel berdasarkan nilai rata-rata atau mean, persentase partisipan dari skor yang didapat, dan frekuensi.

2. Korelasi Pearson

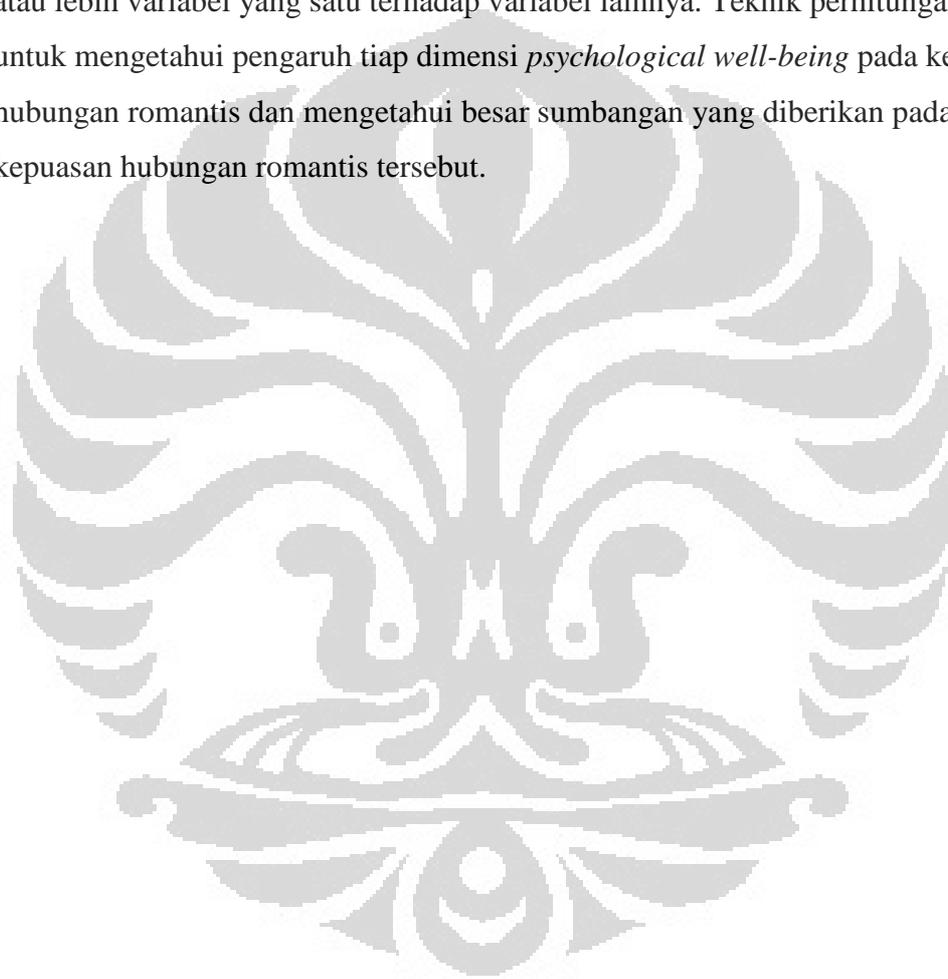
Perhitungan korelasi pearson digunakan untuk melihat korelasi antara kedua variabel. Selain itu teknik ini juga menghilangkan pengaruh sejumlah variabel lain diantara dua variabel yang sedang dikorelasikan.

3. *Independent sample T-test* dan ANOVA (*Analysis of Variance*)

Perhitungan t-test dan ANOVA digunakan untuk analisis tambahan, seperti untuk mengetahui gambaran *psychological well-being* dan kepuasan hubungan romantis dilihat dari data kontrol yang diperoleh dengan membandingkan nilai rata-rata (*mean*).

4. *Multiple Regression* atau regresi ganda

Teknik ini digunakan untuk melihat seberapa besar pengaruh dan prediksi dua atau lebih variabel yang satu terhadap variabel lainnya. Teknik perhitungan ini untuk mengetahui pengaruh tiap dimensi *psychological well-being* pada kepuasan hubungan romantis dan mengetahui besar sumbangan yang diberikan pada kepuasan hubungan romantis tersebut.



BAB IV

ANALISIS DAN INTEPRETASI HASIL

Dalam bab ini akan dibahas mengenai gambaran umum subyek serta hasil dari pengolahan data dan analisisnya, baik analisis utama maupun tambahan. Penjelasan mengenai analisis diawali dengan gambaran partisipan berdasarkan data kontrol yang kemudian dilanjutkan dengan pengujian terhadap hipotesis.

IV. 1. Gambaran Umum Subyek Penelitian

Partisipan dari penelitian ini adalah mahasiswa usia 18-30 tahun yang sedang menjalani hubungan romantis atau berpacaran dengan lama pacaran minimal 6 bulan. Jumlah keseluruhan partisipan yang menjadi subyek dalam penelitian ini sebanyak 161 orang dengan rentang usia 18-26 tahun. Berikut ini akan dipaparkan mengenai gambaran umum partisipan penelitian berdasarkan data kontrol yang diberikan dengan perhitungan statistik.

IV. 1. 1. Gambaran Subyek Berdasarkan Jenis Kelamin

Total subyek penelitian sejumlah 161 orang. Subyek laki-laki berjumlah 64 orang dan perempuan lebih banyak yaitu sejumlah 97 orang. Berikut tabel penyebaran subyek berdasarkan jenis kelamin.

Tabel 4.1

Gambaran Subyek Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	Persentase
Laki-Laki	64	39.75%
Perempuan	97	60.25%
Total	161	100%

IV. 1. 2. Gambaran Subyek Berdasarkan Usia

Berdasarkan usia subyek penelitian, subyek paling muda berusia 18 tahun dan paling tua berusia 26 tahun. Peneliti membagi ke tiap rentang usia 3 tahun. Berikut ini tabel subyek berdasarkan usia.

Tabel 4.2

Gambaran Subyek Berdasarkan Usia

Usia	N	Persentase
18-20 tahun	69	42.86%
21-23 tahun	89	55.28%
24-26 tahun	3	1.86%
Total	161	100%

IV. 1. 3 Gambaran Subyek Berdasarkan Lama Berpacaran

Dalam penelitian ini, subyek yang dipilih adalah yang sedang menjalani hubungan romantis dengan lama hubungan minimal 6 bulan. Setelah pengambilan data, diperoleh penyebaran subyek berdasarkan lama berpacarannya berikut ini:

Tabel. 4.3

Gambaran Subyek Berdasarkan Lama Berpacaran

Lama Berpacaran	N	Persentase
6-12 bulan	50	31.06%
13-18 bulan	15	9.32%
19-24 bulan	27	16.77%
25-30 bulan	18	11.18%
31-36 bulan	20	12.42%
>36 bulan	31	19.25%
Total	161	100%

Terlihat dalam Tabel 4.3, lama berpacaran pada mayoritas hubungan yang berjalan antara 6-12 bulan sejumlah 50 orang dengan persentase 31.06%. Lalu, lama berpacaran subyek dengan jumlah paling sedikit adalah yang memiliki lama hubungan 13-18 bulan sejumlah 15 orang dengan persentase 9.32%.

IV. 1. 4. Gambaran Subyek Berdasarkan Jarak Pasangan

Dari gambaran umum subyek berdasarkan jarak subyek dengan pasangannya, terlihat bahwa paling banyak subyek berhubungan jarak dekat dengan pasangannya dengan jumlah 119 orang dan persentase 73.91%. Penyebaran subyek berdasarkan jarak dengan pasangan ditampilkan berikut ini.

Tabel 4.4

Gambaran Subyek Berdasarkan Jarak dengan Pasangan

Jarak Pasangan	N	Persentase
Jauh	42	26.09%
Dekat	119	73.91%
Total	161	100%

IV.1.5. Gambaran Subyek Berdasarkan Frekuensi Pertemuan

Dari keseluruhan subyek penelitian, kebanyakan mengaku bahwa frekuensi pertemuan mereka termasuk sering sebanyak 71 orang dengan persentase 44.10%. Sebanyak 26 orang mengaku jarang bertemu pasangannya dengan persentase 16.15%. Penyebarannya bisa dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.5

Gambaran Subyek Berdasarkan Frekuensi Pertemuan

Frekuensi	N	Persentase
Sering	71	44.10%
Cukup	64	39.75%
Jarang	26	16.15%
Total	161	100%

IV.2. Analisis Utama

IV.2.1. Hubungan Antara Kepuasan Hubungan Romantis dan *Psychological Well-Being*

Hal yang menjadi analisis utama dari penelitian ini yaitu mengenai hubungan antara kepuasan hubungan romantis dan *psychological well-being* pada mahasiswa yang berpacaran. Pada bagian ini akan diperlihatkan perhitungan untuk melihat hubungan antara kepuasan hubungan romantis dengan *psychological well-being* yang dihitung dengan metode korelasi *Pearson*. Berikut ini adalah tabel hasil perhitungan untuk korelasi antara kepuasan hubungan romantis dan *psychological well-being*.

Tabel 4.6

Korelasi antara kepuasan hubungan romantis dan *psychological well-being*

Hubungan	<i>r</i>	Sig (<i>p</i>)	<i>r</i> ²
Kepuasan Hubungan Romantis dan <i>Psychological Well-Being</i>	0.396	.000**	0.157

**Signifikan pada L.o.S .01

Berdasarkan tabel perhitungan korelasi di atas, didapatkan nilai korelasi (*r*) sebesar 0.396 dan nilai *p*=0.000. Nilai *r* sebesar 0.396 merupakan nilai yang signifikan pada *los* 0.01. Hasil yang signifikan menunjukkan bahwa *H₀* ditolak dan *H_a* diterima, yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara kepuasan hubungan romantis dengan *psychological well-being*. Arah hubungan antara kepuasan hubungan romantis dan *psychological well being* adalah positif yang berarti ketika skor kepuasan hubungan romantis tinggi maka skor *psychological well-being* juga tinggi, begitu pula sebaliknya. Berdasarkan nilai koefisien *r* tersebut, diperoleh nilai *r*² sebesar 0.157. Berdasarkan nilai *r*² ini dapat diketahui bahwa 15.7% varians yang ada pada *psychological well being* dapat dijelaskan dengan varians kepuasan hubungan romantis.

IV. 2. 2. Gambaran Umum Kepuasan Hubungan Romantis

Tabel 4.7

Gambaran umum kepuasan hubungan romantis subyek

Jumlah Partisipan	Mean	Skor Tertinggi	Skor Terendah	Standar Deviasi
161	32.67	42	19	4.223

Dari tabel di atas diketahui skor kepuasan hubungan romantis yang dimiliki subyek paling tinggi adalah 42 sementara skor terendah adalah 19 dengan standar deviasi 4.223. Standar deviasi menunjukkan besar kisaran nilai sebenarnya (*true score*) dari skor total kepuasan hubungan romantis melalui perhitungan rata-rata skor total subyek keseluruhan ± standar deviasi. Melalui perhitungan tersebut, besar kisaran *true score* dari skor total kepuasan hubungan romantis subyek adalah sebesar 28.447 – 36.893. Kemudian di bawah ini akan dijelaskan mengenai persebaran skor kepuasan hubungan romantis.

Pembuatan norma dilakukan dengan perhitungan teknik *persentil 50* dengan hasil berikut :

Tabel 4.8

Persebaran skor kepuasan hubungan romantis

Pembagian	Jumlah	Norma
< 33	44.1 %	Rendah
≥ 33	55.9 %	Tinggi

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan hasil persebaran skor kepuasan hubungan romantis dengan mayoritas subyek sebanyak 55.9% termasuk ke dalam kelompok tinggi. Sedangkan persebaran kelompok yang termasuk ke dalam kepuasan hubungan romantis yang rendah sebesar 44.1%.

Berikut juga akan dipaparkan skor mean komponen-komponen kepuasan hubungan romantis subyek berdasarkan:

Tabel 4.9

Gambaran kepuasan hubungan romantis subyek berdasarkan dimensi

Komponen	Mean	Jumlah item	Mean item
Cinta	10.06	2	5.03
Masalah	3.82	1	3.82
Harapan	13.96	3	4.65

Berdasarkan tabel 4.10, mean yang digunakan adalah *mean* item karena tiap komponen memiliki jumlah item yang berbeda sehingga untuk membandingkan *mean*, peneliti menggunakan *mean* dari item. Rentang mean skor item untuk tiap komponen kepuasan hubungan romantis adalah 1 - 6. Hasil di atas menunjukkan komponen cinta menjadi komponen dengan skor mean item tertinggi sebesar 5.03 yang menandakan bahwa partisipan dalam penelitian ini lebih memiliki komponen cinta dalam memperoleh kepuasan. Kemudian komponen harapan memiliki skor mean item sebesar 4.65 dan terkecil adalah komponen masalah dengan skor mean item 3.82.

IV.2.3. Gambaran Umum *Psychological Well-Being*

Tabel 4.10

Gambaran umum *psychological well-being* subyek

Jumlah Partisipan	Mean	Skor Tertinggi	Skor Terendah	Standar Deviasi
161	80.05	96	50	7.712

Terlihat dari tabel di atas skor *psychological well-being* tertinggi subyek adalah 96 sedangkan skor terendah 50 dengan standar deviasi 7.712. Berdasarkan standar deviasi, besar *true score* dari mean skor total *psychological well-being* subyek adalah sebesar 72.338 - 87.762. Selanjutnya merupakan persebaran skor *psychological well-being*. Pembuatan norma dilakukan dengan teknik persentil 50.

Tabel 4.11

Persebaran skor *psychological well being*

Pembagian	Jumlah	Norma
< 81	48.4 %	Rendah
≥ 81	51.6 %	Tinggi

Pada tabel di atas terlihat hasil persebaran skor *psychological well-being* mayoritas tergolong pada kelompok kategori tinggi sebesar 51.6 % dan persebaran kelompok yang termasuk ke dalam kelompok *psychological well-being* yang rendah sebesar 48.4 %. Kemudian berikut ini adalah gambaran *psychological well being* subyek berdasarkan mean tiap dimensi:

Tabel 4.12

Gambaran *psychological well being* subyek berdasarkan dimensi

Dimensi	Mean
<i>Self-acceptance</i>	11.86
<i>Positive relation with others</i>	13.86
<i>Autonomy</i>	12.18
<i>Environmental mastery</i>	12.42
<i>Purpose in life</i>	14.14
<i>Personal growth</i>	15.59

Tiap dimensi *psychological well-being* memiliki rentang skor 3 – 18. Pada tabel 4.12 terlihat bahwa dimensi *personal growth* merupakan dimensi dengan mean skor tertinggi. Dimensi ini merupakan dimensi yang membahas kemampuan individu dalam mengembangkan potensi diri dan tumbuh menjadi individu *fully functioning*. Kemudian mean skor kedua tertinggi dihasilkan dimensi *purpose in life* yang selanjutnya diikuti dimensi *positive relation with others*. Dimensi *environmental mastery* memiliki mean skor tertinggi ke empat. Dimensi *autonomy* merupakan dimensi dengan mean skor tertinggi kelima. Lalu diakhiri dengan dimensi *self-acceptance* dengan mean skor terendah.

IV. 3. Analisis Tambahan

Pada bagian ini akan diuraikan mengenai hasil pengolahan data di luar masalah utama untuk memperkaya hasil penelitian. Analisis tambahan menjelaskan mengenai gambaran *psychological well being* dan kepuasan hubungan romantis dilihat dari aspek data kontrol subyek. Data kontrol meliputi jenis kelamin, lama berpacaran dengan pasangan saat ini, jarak dengan pasangan, dan frekuensi pertemuan dengan pasangan. Pengolahan data menggunakan teknik statistik korelasi Pearson, *t-test*, ANOVA, serta regresi ganda.

Pada bagian ini hasil pengolahan data yang disajikan hanya perbedaan *mean* kepuasan hubungan romantis dan *psychological well-being* secara keseluruhan. Dalam hasil mean skor per dimensi tidak ditemukan adanya perbedaan *mean* skor yang signifikan pada tiap aspek data kontrol, maka hasil tersebut tidak dijabarkan sebagai hasil tambahan penelitian. Hasil tersebut hanya akan dilampirkan di bagian lampiran.

IV. 3. 1. Hubungan Antara Kepuasan Hubungan Romantis dengan Dimensi-dimensi *Psychological Well-Being*

Dalam analisis tambahan, peneliti ingin mengetahui bagaimanakah hubungan antara kepuasan hubungan romantis dengan dimensi-dimensi *psychological well-being* dan dimensi manakah yang menyumbang paling besar pada kepuasan hubungan romantis. Berikut ini adalah tabel korelasi antara kepuasan hubungan romantis dengan tiap dimensi *psychological well-being*:

Tabel 4.13

Korelasi antara kepuasan hubungan romantis dan dimensi *psychological well-being*

Dimensi	<i>r</i>	Sig (<i>p</i>)	<i>r</i> ²
<i>Self-acceptance</i>	0.101	.201	-
<i>Positive relation with others</i>	0.333	.000**	0.110
<i>Autonomy</i>	0.185	.019*	0.034
<i>Environmental mastery</i>	0.310	.000**	0.096
<i>Purpose in life</i>	0.258	.001**	0.066
<i>Personal growth</i>	0.264	.001**	0.069

*Signifikan pada L.o.S 0.05

**Signifikan pada L.o.S 0.01

Berdasarkan tabel 4.13 di atas, didapatkan nilai korelasi (*r*) kepuasan hubungan romantis dengan tiap dimensi *psychological well-being*. Dari keenam dimensi *psychological well-being*, terlihat bahwa terdapat lima dimensi yang memiliki hubungan yang signifikan dengan kepuasan hubungan romantis, yaitu *positive relation with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*. Nilai korelasi tertinggi dihasilkan antara kepuasan hubungan hubungan romantis dengan dimensi *positive relation with others* sebesar 0.333 signifikan pada *los* 0.01. Sementara dimensi *self-acceptance* tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kepuasan hubungan romantis. Arah hubungan antara kepuasan hubungan romantis dan lima dimensi *psychological well being* yang signifikan adalah positif yang berarti ketika skor kepuasan hubungan romantis tinggi maka skor dimensi *positive relation with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth* juga tinggi, begitu pula sebaliknya.

IV. 3. 2. Sumbangan Dimensi *Psychological Well-Being* pada Kepuasan Hubungan Romantis

Untuk mencari besar sumbangan dimensi-dimensi *psychological well-being* pada kepuasan hubungan romantis digunakan teknik perhitungan regresi ganda. Hasil tersebut dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.14

Hasil Perhitungan Regresi dimensi *psychological well-being* dan kepuasan hubungan romantis

<i>R</i>	<i>R</i> ²	Sig.
0.434	0.188	0.000*

*Signifikan pada L.o.S .05

Pada tabel 4.14 terlihat bahwa nilai *R* sebesar 0.434 dan signifikan pada L.o.S .05. Hasil ini juga menunjukkan bahwa dimensi *psychological well-being* menyumbang sebesar 18.8% terhadap kepuasan hubungan romantis dan 91.2% disebabkan oleh hal lain. Selain itu, perhitungan regresi ganda ini juga digunakan untuk melihat dimensi *psychological well-being* yang paling menyumbang terhadap kepuasan hubungan romantis. Hasil perhitungan terlihat pada tabel 4.15.

Tabel 4.15

Hasil Perhitungan Regresi Ganda dimensi *psychological well-being* pada kepuasan hubungan romantis

Dimensi <i>Psychological well-being</i>	<i>Beta</i> (β)	Sig.
<i>Self-acceptance</i>	-.028	.717
<i>Positive relation with others</i>	.208	.014*
<i>Autonomy</i>	.049	.541
<i>Environmental mastery</i>	.147	.100
<i>Purpose in life</i>	.134	.090
<i>Personal growth</i>	.125	.116

*Signifikan pada L.o.S .05

Berdasarkan data pada tabel 4.15, terlihat bahwa dimensi *positive relation with others* (*Beta* = 0.208; *p* = .014) memiliki skor signifikan untuk memberikan sumbangan paling besar terhadap kepuasan hubungan romantis. Dimensi *psychological well-being* lainnya tidak signifikan serta tidak cukup besar dalam menyumbang bagi kepuasan hubungan romantis.

IV. 3. 3. Gambaran Kepuasan Hubungan Romantis Berdasarkan dari Data Partisipan

Tabel 4.16

Skor *mean* kepuasan hubungan romantis berdasarkan data kontrol

Faktor	Kelompok	Mean	Signifikansi	Keterangan
Jenis kelamin	Laki –laki (n= 64)	33.20	p = 0.195	Tidak
	Perempuan (n= 97)	32.32	t = 1.302	Signifikan
Lama Pacaran	6 – 12 bln (n= 50)	33.20	p = 0.179	Tidak
	13 – 18 bln (n= 15)	32.67	F = 1.544	Signifikan
	19 – 24 bln (n= 27)	31.48		
	25 – 30 bln (n= 18)	33.06		
	31 – 36 bln (n= 20)	31.05		
	>36 bln (n= 31)	33.52		
Jarak pasangan	Jauh (n= 42)	32.85	p = 0.773	Tidak
	Dekat (n=119)	32.61	t = 0.289	Signifikan
Frekuensi	Jarang (n= 26)	32.46	p = 0.446	Tidak
Pertemuan	Cukup (n= 64)	32.23	F = 0.812	Signifikan
	Sering (n= 71)	33.14		

*Signifikan pada L.o.S .05

Pada tabel 4.18 terlihat bahwa tidak terdapat perbedaan mean skor kepuasan hubungan romantis yang signifikan dilihat berdasarkan data kontrol. Pada data di atas dapat diketahui bahwa mean skor total kelompok jenis kelamin laki-laki lebih tinggi ($M = 33.20$) daripada perempuan ($M = 32.32$). Berdasarkan lama pacaran partisipan, didapatkan kelompok yang telah berpacaran lebih dari 36 bulan atau 3 tahun memiliki mean skor kepuasan hubungan romantis paling tinggi ($M = 33.52$) dibandingkan kelompok partisipan lainnya. Kemudian terlihat bahwa mean skor total kepuasan hubungan romantis kelompok partisipan yang menjalani hubungan jarak jauh memiliki skor mean lebih tinggi ($M = 32.65$) daripada kelompok partisipan yang menjalani hubungan jarak dekat dengan pasangannya ($M = 32.61$). Lalu pada hasil frekuensi pertemuan terlihat bahwa partisipan dengan frekuensi pertemuan sering memiliki mean skor kepuasan lebih tinggi ($M = 33.14$) dibandingkan frekuensi pertemuan yang jarang dan cukup.

IV. 3. 4. Gambaran *Psychological Well Being* Berdasarkan dari Data

Partisipan

Tabel 4.17

Skor mean *psychological well being* berdasarkan data kontrol

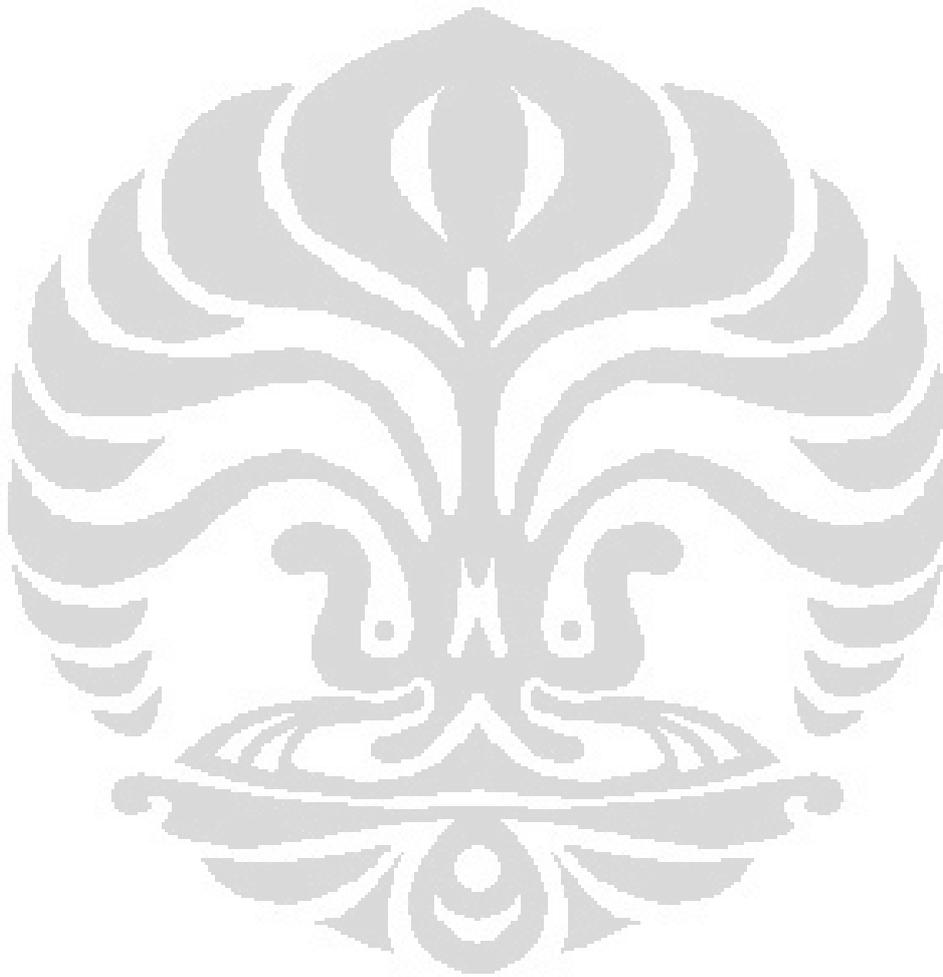
Faktor	Kelompok	Mean	Signifikansi	Keterangan
Jenis kelamin	Laki –laki (n= 64)	80.44	p = 0.606	Tidak
	Perempuan (n= 97)	79.79	t = -0.517	Signifikan
Lama Pacaran	6 – 12 bln (n= 50)	80.84	p = 0.183	Tidak
	13 – 18 bln (n= 15)	80.67	F = 1.530	Signifikan
	19 – 24 bln (n= 27)	81.11		
	25 – 30 bln (n= 18)	76.50		
	31 – 36 bln (n= 20)	77.65		
	>36 bln (n= 31)	81.16		
Jarak pasangan	Jauh (n= 42)	78.45	p = 0.119	Tidak
	Dekat (n=119)	80.61	t = -1.569	Signifikan
Frekuensi Pertemuan	Jarang (n= 26)	79.12	p = 0.329	Tidak
	Cukup (n= 64)	79.30	F = 1.119	Signifikan
	Sering (n= 71)	81.07		

*Signifikan pada L.o.S .05

Pada tabel 4.16 dapat diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan mean skor *psychological well-being* yang signifikan dilihat berdasarkan data kontrol partisipan, yaitu jenis kelamin, lama berpacaran, jarak dengan pasangan, frekuensi pertemuan.

Pada data di atas dapat diketahui bahwa mean skor *psychological well being* kelompok laki-laki lebih tinggi (M = 80.44) daripada perempuan (M = 79.79) meskipun secara keseluruhan hasilnya tidak signifikan. Lalu hasil yang didapat berdasarkan lama pacaran partisipan dengan pasangan menunjukkan kelompok yang telah berpacaran lebih dari 36 bulan atau 3 tahun memiliki mean skor *psychological well being* lebih tinggi (M = 81.16) dibandingkan kelompok partisipan lainnya. Kemudian kelompok partisipan yang berhubungan jarak dekat memiliki mean skor *psychological well being* lebih tinggi (M = 80.61) daripada

kelompok partisipan yang menjalani hubungan jarak jauh dengan pasangannya ($M = 78.45$). Lalu berdasarkan frekuensi pertemuan partisipan dengan pasangannya, terlihat bahwa kelompok partisipan yang memiliki frekuensi pertemuan yang sering dengan pasangannya memiliki mean skor *psychological well being* lebih tinggi ($M = 81.07$) dibandingkan kelompok partisipan dengan frekuensi pertemuan yang jarang dan cukup.



BAB V

KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN

Pada bab ini akan dipaparkan kesimpulan dari penelitian ini yang merupakan jawaban dari masalah penelitian berdasarkan analisis data yang dilakukan. Selain itu, dalam bab ini juga akan memberikan penjelasan berupa diskusi hasil penelitian yang terdiri atas hasil utama penelitian, hasil tambahan penelitian dan metodologi penelitian. Lalu peneliti juga memberikan saran agar menjadi masukan untuk penelitian selanjutnya dengan topik sejenis.

V. 1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara kepuasan hubungan romantis dan *psychological well-being*. Ini bermakna bahwa semakin tinggi kepuasan hubungan romantis mahasiswa yang berpacaran maka akan semakin tinggi pula *psychological well-being* dan begitu pula sebaliknya. Dengan begitu hasil ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima.

Mengenai gambaran umum kepuasan hubungan romantis, diketahui bahwa mayoritas partisipan mahasiswa yang berpacaran memiliki skor kepuasan hubungan romantis yang tergolong tinggi. Hal ini berarti partisipan merasa puas dengan hubungan romantis yang dijalannya. Kemudian menurut hasil skor mean item pada komponen kepuasan hubungan romantis, didapatkan bahwa komponen cinta memiliki mean skor tertinggi diikuti oleh komponen harapan dan komponen masalah memiliki mean skor terendah. Hal ini menunjukkan bahwa partisipan yang mengikuti penelitian ini lebih memiliki komponen cinta dalam memperoleh kepuasan serta komponen masalah yang menunjukkan partisipan dalam penelitian ini tidak terlalu memiliki banyak masalah yang menyebabkan secara keseluruhan kepuasan hubungan romantis partisipan penelitian ini tergolong tinggi.

Mengenai gambaran umum *psychological well-being* diketahui bahwa sebagian besar partisipan memiliki *psychological well-being* yang tergolong tinggi. Dapat dikatakan bahwa mayoritas partisipan memiliki *psychological well-being* yang baik. Kemudian berdasarkan mean skor tiap dimensi *psychological well-being* didapatkan bahwa dimensi *personal growth* memiliki mean skor

tertinggi dibandingkan dimensi *psychological well-being* lainnya, sedangkan dimensi *self-acceptance* merupakan dimensi dengan mean skor yang terendah.

Hubungan antara kepuasan hubungan romantis dengan dimensi-dimensi *psychological well-being* menunjukkan bahwa kepuasan hubungan romantis memiliki hubungan yang signifikan dengan dimensi *positive relation with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth* dengan arah yang positif. Hal ini menandakan jika kepuasan hubungan romantis tinggi maka dimensi *positive relation with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth* juga tinggi, begitu pula sebaliknya.

Perhitungan regresi ganda dilakukan untuk mencari dimensi *psychological well-being* yang memberikan sumbangan paling besar pada kepuasan hubungan romantis lalu didapatkan hasil dimensi *positive relation with others* merupakan dimensi yang menyumbang terbesar pada kepuasan hubungan romantis.

Berdasarkan data kontrol partisipan yang dijadikan analisis tambahan, seperti jenis kelamin, lama pacaran, jarak pasangan, dan frekuensi pertemuan, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara aspek-aspek data kontrol dengan kepuasan hubungan romantis maupun dengan *psychological well-being*.

V. 2. Diskusi

Pada bagian ini, peneliti akan membahas hasil pengolahan data dikaitkan dengan teori maupun dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Hal-hal yang didiskusikan akan terbagi dalam hasil utama penelitian dan hasil tambahan penelitian serta mengenai metodologi penelitian ini.

V. 2. 1. Diskusi Hasil Utama Penelitian

Penelitian ini didasari atas kebutuhan setiap orang untuk berafiliasi dengan orang lain. *Virtue* perkembangan usia dewasa muda yaitu *love: intimacy vs isolation* (Erikson, dalam Papalia, Olds, & Feldman, 2008) kemudian tugas perkembangan dewasa muda juga menjadi dasar dari penelitian yang menyatakan individu pada tahap dewasa muda bertugas untuk mencari pasangan hidupnya. Mahasiswa yang berada pada tahap usia dewasa muda selain harus menyelesaikan pendidikannya di perguruan tinggi pun harus memenuhi tuntutan tugas untuk mencari pasangan dan menjalani suatu hubungan romantis. Menurut Bird dan

Melville (1994) berada dalam suatu hubungan romantis merupakan hal yang penting karena tanpa adanya hal tersebut dapat memicu kemunculan depresi, stres, kecemasan, dan simtom disfungsi psikologis lainnya.

Tidak banyak penelitian yang meneliti topik terkait kepuasan hubungan romantis dengan *psychological well-being*. Berdasarkan beberapa peneliti yang pernah meneliti topik ini sebelumnya, Simon & Barrett (2010) menyatakan bahwa penelitian terkait topik ini memiliki hasil yang inkonsisten. Penelitian ini menemukan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara kepuasan hubungan romantis dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang berpacaran. Hal ini sesuai dengan penelitian Simon dan Barrett (2010) yang menyatakan bahwa hubungan romantis merupakan hal yang penting bagi kesehatan mental pada usia dewasa muda.

Berdasarkan analisis terhadap skor *psychological well-being* didapatkan hasil bahwa dimensi *personal growth* merupakan dimensi dengan mean skor tertinggi dibanding dimensi *psychological well-being* lainnya. Mean skor yang tinggi pada dimensi *personal growth* menandakan bahwa partisipan memiliki kesadaran yang tinggi akan potensi dirinya, memahami kebutuhan untuk mengaktualisasi diri, mengembangkan diri, serta kemajuan diri sendiri. Kemudian dimensi *purpose in life* memiliki mean skor tertinggi kedua. Tingginya mean skor dimensi *purpose in life* menandakan bahwa partisipan memiliki tujuan hidup untuk dicapai yang jelas dan terarah. Hal ini sesuai dengan penelitian Ryff (1995) yang menyatakan bahwa *purpose in life* dan *personal growth* akan menurun seiring usia, dan puncak tertingginya akan terjadi pada masa dewasa muda. Selain itu Ryff dan Singer (2008) mendapatkan hasil bahwa individu dengan pendidikan yang lebih tinggi memiliki *psychological well-being* yang tinggi, terutama pada dimensi *purpose in life* dan *personal growth*. Jika dikaitkan dengan kepuasan hubungan romantis, Williams, Sawyer, dan Wahlstrom (2006) menyatakan bahwa semakin pasangan romantis (pacar) mencintai individu maka akan semakin bertumbuh individu tersebut, dengan asumsi hubungan romantisnya memberikan pengalaman-pengalaman baru bagi individu.

Tingginya kedua dimensi ini mungkin dipengaruhi dengan tugas perkembangan dewasa muda yaitu menyelesaikan pendidikan sampai dengan

jenjang perguruan tinggi, mencari dan menemukan pasangan hidup, membina rumah tangga, memiliki pekerjaan dan berkarir, dan menjadi warga Negara yang bertanggung jawab (Havighurst, 1972, dalam Turner & Helms, 1995). Partisipan yang merupakan mahasiswa menyadari bahwa mereka harus mencapai tujuan hidup di kehidupan mereka serta mengembangkan kemampuan, kemandirian, dan tanggung jawab untuk menjadi individu yang lebih baik. Mahasiswa memiliki tuntutan untuk sukses di kehidupan kampusnya dengan memiliki banyak sarana dan wadah untuk mengembangkan diri berkaitan dengan tujuannya berkuliah agar bisa bekerja sesuai dengan keinginannya.

Dimensi *self acceptance* memiliki mean skor terendah pada partisipan. Skor mean yang rendah menunjukkan mayoritas subyek memiliki ketidakpuasan dengan kondisi diri dan kualitas pribadinya, kecewa dengan kehidupan yang telah dijalannya, dan ingin menjadi orang yang berbeda dari dirinya sendiri saat ini. Hal ini mungkin disebabkan karena partisipan termasuk pada tahap *emerging adulthood*, yaitu individu yang telah melewati tahapan perkembangan remaja namun belum memasuki tahapan perkembangan dewasa muda sepenuhnya dengan rentang usia belasan akhir hingga pertengahan dua puluhan (Arnett, 2000). Pada tahap ini, jenis dan *trait* kepribadian individu lebih stabil namun perubahan kepribadian dapat dipengaruhi tahapan dan kejadian dalam hidup saat itu (Papalia, Olds, & Feldman, 2008). Individu *emerging adulthood* telah memasuki perannya di tahapan perkembangan barunya namun belum bisa menjalani perannya dengan baik sepenuhnya. Pada tahap ini muncul kekhawatiran akan kegagalan menjalani peran orang dewasa serta merasa bahwa pertumbuhannya akan terhenti saat memasuki usia dewasa menjadikan individu tidak percaya diri (Arnett, 2000). Arnett (2000) menyatakan tahapan *emerging adulthood* merupakan tahapan yang unik karena terjadi *identity exploration* atau pencarian identitas diri, *instability* atau perubahan kondisi hidup, *focus on the self* yang berarti tidak egois hanya saja belum menyadari kewajibannya, *feeling in-between* artinya individu merasa bukan remaja namun bukan dewasa pula, dan *possibilities* atau adanya kemungkinan untuk menjalani hidupnya ke berbagai hal. Kelima hal ini merupakan hal yang biasa terlihat pada *emerging adulthood* dan dapat menimbulkan rendahnya kepercayaan serta penerimaan dirinya. Hal inilah yang

mungkin menyebabkan partisipan penelitian menunjukkan skor mean *self-acceptance* yang rendah

Pada komponen kepuasan hubungan romantis, komponen cinta memiliki mean skor tertinggi dibanding komponen lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa komponen cinta menjadi salah satu hal yang sangat penting dalam menjalani hubungan romantis karena dapat berpengaruh pada kepuasan yang berujung pada stabilitas dari suatu hubungan. Menurut Bird dan Melville (1994) merasakan cinta serta kedekatan dengan pasangan atau pacar dapat mempengaruhi kepuasan individu pada hubungan romantis yang dijalani, sebaliknya saat individu tidak merasakan cinta dalam hubungannya maka akan berujung pada perpecahan dalam hubungan tersebut.

V. 2. 2. Diskusi Hasil Tambahan Penelitian

Peneliti mencari tahu bagaimana hubungan antara kepuasan hubungan romantis dengan tiap dimensi *psychological well-being* yang kemudian didapatkan hasil bahwa terdapat lima dimensi yang signifikan berhubungan dengan kepuasan hubungan romantis, yaitu dari skor yang signifikansinya paling besar adalah *positive relation with others*, *environmental mastery*, *personal growth*, *purpose in life*, dan *autonomy*. Sementara dimensi *self-acceptance* tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kepuasan hubungan romantis.

Dimensi *positive relation with others* memiliki skor korelasi tertinggi dibandingkan dimensi lainnya. Hal ini mungkin disebabkan karena arti dari kepuasan hubungan romantis sejalan dengan arti dari dimensi *positive relation with others*, yaitu kepuasan hubungan romantis menurut Stinnet, Walters, dan Kaye (1984) merupakan suatu hasil evaluasi seseorang tentang kualitas hubungan romantis yang ia jalani dan memiliki hubungan psikologis yang positif serta dukungan emosional yang tinggi sementara *positive relation with others* menurut Ryff (1989) diartikan sebagai kemampuan individu untuk menjalin hubungan positif dengan orang lain yang ditunjukkan dengan kemampuan berempati, memiliki afeksi dan keintiman, memahami, menerima, dan memberi kepada orang lain, rasa saling percaya, dan kemampuan membina hubungan yang hangat. Dalam menjalani hubungan romantis, pasangan saling memberikan perhatian

dengan memberikan ekspresi afeksi dan dukungan. Menjalani hubungan yang intim dengan pasangan menjadi salah satu tanda seseorang yang puas pada hubungannya serta menunjukkan individu mampu menjalin hubungan yang positif dengan orang lain. Selain itu, Abbott, dkk (2009) menyatakan bahwa dimensi *positive relation with others* berkaitan dengan aspek positif fungsi psikologis yaitu mendapatkan kepuasan dan menjalin hubungan yang berkualitas. Secara keseluruhan, kaitan antara kepuasan hubungan romantis dengan dimensi *positive relation with others* adalah kemampuan dalam membina hubungan yang dekat dan hangat dengan orang lain akan memberikan kepuasan pada hubungan tersebut. Selain itu, korelasi ini juga didukung dengan hasil perhitungan regresi ganda untuk mencari dimensi *psychological well-being* mana yang memberikan sumbangan terbesar pada kepuasan hubungan romantis dan hasilnya adalah dimensi *positive relation with others*.

Dimensi kedua yang memiliki hubungan signifikan dengan kepuasan hubungan romantis adalah *environmental mastery*. Hal ini mungkin disebabkan karena individu yang memiliki kemampuan *environmental mastery* yang baik adalah individu yang mampu menciptakan dan mengatur lingkungan yang sesuai dengan kondisi psikologis dirinya serta individu dengan kemampuan *environmental mastery* yang baik akan terlibat dengan kegiatan di luar dirinya yang penting bagi perkembangannya (Ryff, 1989). Hal tersebut menjadi kaitan dengan kepuasan hubungan romantis, yaitu seseorang dengan kemampuan *environmental mastery* yang baik pasti akan sering terlibat dengan kegiatan di luar dirinya dan pastinya individu akan bersosialisasi serta menjalin hubungan yang baik serta akrab dengan orang lain untuk mengembangkan dirinya. Memperoleh kepuasan dalam hubungan romantis menandakan individu mampu menciptakan serta mengatur hubungan romantisnya dengan baik sesuai dengan kondisi psikologis dirinya.

Lalu dimensi dengan skor korelasi terbesar ketiga yang signifikan berhubungan dengan kepuasan hubungan romantis adalah *personal growth*. Individu dengan *personal growth* yang tinggi akan terbuka pada pengalaman baru, beradaptasi dengan perubahan hidup, memandang diri sebagai individu yang tumbuh dan berkembang. Selain itu, individu yang menjalin hubungan romantis

akan berusaha mendapatkan tujuan dan fungsi dari hubungan romantis, yaitu untuk belajar berinteraksi dengan lawan jenis, mengenal lebih dalam seseorang yang disukai, mempelajari hal-hal yang dapat diterima dan disukai oleh kelompok lawan jenis, mendapatkan pemahaman tentang identitas diri dan pencapaian status. Hal-hal tersebut menjadi tanda bahwa individu yang menjalin hubungan romantis akan terus belajar dan berkembang menyesuaikan kebutuhannya seiring dengan usia. Kepuasan hubungan romantis akan didapatkan ketika individu mampu mencapai tujuan dan fungsi dari hubungan romantis demi perkembangan dirinya.

Dimensi dengan skor korelasi terbesar keempat adalah *purpose in life*. Pada tahap usia dewasa muda, individu memiliki tugas perkembangan yang secara umum berhubungan dengan kewajiban individu untuk mencari, menemukan, dan membina hubungan dengan pasangan hidup (Havighurst, 1972; dalam Turner & Helms, 1995). Pada saat individu berada pada usia dewasa muda individu memiliki tujuan untuk memenuhi tugas tersebut agar bisa berhasil dalam tahapan perkembangannya seperti yang dinyatakan oleh Haugen, Welsh, dan McNulty (2008), yaitu perkembangan dewasa muda yang berhasil terlihat dari kemampuannya untuk memasuki dan menjalani hubungan intim dengan orang lain. Dalam hal ini *purpose in life* berkaitan dengan harapan seseorang pada hubungannya. Kepuasan hubungan romantis akan didapatkan ketika individu berhasil mencapai tujuan dan memenuhi harapannya dengan menemukan dan menjalin hubungan dengan pasangannya kemudian mendapatkan kebahagiaan dari hubungannya tersebut.

Dimensi terakhir yang signifikan berhubungan dengan kepuasan hubungan romantis adalah *autonomy* yang menyangkut kemampuan untuk menentukan diri sendiri, mengatur tingkah laku, dan memiliki kemandirian yang mengacu pada kemampuan mengambil keputusan sendiri (Ryff, 1989). Menurut Scarf (1995, dalam William, Sawyer, & Wahlstrom, 2006), dalam hubungan romantis individu memiliki dua hal yang berlawanan yaitu *intimacy* dan *autonomy*, dimana individu ingin dapat intim dan kooperatif serta memiliki persetujuan dengan pasangannya namun di sisi lain individu menginginkan otonomi pribadi dengan kata lain memungkinkan terjadinya ketidaksetujuan dengan orang lain. Hal ini dapat

menyebabkan masalah pada hubungan romantis yang akan berpengaruh pada kepuasan hubungan romantis. Namun, masalah dapat menguatkan atau malah menghancurkan hubungan, tergantung bagaimana pasangan tersebut menyelesaikannya (William, Sawyer, & Wahlstrom, 2006). Peneliti menduga ketika individu berhasil mengatasi masalah dengan pasangannya, hal tersebut akan menimbulkan kepuasan pada hubungannya karena individu akan menganggap bahwa ia dan pasangan akan dapat bertahan pada hubungan romantisnya jika saat ada masalah mereka mampu menghadapinya.

Self-acceptance merupakan dimensi yang tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kepuasan hubungan romantis. Pada gambaran mean skor dimensi *psychological well-being*, *self-acceptance* merupakan dimensi dengan mean skor terendah dan peneliti mengaitkan dengan kemungkinan partisipasi yang saat ini berada pada tahap *emerging adulthood*. Individu pada tahap ini mungkin saja belum dapat sepenuhnya menerima serta menjalani peran barunya pada usia dewasa muda. Individu masih berada dalam tahap pencarian identitas diri, belum dapat menerima perubahan hidup, belum menyadari kewajibannya yang baru, merasa tidak yakin apakah ia remaja atau dewasa muda, serta kemungkinan untuk menjalani hidup ke berbagai hal (Arnett, 2000). Hal tersebut dapat menimbulkan rendahnya penerimaan dirinya dan individu sulit untuk menjalani hubungan romantis yang merupakan tugas dewasa muda sehingga pada akhirnya individu tidak mendapatkan kepuasan, baik karena ia tidak menjalani hubungan romantis maupun karena ia gagal memperoleh kepuasan dalam hubungannya karena hal-hal di atas.

Dalam penelitian ini tidak ditemukan adanya perbedaan mean yang signifikan antara kepuasan hubungan romantis dan *psychological well-being* pada partisipasi laki-laki maupun partisipasi perempuan. Pada variabel kepuasan hubungan romantis, hasil tidak signifikan ini sesuai dengan penelitian Simon dan Barrett (2010) yang menemukan bahwa tidak ada perbedaan jenis kelamin dalam kepuasan terhadap hubungan romantis. Sementara itu pada variabel *psychological well-being*, hasil ini tidak sesuai dengan penelitian Ryff (1995) yang menyatakan bahwa perempuan memiliki mean skor dimensi *positive relation with others* dan *personal growth* lebih tinggi dibanding laki-laki, dan tidak ada perbedaan jenis

kelamin pada dimensi lainnya. Hasil tidak signifikan ini mungkin disebabkan karena perbedaan jumlah partisipan antara partisipan laki-laki dan perempuan.

Berdasarkan kaitannya dengan lama pacaran partisipan, tidak ditemukan adanya perbedaan mean skor yang signifikan pada kedua variabel. Hasil ini menandakan bahwa hubungan romantis yang lebih lama belum tentu memberikan kepuasan lebih tinggi. Duvall dan Miller (1985) menyatakan bahwa lama pacaran mempengaruhi kepuasan hubungan romantis namun selain itu faktor usia dan kebutuhan masing-masing pasangan dalam berhubungan juga turut berpengaruh. Jadi mungkin kepuasan hubungan romantis yang tinggi dari partisipan belum tentu disebabkan oleh lama pacarannya melainkan dari faktor lainnya. Namun, hasil ini tidak sesuai dengan penelitian Sacher dan Fine (1996) yang menyatakan bahwa lama suatu hubungan berkaitan dengan komitmen antar pasangan pada hubungan yang dijalannya dan komitmen tersebut berpengaruh pada kepuasan hubungannya. Sementara kaitannya dengan *psychological well-being*, menurut Williams, Sawyer, dan Wahlstrom (2006) semakin lama suatu hubungan romantis dijalani maka pertumbuhan diri individu akan semakin tinggi. Hasil tidak signifikan pada faktor lama pacaran dalam penelitian ini mungkin disebabkan karena perbedaan jumlah partisipan pada tiap rentang lama pacaran partisipan yang tidak seimbang.

Dilihat dari hasil jarak dengan pasangan tidak terdapat perbedaan mean skor yang signifikan pada kedua variabel antara partisipan yang menjalani hubungan jarak jauh dengan yang menjalani hubungan jarak dekat. Pada variabel kepuasan hubungan romantis, hasil ini tidak sesuai dengan penelitian Fanniza (2006) yang menemukan bahwa jarak hubungan dengan pasangan dapat mempengaruhi kepuasan hubungan romantis dan menjalani hubungan jarak jauh menyebabkan komunikasi antar pasangan lebih sulit dan dapat berpengaruh pada hubungan. Sementara pada variabel *psychological well-being*, dekatnya jarak pasangan dengan partisipan mendorong partisipan untuk melakukan hal-hal untuk mengembangkan diri dan peneliti menduga seharusnya terdapat hubungan yang signifikan pada indikator jarak dengan pasangan dan partisipan yang menjalani hubungan jarak dekat memiliki hasil mean skor lebih tinggi. Ketidaksignifikanan

ini mungkin saja disebabkan karena jumlah partisipan tidak seimbang antara yang menjalani hubungan jarak dekat dengan yang menjalani hubungan jarak jauh.

Berdasarkan frekuensi pertemuan partisipan dengan pasangan tidak didapatkan hasil mean skor yang signifikan pada kedua variabel. Hasil ini menunjukkan hal yang berbeda dari penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa bagi beberapa pasangan menghabiskan waktu lebih sering dengan pasangan dapat memunculkan kebahagiaan yang akan berakhir pada kepuasan dalam menjalani hubungan romantisnya tersebut. Hasil yang tidak signifikan ini mungkin disebabkan karena tidak sebangannya jumlah partisipan yang memiliki frekuensi pertemuan jarang, cukup, dan sering.

V. 2. 3. Diskusi Metode Penelitian

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti menyadari masih terdapat kekurangan yang terjadi. Kekurangan yang ada bisa saja menjadi *error* yang berpengaruh pada hasil penelitian. Salah satunya adalah penerjemahan bahasa dalam mengadaptasi alat ukur yang digunakan. Kedua alat ukur merupakan alat ukur dari luar negeri sehingga bahasa yang digunakan aslinya adalah bahasa Inggris. Dalam menerjemahkan item-item pada alat ukur tersebut bisa saja terjadi kesalahan penerjemahan yang menyebabkan perbedaan persepsi subyek dalam mengisi kuesioner tersebut. Kemudian dalam mengadaptasi alat ukur RAS, bentuk pertanyaan diubah ke dalam bentuk pernyataan dan skala *Likert* dengan 5 pilihan jawaban diubah menjadi 6 pilihan jawaban untuk menghindari adanya *central tendency*. Hal ini mungkin mempengaruhi persepsi partisipan mengenai item-item pada alat ukur kemudian berpengaruh pada hasil penelitian ini.

Dalam pengadministrasian alat ukur, peneliti menyebarkan kuesioner ke fakultas-fakultas yang ada di Universitas Indonesia dan juga melalui *online*. Dalam prosesnya tidak semua partisipan diawasi langsung oleh peneliti satu persatu karena teknik yang digunakan memungkinkan peneliti bertemu banyak sampel sekaligus dalam satu waktu. Begitu pula pada kuesioner *online*, peneliti tidak dapat menemani partisipan saat mengisi kuesioner sehingga jika partisipan memiliki pertanyaan terkait dengan kuesioner, partisipan tidak dapat bertanya secara langsung ke peneliti. Kemudian efek lainnya adalah partisipan mengisi

kuesioner di hadapan atau disaksikan orang lain, seperti teman atau pacarnya. Hal tersebut memungkinkan partisipan untuk memberi jawaban yang sekiranya akan dianggap baik oleh orang lain atau memberi jawaban yang berbeda dengan dirinya karena takut dengan pendapat orang lain terutama pendapat pasangannya saat partisipan ingin mengisi hal yang mungkin dapat menyinggung pasangannya.

V. 3. Saran

Saran yang akan diberikan dalam penelitian akan terbagi menjadi saran teoritis dan saran praktis yang diharapkan dapat berguna pada penelitian selanjutnya yang sejenis.

V. 3. 1. Saran Teoritis

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran teoritis yang dapat dipertimbangkan bagi penelitian selanjutnya, yaitu :

1. Memperkaya lagi penelitian mengenai kepuasan hubungan romantis mengingat penelitian mengenai kepuasan hubungan romantis belum banyak dilakukan, terutama penelitian kepuasan hubungan romantis yang dikaitkan dengan *psychological well-being*.
2. Mengembangkan alat ukur kepuasan hubungan romantis yang lebih baik secara metodologis.
3. Sebaiknya menggunakan metode pengambilan data tambahan, seperti wawancara atau metode kualitatif untuk memperoleh gambaran yang lebih dalam mengenai topik penelitian ini. Hal ini dianggap cukup penting mengingat *psychological well-being* dan kepuasan hubungan romantis merupakan konstruk yang butuh pemaknaan mendalam dari partisipan.
4. Mencari jumlah partisipan dengan data kontrol yang seimbang baik dalam aspek usia, jenis kelamin, lama pacaran, serta aspek lain yang dianggap dapat mempengaruhi hasil penelitian.

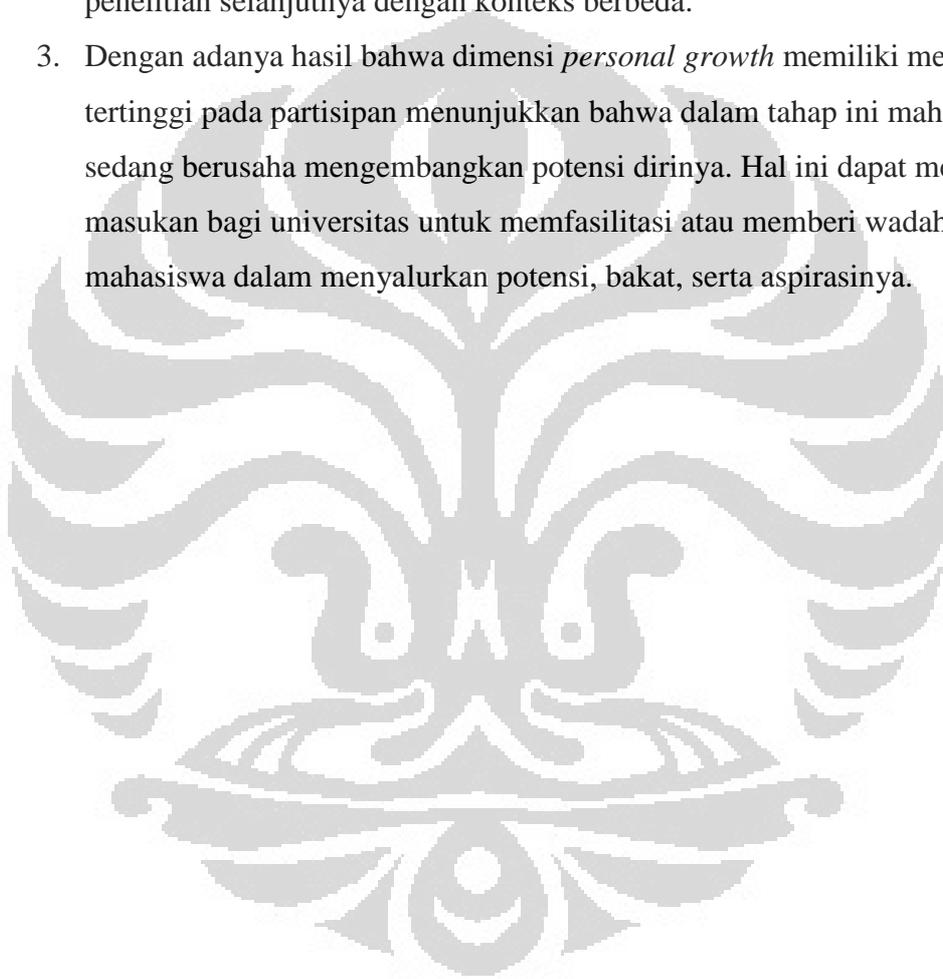
V. 3. 2. Saran Praktis

Selain saran teoritis, peneliti juga mengajukan beberapa saran praktis yang diharapkan dapat diterapkan pada keadaan sehari-hari, yaitu :

1. Dengan adanya hasil hubungan signifikan yang positif antara kepuasan hubungan romantis dan *psychological well-being*, dapat menjadi masukan

untuk mengadakan program atau pelatihan *soft-skill* berkaitan dengan pengembangan kemampuan individu dalam berhubungan dengan orang lain maupun dalam menjalani hubungan romantis, seperti *training* komunikasi efektif, pendidikan pra-pernikahan, dan sebagainya. Program tersebut diharapkan dapat memberikan pengaruh dalam meningkatkan kepuasan hubungan romantis dan *psychological well-being* individu.

2. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk melakukan penelitian selanjutnya dengan konteks berbeda.
3. Dengan adanya hasil bahwa dimensi *personal growth* memiliki mean skor tertinggi pada partisipan menunjukkan bahwa dalam tahap ini mahasiswa sedang berusaha mengembangkan potensi dirinya. Hal ini dapat menjadi masukan bagi universitas untuk memfasilitasi atau memberi wadah mahasiswa dalam menyalurkan potensi, bakat, serta aspirasinya.



DAFTAR PUSTAKA

- Abbott, R. A., et al. (2009). An evaluation of the precision of measurement of Ryff's psychological well being in a population sample. University of Cambridge: UK. Published at Springerlink.com.
- Aiken, L.R., & Groth-Marnat, G. (2006). *Psychological testing and assessment, 12th edition*. USA: Pearson Education Group, Inc.
- Anastasi, A., & Urbina, S. (1997). *Psychological Testing (7th ed.)*. New Jersey: Prentice Hall.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469-480.
- Barber, B., & Eccles, J. (2003). The joy of romance: Healthy adolescent relationships as an educational agenda. In P. Florsheim (Ed.), *Adolescent romantic relations and sexual behavior: theory, research, and practical implications*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2000). *Social Psychology (9th ed.)*. Boston : Allyn and Bacon.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117 (3), 497-529.
- Bird, G., & Melville, K. (1994). *Families and Intimate Relationships*. US: McGraw-Hill. Inc.
- Davies, P. T., & Windle, M. (2000). Middle adolescents' dating pathways and psychosocial adjustment. *Merrill-Palmer Quarterly*, 46 (1), 90-118.
- Desvita, Y. (2012). *Hubungan Antara Peer Acceptance Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Indonesia*. Depok: Skripsi Sarjana Psikologi Universitas Indonesia.
- Duvall, E. M., & Miller, P. C. (1985). *Marriage and Family Development (6th ed.)*. New York: Harper and Row.
- Fan, C. S., & Lui, H.K. (2004). Extramarital affairs, depresi, and divorce; evidence from Hongkong. *Contemporary Economics Policy*, 22 (4), 442 – 452.

- Fanniza, A. J. (2006). *Gambaran Kepuasan Hubungan dan Kualitas Komunikasi Pada Pasangan yang Menjalani Hubungan Romantis Jarak Jauh*. Depok : Skripsi Sarjana Psikologi Universitas Indonesia.
- Furman, W. (2002). The emerging field of adolescent romantic relationships. *Current Directions in Psychological Science*, 11(5), 177-180.
- Ginanjari, A. S. (2011). *Sebelum Janji Terucap*. Jakarta: Gramedia.
- Gravetter, F. J., & Forzano, L. B. (2009). *Research Methods for the Behavioral Sciences 3rd edition*. Canada : Wadsworth Cengage Learning.
- Guilford, J. P., & Fruchter, B. (1981). *Fundamentals Statistics in Psychology and Education (6th ed.)*. Singapore: McGraw-Hill.
- Haugen, P. T., Welsh, D. P., & McNulty J. K. (2008). Empathic accuracy and adolescent romantic relationships. *Journal of Adolescence*, 31, 709-727.
- Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 50, 93-98.
- Hendrick, S. S., Hendrick, C., & Adler, N. L. (1989). Romantic relationship: Love, Satisfaction, and staying together. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54 (6), 980-988.
- Kumar, R. (2005). *Research Methodology: A step-by-step guide for beginners 2nd ed.* London: SAGE Publications.
- La Greca, A. M., & Harrison, H. M. (2005). Adolescent peer relations, friendships, and romantic relationships: Do they predict social anxiety and depression?. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 34 (1). 49-61
- Myers, D. G. (1996). *Social Psychology (5th edition)*. New York: McGraw-Hill Companies, Inc.
- National Health Ministries. (2006). *Stress & The College Student*. USA.
- Papalia, D.E., Olds, S.W. & Feldman, R.D. (2008). *Human Development 11th Ed.* New York: McGraw-Hill.
- Prager, K. J. (1995). *The Psychology of Intimacy*. New York: The Guilford Press.
- Regan, P. (2003). *The Mating Game : A Primer on Love, Sex, and Marriage*. USA: Sage Publications, Inc.

- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 57, No. 6, 1069-1081.
- . (1989). Beyond ponce de lion and life satisfaction: New directions in quest of successful ageing. *International Journal of Behavioral Development*, Vol. 12, No. 1, 35-55.
- . (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, Vol. 4, No. 4, 99-104.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 69, No. 4, 719-727.
- Ryff, C. D., Keyes, C. L. M., & Shmotkin, D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 82, No. 6, 1007-1022.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well being. *Journal of Happiness Studies*, Vol. 9, 13-39.
- Sacher, J. A., & Fine, M. A. (1996). Predicting relationship status and satisfaction after six months among dating couples. *Journal of Marriage and The Family*, Vol 58, 21-32.
- Sarwono, S. W. (1978). *Perbedaan Antara Pemimpin dan Aktivis dalam Gerakan Protes Mahasiswa. Suatu Studi Psikologi Sosial*. Disertasi. Pasca Sarjana: Universitas Indonesia, Jakarta
- Sarwono, S. W (2000). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Simon, R. W., & Barrett, A. E. (2010). Nonmarital romantic relationships and mental health in early adulthood: Does the association differ for women and men?. *Journal of Health and Social Behavior*, Vol. 51, No. 2, 168-182.
- Simpson, J. A. (1987). The dissolution of romantic relationships: Factors involved in relationship stability and emotional distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53 (4), 683-692.

Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2006). *Social Psychology 12th ed.*
New Jersey: Pearson Education Group, Inc.

Turner, J. S., & Helms. D. B. (1995). *Lifespan Development 2nd edition.* Orlando:
Harcourt Brace College Publishers.

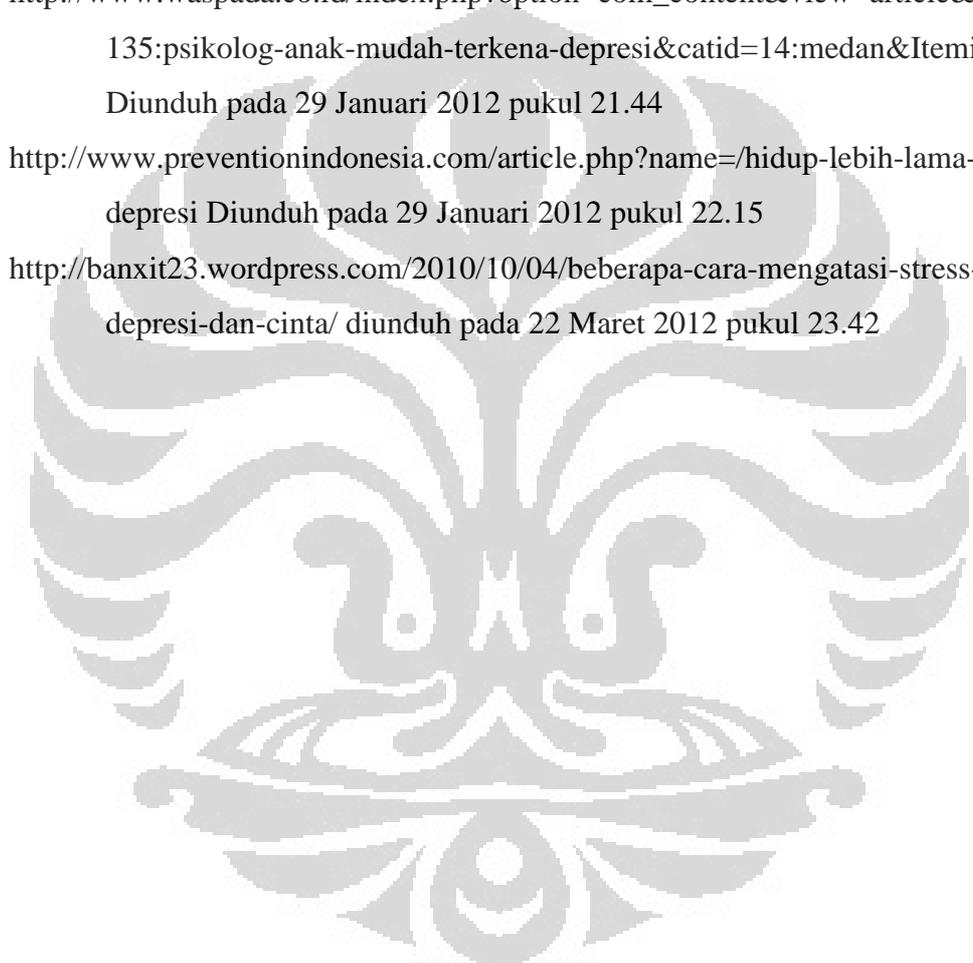
Williams, B. K., Sawyer, S. C., & Wahlstrom, C. M. (2006). *Marriages, Families,
& Intimate Relationships: A Practical Introduction.* Boston: Pearson
Education, Inc.

[http://www.waspada.co.id/index.php?option=com_content&view=article&id=150135:psikolog-anak-mudah-terkena-depresi&catid=14:medan&Itemid=27.](http://www.waspada.co.id/index.php?option=com_content&view=article&id=150135:psikolog-anak-mudah-terkena-depresi&catid=14:medan&Itemid=27)

Diunduh pada 29 Januari 2012 pukul 21.44

<http://www.preventionindonesia.com/article.php?name=/hidup-lebih-lama-tanpa-depresi> Diunduh pada 29 Januari 2012 pukul 22.15

<http://banxit23.wordpress.com/2010/10/04/beberapa-cara-mengatasi-stress-depresi-dan-cinta/> diunduh pada 22 Maret 2012 pukul 23.42



LAMPIRAN

LAMPIRAN Hasil Uji Coba Alat Ukur *Psychological Well-Being* dan Kepuasan Hubungan Romantis

A.1 Uji Coba Reliabilitas Alat Ukur *Psychological Well-Being*

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
,704	18

A.2 Uji Coba Validitas Alat Ukur *Psychological Well-Being*

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
I1	77,36	55,180	,036	.	,716
I2	75,87	49,995	,408	.	,680
I3	75,06	53,448	,196	.	,700
I4	75,90	48,387	,437	.	,675
I5	75,11	49,564	,384	.	,681
I6	76,20	51,296	,222	.	,700
I7	75,88	51,001	,347	.	,686
I8	76,58	51,087	,251	.	,696
I9	74,64	51,877	,492	.	,682
I10	75,65	53,820	,182	.	,701
I11	74,93	52,312	,338	.	,689
I12	75,42	48,562	,578	.	,665
I13	75,48	56,714	-,066	.	,724
I14	75,82	50,512	,384	.	,683
I15	75,21	50,490	,364	.	,684
I16	75,37	47,538	,334	.	,688
I17	76,33	55,796	-,013	.	,722
I18	75,83	48,522	,453	.	,673
Total	80,15	56,694	1000	.	,704

B.1 Uji Coba Reliabilitas Alat Ukur *Relationship Assessment Scale*

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
,746	7

B.2 Uji Coba Validitas Alat Ukur *Relationship Assessment Scale*

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item1	59.75	70.304	.531	.734
Item2	59.94	67.054	.728	.714
Item3	60.30	69.638	.481	.734
Item4	59.64	69.081	.613	.726
Item5	60.28	67.822	.649	.720
Item6	59.43	71.404	.488	.739
Item7	60.81	66.079	.485	.726
Total	32.32	19.761	1.000	.746

LAMPIRAN Hasil *Field*

C.1 Korelasi Kepuasan Hubungan Romantis dan *Psychological Well-Being*

Correlations

		TOTALPWB	TOTALRAS
TOTALPWB	Pearson Correlation	1	.396(**)
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	161	161
TOTALRAS	Pearson Correlation	.396(**)	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	161	161

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

C.2. Korelasi Kepuasan Hubungan Romantis dengan dimensi-dimensi

Psychological Well-Being

Correlations

		TOTALRAS	SelfAcceptance
TOTALRAS	Pearson Correlation	1	.101
	Sig. (2-tailed)		.201
	N	161	161
SelfAcceptance	Pearson Correlation	.101	1
	Sig. (2-tailed)	.201	
	N	161	161

Correlations

		TOTALRAS	Positive Relations
TOTALRAS	Pearson Correlation	1	.333**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	161	161
PositiveRelations	Pearson Correlation	.333**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	161	161

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		TOTALRAS	Autonomy
TOTALRAS	Pearson Correlation	1	.185*
	Sig. (2-tailed)		.019
	N	161	161
Autonomy	Pearson Correlation	.185*	1
	Sig. (2-tailed)	.019	
	N	161	161

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		TOTALRAS	Environmental
TOTALRAS	Pearson Correlation	1	.310**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	161	161
Environmental	Pearson Correlation	.310**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	161	161

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		TOTALRAS	PurposeinLive
TOTALRAS	Pearson Correlation	1	.258**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	161	161
PurposeinLive	Pearson Correlation	.258**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	161	161

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		TOTALRAS	Personal Growth
TOTALRAS	Pearson Correlation	1	.264**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	161	161
PersonalGrowth	Pearson Correlation	.264**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	161	161

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

C.3. Sumbangan Dimensi *Psychological Well-Being* terhadap Kepuasan Hubungan Romantis

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
TOTALRAS	32.67	4.223	161
SelfAcceptance	11.86	2.362	161
PositiveRelations	13.86	2.205	161
Autonomy	12.18	2.210	161
Environmental	12.42	2.333	161
PurposeinLive	14.14	1.795	161
PersonalGrowth	15.59	1.835	161

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.434(a)	.188	.156	3.879	.188	5.941	6	154	.000

a Predictors: (Constant), PersonalGrowth, SelfAcceptance, Autonomy, PurposeinLive, PositiveRelations, Environmental

ANOVA(b)

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	536.376	6	89.396	5.941	.000(a)
	Residual	2317.177	154	15.047		
	Total	2853.553	160			

a Predictors: (Constant), PersonalGrowth, SelfAcceptance, Autonomy, PurposeinLive, PositiveRelations, Environmental

b Dependent Variable: TOTALRAS

Coefficients(a)

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	14.419	3.566		4.043	.000
	SelfAcceptance	-.051	.140	-.028	-.363	.717
	PositiveRelations	.398	.160	.208	2.481	.014
	Autonomy	.093	.151	.049	.613	.541
	Environmental	.265	.160	.147	1.653	.100
	PurposeinLive	.315	.184	.134	1.708	.090
	PersonalGrowth	.287	.181	.125	1.583	.116

a. Dependent Variable: TOTALRAS

D.1 Gambaran Umum *Psychological Well-Being* Partisipan

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
TOTALPWB	161	50	96	80.05	7.712
Valid N (listwise)	161				

D.2 Hasil Perhitungan Norma *Psychological Well-Being*

Statistics

N	Valid	161
	Missing	0
Mean		80.05
Std. Deviation		7.712
Percentiles	50	81.00

Persebaran Skor PWB

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	50	1	.6	.6	.6
	59	1	.6	.6	1.2
	62	2	1.2	1.2	2.5
	64	1	.6	.6	3.1
	65	2	1.2	1.2	4.3
	67	2	1.2	1.2	5.6
	68	1	.6	.6	6.2
	69	1	.6	.6	6.8
	70	8	5.0	5.0	11.8
	71	6	3.7	3.7	15.5
	72	2	1.2	1.2	16.8
	73	5	3.1	3.1	19.9
	75	5	3.1	3.1	23.0

76	11	6.8	6.8	29.8
77	9	5.6	5.6	35.4
78	7	4.3	4.3	39.8
79	7	4.3	4.3	44.1
80	7	4.3	4.3	48.4
81	14	8.7	8.7	57.1
82	6	3.7	3.7	60.9
83	10	6.2	6.2	67.1
84	3	1.9	1.9	68.9
85	3	1.9	1.9	70.8
86	11	6.8	6.8	77.6
87	10	6.2	6.2	83.9
88	5	3.1	3.1	87.0
89	8	5.0	5.0	91.9
90	3	1.9	1.9	93.8
91	2	1.2	1.2	95.0
92	1	.6	.6	95.7
93	3	1.9	1.9	97.5
94	3	1.9	1.9	99.4
96	1	.6	.6	100.0
Total	161	100.0	100.0	

D.3 Gambaran Umum *Psychological Well-Being* Partisipan Perdimensi

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
SelfAcceptance	161	5	18	11.86	2.362
PositiveRelations	161	6	18	13.86	2.205
Autonomy	161	4	17	12.18	2.210
Environmental	161	3	18	12.42	2.333
PurposeinLive	161	8	18	14.14	1.795
PersonalGrowth	161	8	18	15.59	1.835
Valid N (listwise)	161				

E.1 Gambaran Umum Kepuasan Hubungan Romantis Partisipan

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
TOTALRAS	161	19	42	32.67	4.223
Valid N (listwise)	161				

E.2 Hasil Perhitungan Norma Kepuasan Hubungan Romantis

Statistics

N	Valid	161
	Missing	0
Mean		32.67
Std. Deviation		4.223
Percentiles	50	33.00

Persebaran Skor Kepuasan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 19	1	.6	.6	.6
20	1	.6	.6	1.2
21	1	.6	.6	1.9
23	2	1.2	1.2	3.1
25	2	1.2	1.2	4.3
26	6	3.7	3.7	8.1
27	4	2.5	2.5	10.6
28	6	3.7	3.7	14.3
29	14	8.7	8.7	23.0
30	5	3.1	3.1	26.1
31	16	9.9	9.9	36.0
32	13	8.1	8.1	44.1
33	19	11.8	11.8	55.9
34	18	11.2	11.2	67.1
35	14	8.7	8.7	75.8
36	13	8.1	8.1	83.9
37	8	5.0	5.0	88.8
38	4	2.5	2.5	91.3
39	4	2.5	2.5	93.8
40	8	5.0	5.0	98.8
41	1	.6	.6	99.4
42	1	.6	.6	100.0
Total	161	100.0	100.0	

E.3 Gambaran Umum Kepuasan Hubungan Romantis Partisipan

Perkomponen

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
cinta	161	5	12	10.06	1.426
masalah	161	1	6	3.82	1.254
harapan	161	7	18	13.96	2.118
Valid N (listwise)	161				

LAMPIRAN Hasil *Field* Tambahan

F.1 Skor Mean Jenis Kelamin dengan *Psychological Well-Being*

Group Statistics

JenisKelamin		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
TOTALPWB	P	97	79.79	7.579	.769
	L	64	80.44	7.954	.994
SelfAcceptance	P	97	11.67	2.370	.241
	L	64	12.16	2.338	.292
PositiveRelations	P	97	13.91	2.185	.222
	L	64	13.78	2.250	.281
Autonomy	P	97	12.08	2.276	.231
	L	64	12.33	2.116	.265
Environmental	P	97	12.35	2.424	.246
	L	64	12.52	2.204	.275
PurposeinLive	P	97	14.29	1.826	.185
	L	64	13.92	1.739	.217
PersonalGrowth	P	97	15.49	1.721	.175
	L	64	15.73	2.002	.250

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
TOTALPWB	Equal variances assumed	.344	.558	-.517	159	.606	-.644	1.245	3.102	1.815
	Equal variances not assumed			-.512	130.379	.610	-.644	1.257	3.131	1.844
SelfAcceptan	Equal variances assumed	.059	.809	1.280	159	.202	-.486	.380	1.236	.264
	Equal variances not assumed			1.284	136.287	.201	-.486	.379	1.235	.263
PositiveRelatio	Equal variances assumed	.001	.974	.354	159	.724	.126	.356	-.577	.829
	Equal variances not assumed			.352	132.185	.726	.126	.358	-.583	.835
Autonomy	Equal variances assumed	.504	.479	-.689	159	.492	-.246	.357	-.950	.459

Environmental	Equal variances not assumed			-.699	141.704	.485	-.246	.351	-.940	.449
	Equal variances assumed	.227	.634	-.438	159	.662	-.165	.377	-.909	.579
PurposeinLive	Equal variances not assumed			-.447	143.651	.656	-.165	.369	-.895	.565
	Equal variances assumed	.861	.355	1.271	159	.206	.367	.289	-.203	.937
PersonalGrowth	Equal variances not assumed			1.284	139.493	.201	.367	.286	-.198	.932
	Equal variances assumed	1.695	.195	-.810	159	.419	-.240	.296	-.824	.345
	Equal variances not assumed			-.785	120.586	.434	-.240	.305	-.844	.365

F.2 Skor Mean Jarak Pasangan dengan *Psychological Well-Being*

Group Statistics

Jarak		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
SelfAcceptance	Jauh	42	11.50	2.491	.384
	Dekat	119	11.99	2.312	.212
PositiveRelations	Jauh	42	13.48	2.625	.405
	Dekat	119	13.99	2.032	.186
Autonomy	Jauh	42	12.24	2.516	.388
	Dekat	119	12.16	2.103	.193
Environmental	Jauh	42	11.93	2.744	.423
	Dekat	119	12.59	2.157	.198
PurposeinLive	Jauh	42	13.64	2.093	.323
	Dekat	119	14.32	1.652	.151
PersonalGrowth	Jauh	42	15.67	1.748	.270
	Dekat	119	15.56	1.871	.172
TOTALPWB	Jauh	42	78.45	9.013	1.391
	Dekat	119	80.61	7.155	.656

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper

SelfAcceptance	Equal variances assumed	.497	.482	-1.161	159	.248	-.492	.424	-1.328	.345
	Equal variances not assumed			-1.120	67.552	.267	-.492	.439	-1.368	.385
PositiveRelations	Equal variances assumed	4.817	.030	-1.305	159	.194	-.515	.395	-1.295	.264
	Equal variances not assumed			-1.156	59.249	.252	-.515	.446	-1.407	.377
Autonomy	Equal variances assumed	1.796	.182	.197	159	.844	.078	.398	-.707	.864
	Equal variances not assumed			.181	62.392	.857	.078	.434	-.788	.945
Environmental	Equal variances assumed	.969	.326	-1.583	159	.116	-.660	.417	-1.483	.164
	Equal variances not assumed			-1.412	59.833	.163	-.660	.467	-1.595	.275
PurposeinLive	Equal variances assumed	7.650	.006	-2.122	159	.035	-.676	.319	-1.306	-.047
	Equal variances not assumed			-1.896	59.990	.063	-.676	.357	-1.390	.037
PersonalGrowth	Equal variances assumed	.068	.795	.314	159	.754	.104	.330	-.549	.756
	Equal variances not assumed			.324	76.515	.747	.104	.320	-.533	.740
TOTALPWB	Equal variances assumed	1.634	.203	-1.568	159	.119	-2.161	1.378	-4.882	.560
	Equal variances not assumed			-1.405	60.231	.165	-2.161	1.538	-5.236	.914

F.3 Skor Mean Frkuensi Pertemuan dengan *Psychological Well-Being*

Descriptives

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Min	Max
						Lower Bound	Upper Bound		
TOTALPWB	jarang	26	79.12	8.728	1.712	75.59	82.64	50	93
	cukup	64	79.30	6.687	.836	77.63	80.97	62	94
	sering	71	81.07	8.160	.968	79.14	83.00	59	96
	Total	161	80.05	7.712	.608	78.85	81.25	50	96
SelfAcceptance	jarang	26	11.81	1.980	.388	11.01	12.61	7	16
	cukup	64	11.52	2.254	.282	10.95	12.08	6	18
	sering	71	12.20	2.561	.304	11.59	12.80	5	18
	Total	161	11.86	2.362	.186	11.50	12.23	5	18

PositiveRelations	jarang	26	13.46	2.803	.550	12.33	14.59	6	18
	cukup	64	13.73	1.986	.248	13.24	14.23	10	18
	sering	71	14.11	2.148	.255	13.60	14.62	8	17
	Total	161	13.86	2.205	.174	13.51	14.20	6	18
Autonomy	jarang	26	12.31	2.867	.562	11.15	13.47	4	17
	cukup	64	12.11	1.895	.237	11.64	12.58	8	16
	sering	71	12.20	2.234	.265	11.67	12.73	6	17
	Total	161	12.18	2.210	.174	11.84	12.52	4	17
Environmental	jarang	26	11.96	2.553	.501	10.93	12.99	3	15
	cukup	64	12.30	2.209	.276	11.75	12.85	5	17
	sering	71	12.69	2.358	.280	12.13	13.25	6	18
	Total	161	12.42	2.333	.184	12.05	12.78	3	18
PurposeinLive	jarang	26	13.77	1.966	.386	12.98	14.56	10	17
	cukup	64	14.14	1.754	.219	13.70	14.58	9	17
	sering	71	14.28	1.774	.211	13.86	14.70	8	18
	Total	161	14.14	1.795	.141	13.86	14.42	8	18
PersonalGrowth	jarang	26	15.81	1.575	.309	15.17	16.44	12	18
	cukup	64	15.50	1.911	.239	15.02	15.98	8	18
	sering	71	15.59	1.871	.222	15.15	16.03	8	18
	Total	161	15.59	1.835	.145	15.30	15.88	8	18

ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
TOTALPWB	Between Groups	132.941	2	66.471	1.119	.329
	Within Groups	9382.661	158	59.384		
	Total	9515.602	160			
SelfAcceptance	Between Groups	15.732	2	7.866	1.417	.246
	Within Groups	877.262	158	5.552		
	Total	892.994	160			
PositiveRelations	Between Groups	9.670	2	4.835	.995	.372
	Within Groups	768.045	158	4.861		
	Total	777.714	160			
Autonomy	Between Groups	.764	2	.382	.077	.926
	Within Groups	781.012	158	4.943		
	Total	781.776	160			
Environmental	Between Groups	11.614	2	5.807	1.067	.346
	Within Groups	859.504	158	5.440		
	Total	871.118	160			
PurposeinLive	Between Groups	4.998	2	2.499	.773	.463
	Within Groups	510.716	158	3.232		
	Total	515.714	160			
PersonalGrowth	Between Groups	1.751	2	.875	.257	.773
	Within Groups	537.193	158	3.400		
	Total	538.944	160			

F.4 Skor Mean Lama Pacaran dengan *Psychological Well-Being*

Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum	
					Lower Bound	Upper Bound			
TOTALPWB	6 - 12 bulan	50	80.84	8.140	1.151	78.53	83.15	59	96
	13 - 18 bulan	15	80.67	6.499	1.678	77.07	84.27	65	90
	19 - 24 bulan	27	81.11	5.925	1.140	78.77	83.45	67	94
	25 - 30 bulan	18	76.50	7.229	1.704	72.90	80.10	67	93
	31 - 36 bulan	20	77.65	8.280	1.851	73.77	81.53	62	93
	> 36 bulan	31	81.16	8.419	1.512	78.07	84.25	50	94
	Total	161	80.05	7.712	.608	78.85	81.25	50	96
SelfAcceptanc	6 - 12 bulan	50	12.14	2.330	.330	11.48	12.80	6	18
	13 - 18 bulan	15	11.33	1.589	.410	10.45	12.21	9	15
	19 - 24 bulan	27	12.33	2.038	.392	11.53	13.14	8	17
	25 - 30 bulan	18	11.28	2.562	.604	10.00	12.55	7	16
	31 - 36 bulan	20	11.25	2.573	.575	10.05	12.45	5	15
	> 36 bulan	31	12.00	2.696	.484	11.01	12.99	7	18
	Total	161	11.86	2.362	.186	11.50	12.23	5	18
PositiveRelat	6 - 12 bulan	50	13.98	2.035	.288	13.40	14.56	8	18
	13 - 18 bulan	15	14.07	2.712	.700	12.57	15.57	8	17
	19 - 24 bulan	27	13.74	2.194	.422	12.87	14.61	6	17
	25 - 30 bulan	18	13.44	1.854	.437	12.52	14.37	10	16
	31 - 36 bulan	20	13.25	2.403	.537	12.13	14.37	8	17
	> 36 bulan	31	14.29	2.312	.415	13.44	15.14	9	18
	Total	161	13.86	2.205	.174	13.51	14.20	6	18
Autonomy	6 - 12 bulan	50	12.04	2.060	.291	11.45	12.63	7	15
	13 - 18 bulan	15	12.20	2.541	.656	10.79	13.61	6	17
	19 - 24 bulan	27	12.26	2.011	.387	11.46	13.05	8	16
	25 - 30 bulan	18	11.72	2.024	.477	10.72	12.73	8	15
	31 - 36 bulan	20	12.15	1.927	.431	11.25	13.05	9	17
	> 36 bulan	31	12.61	2.753	.494	11.60	13.62	4	16
	Total	161	12.18	2.210	.174	11.84	12.52	4	17
Environmental	6 - 12 bulan	50	12.64	2.117	.299	12.04	13.24	5	17
	13 - 18 bulan	15	12.93	1.981	.511	11.84	14.03	9	15
	19 - 24 bulan	27	12.59	2.099	.404	11.76	13.42	8	18
	25 - 30 bulan	18	11.28	2.052	.484	10.26	12.30	8	15
	31 - 36 bulan	20	12.60	2.836	.634	11.27	13.93	6	17
	> 36 bulan	31	12.19	2.738	.492	11.19	13.20	3	17
	Total	161	12.42	2.333	.184	12.05	12.78	3	18
PurposeinLive	6 - 12 bulan	50	14.36	1.987	.281	13.80	14.92	8	18
	13 - 18 bulan	15	14.67	1.589	.410	13.79	15.55	12	18
	19 - 24 bulan	27	14.07	1.615	.311	13.44	14.71	10	16

	25 - 30 bulan	18	13.50	1.724	.406	12.64	14.36	11	16
	31 - 36 bulan	20	14.00	1.747	.391	13.18	14.82	11	17
	> 36 bulan	31	14.06	1.788	.321	13.41	14.72	9	17
	Total	161	14.14	1.795	.141	13.86	14.42	8	18
PersonalGrow	6 - 12 bulan	50	15.68	2.045	.289	15.10	16.26	8	18
	13 - 18 bulan	15	15.47	1.246	.322	14.78	16.16	13	17
	19 - 24 bulan	27	16.11	1.717	.330	15.43	16.79	11	18
	25 - 30 bulan	18	15.28	1.674	.394	14.45	16.11	12	18
	31 - 36 bulan	20	14.40	2.113	.472	13.41	15.39	8	18
	> 36 bulan	31	16.00	1.414	.254	15.48	16.52	13	18
	Total	161	15.59	1.835	.145	15.30	15.88	8	18

ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
TOTALPWB	Between Groups	447.639	5	89.528	1.530	.183
	Within Groups	9067.964	155	58.503		
	Total	9515.602	160			
SelfAcceptance	Between Groups	28.279	5	5.656	1.014	.412
	Within Groups	864.714	155	5.579		
	Total	892.994	160			
PositiveRelations	Between Groups	18.034	5	3.607	.736	.598
	Within Groups	759.680	155	4.901		
	Total	777.714	160			
Autonomy	Between Groups	10.755	5	2.151	.432	.825
	Within Groups	771.021	155	4.974		
	Total	781.776	160			
Environmental	Between Groups	32.896	5	6.579	1.217	.304
	Within Groups	838.222	155	5.408		
	Total	871.118	160			
PurposeinLive	Between Groups	14.638	5	2.928	.906	.479
	Within Groups	501.076	155	3.233		
	Total	515.714	160			
PersonalGrowth	Between Groups	43.253	5	8.651	2.705	.023
	Within Groups	495.691	155	3.198		
	Total	538.944	160			

G.1 Skor Mean Jenis Kelamin dengan Kepuasan Hubungan Romantis

Group Statistics

JenisKelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
TOTALRAS L	64	33.20	3.937	.492
P	97	32.32	4.386	.445

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means								
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
TOTALRAS	Equal variances assumed	.277	.599	1.302	159	.195	.884	.679	-.457	2.224
	Equal variances not assumed			1.331	144.747	.185	.884	.664	-.428	2.195

G.2 Skor Mean Jarak Pasangan dengan Kepuasan Hubungan Romantis

Group Statistics

Jarak	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
TOTALRAS Jauh	42	32.83	4.788	.739
Dekat	119	32.61	4.026	.369

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means								
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
TOTALRAS	Equal variances assumed	.547	.461	.289	159	.773	.220	.760	-1.281	1.721
	Equal variances not assumed			.266	62.657	.791	.220	.826	-1.431	1.870

G.3 Skor Mean Frekuensi Pertemuan Kepuasan Hubungan Romantis

Descriptives

TOTALRAS

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
jarang	26	32.46	5.420	1.063	30.27	34.65	19	40
cukup	64	32.23	3.862	.483	31.27	33.20	23	41
sering	71	33.14	4.054	.481	32.18	34.10	21	42
Total	161	32.67	4.223	.333	32.01	33.33	19	42

ANOVA

TOTALRAS

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	29.015	2	14.508	.812	.446
Within Groups	2824.537	158	17.877		
Total	2853.553	160			

G.4 Skor Mean Lama Pacaran dengan Kepuasan Hubungan Romantis

Descriptives

TOTALRAS

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
6 - 12 bulan	50	33.30	3.688	.522	32.25	34.35	25	41
13 - 18 bulan	15	32.67	5.024	1.297	29.88	35.45	20	40
19 - 24 bulan	27	31.48	4.117	.792	29.85	33.11	19	38
25 - 30 bulan	18	33.06	3.780	.891	31.18	34.94	27	40
31 - 36 bulan	20	31.05	5.196	1.162	28.62	33.48	21	42
> 36 bulan	31	33.52	4.090	.735	32.02	35.02	23	40
Total	161	32.67	4.223	.333	32.01	33.33	19	42

ANOVA

TOTALRAS

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.

Between Groups	135.342	5	27.068	1.544	.179
Within Groups	2718.210	155	17.537		
Total	2853.553	160			

LAMPIRAN KUESIONER PENELITIAN

Saya adalah mahasiswa Fakultas Psikologi UI yang sedang melakukan penelitian tentang kesejahteraan. Oleh karena itu, saya memohon kesediaan Saudara / i untuk menjadi responden dalam penelitian ini dengan menjawab pernyataan-pernyataan dalam kuesioner ini.

Dalam kuesioner ini tidak ada jawaban yang salah. **Jawaban yang paling tepat adalah jawaban yang paling menggambarkan diri Anda**, sehingga saya mengharapkan Saudara / i dapat menjawab dengan sungguh-sungguh sesuai dengan apa yang Saudara / i rasakan atau alami.

Jawaban-jawaban yang Saudara / i berikan sangatlah penting untuk keberhasilan penelitian ini dan akan diperlakukan hanya untuk kepentingan penelitian. **Data-data penelitian akan dijamin kerahasiaannya**. Diharapkan Saudara / i menjawab pertanyaan tersebut dengan teliti.

Saya ucapkan terima kasih atas kesediaan Saudara / i menjadi responden penelitian ini.

Hormat peneliti,

(Fitria Mala Ursila)

DATA RESPONDEN:

Nama Inisial :
 Nomor yang dapat dihubungi :
 Usia :
 Jenis Kelamin* : Perempuan Laki-laki
 Agama :
 Fakultas/Jurusan :
 Universitas :
 Semester :
 Apakah Anda sedang menjalin hubungan romantis / berpacaran?*

Tidak
 Ya (Lanjut pertanyaan di bawah)

Lama berpacaran dengan pasangan saat ini :
 Menurut Anda,
 Jarak dengan pasangan* : Jauh Dekat
 Frekuensi pertemuan* : Sering Cukup Jarang
 Keterangan :kali/ minggu

*pilih salah satu

Petunjuk Pengisian

Di bawah ini, terdapat sejumlah pernyataan yang menggambarkan diri Saudara / i. Saudara / i diminta memberikan tanda silang (**X**) dalam pilihan jawaban yang paling menggambarkan keadaan diri Saudara / i.

Keterangan :

STS	: Sangat Tidak Sesuai
TS	: Tidak Sesuai
ATS	: Agak Tidak Sesuai
AS	: Agak Sesuai
S	: Sesuai
SS	: Sangat Sesuai

Contoh Pengerjaan :

No	Pernyataan	STS	TS	ATS	AS	S	SS
1	Saya suka melakukan kegiatan sosial						X

Artinya Saudara / i benar-benar suka melakukan kegiatan sosial

Cara Mengoreksi :

No	Pernyataan	STS	TS	ATS	AS	S	SS
1	Saya suka melakukan kegiatan sosial		X				X

Artinya Saudara / i tidak suka melakukan kegiatan sosial

Selamat mengerjakan.

Bagian I

No	Pernyataan	STS	TS	ATS	AS	S	SS
1	Saya cenderung terpengaruh oleh pendapat orang lain yang lebih meyakinkan.						
2	Secara umum, saya merasa saya menguasai situasi di lingkungan hidup saya.						
3	Menurut saya, penting memiliki pengalaman baru yang menantang pandangan saya tentang diri sendiri dan dunia selama ini.						
4	Selama ini saya merasa kesulitan dalam membina hubungan dekat dengan orang lain.						
5	Saya hidup untuk saat ini dan tidak memikirkan masa depan.						
6	Saya puas dengan apa yang telah terjadi dalam hidup saya.						
7	Saya memiliki kepercayaan diri dalam berpendapat meskipun berbeda dengan pendapat umum.						
8	Tuntutan hidup sehari-hari sering membuat saya tertekan.						
9	Bagi saya, hidup merupakan proses yang berkelanjutan untuk belajar, berubah, dan berkembang.						
10	Saya dianggap sebagai pribadi murah hati yang bersedia berbagi waktu dengan orang lain.						
11	Saya memiliki tujuan hidup.						
12	Saya menyukai sebagian besar aspek diri saya.						
13	Saya menilai diri berdasarkan dengan apa yang saya anggap penting, bukan berdasarkan nilai yang dianggap penting oleh orang lain.						
14	Saya dapat mengatur berbagai tanggung jawab sehari-hari dengan baik.						

15	Sedari dulu saya sudah menyerah dan tidak mencoba lagi untuk membuat perbaikan atau perubahan besar dalam hidup saya.						
16	Saya jarang memiliki hubungan yang hangat dan dilandasi rasa saling percaya dengan orang lain.						
17	Terkadang saya merasa sudah melaksanakan apa yang perlu dilakukan dalam hidup.						
18	Dalam banyak hal, saya merasa kecewa dengan apa yang telah saya capai dalam hidup.						

Bagian II

Berikut ini adalah pernyataan-pernyataan yang berkaitan dengan kepuasan hubungan romantis yang sedang anda jalani bersama pasangan. Berilah tanda tanda silang (X) pada kolom yang disediakan sesuai dengan keadaan hubungan anda saat ini.

No	Pernyataan	STS	TS	ATS	AS	S	SS
1	Saya merasa pasangan saya sesuai dengan kriteria yang saya inginkan.						
2	Secara umum, saya merasa puas dengan hubungan romantis yang saya jalani.						
3	Saya menjalani hubungan romantis yang lebih baik dibandingkan hubungan romantis orang lain.						
4	Saya sering menyesal telah terlibat dalam hubungan romantis yang saya jalani saat ini.						
5	Hubungan romantis yang saya jalani berjalan sesuai dengan apa yang saya harapkan.						
6	Saya sangat mencintai pasangan saya.						
7	Saya memiliki banyak masalah di dalam hubungan romantis yang saya jalani.						

Pastikan seluruh pernyataan telah Anda jawab!

TERIMA KASIH