PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN RESILIENSI TERHADAP *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA REMAJA AKHIR PASCA PUTUS CINTA DI KARAWANG

NON-SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi

Diajukan oleh:

Nama : Windi Dwi Astuti
NIM : 22416273201039

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BUANA PERJUANGAN KARAWANG

2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Windi Dwi Astuti
NIM : 22416273201039
Fakultas : Psikologi
Judul Tugas akhir :

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN RESILIENSI TERHADAP *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA REMAJA AKHIR PASCA PUTUS CINTA DI KARAWANG

Tanda Persetujuan Tugas akhir

Pembimbing I,	Pembimbing II,
(Dr. Nuram Mubina, M.Psi, Psikolog)	(Rizky Ajeng Pratiwi, M.Psi., Psikolog)
NUPTK. 8163767668230233	NUPTK. 8143775676230210

Karawang, 18 Mei 2026

Koordinator Program Studi Psikologi

(Dr. Lania Muharsih, M.Psi, Psikolog)
NIDN. 0411038703

LEMBAR PENGESAHAN

Nama : Windi Dwi Astuti
NIM : 224162732010039
Fakultas : Psikologi
Judul Tugas akhir :

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN RESILIENSI TERHADAP *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA REMAJA AKHIR PASCA PUTUS CINTA DI KARAWANG

Dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Tugas akhir
Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang
pada tanggal: 04 Juni 2026

Dewan Penguji,

Penguji I : Puspa Rahayu Utami Rahman, M.Psi, Psikolog
NUPTK. 3649767668231042

Mengetahui :
Dekan Fakultas Psikologi,

Dr. Cempaka Putrie Dimala, M.Psi, Psikolog
NUPTK. 4545764665231093

LEMBAR PERNYATAAN
TIDAK MENYONTEK ATAU MELAKUKAN TINDAKAN PLAGIAT

Saya, yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Windi Dwi Astuti
NIM : 22416273201039
Program Studi : Psikologi

dengan ini menyatakan bahwa tugas akhir dengan judul:

"PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN RESILIENSI TERHADAP *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA REMAJA AKHIR PASCA PUTUS CINTA DI KARAWANG"

adalah hasil karya saya dan seluruh ide, pendapat atau materi dari sumber lain telah dikutip dengan cara penulisan referensi yang sesuai.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan jika pernyataan ini tidak sesuai dengan kenyataan, maka saya bersedia menanggung sanksi yang akan dikenakan kepada saya.

Karawang, 18 Mei 2026



(Windi Dwi Astuti)
22416273201039

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN RESILIENSI TERHADAP *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA REMAJA AKHIR PASCA PUTUS CINTA DI KARAWANG

Windi Dwi Astuti, Nuram Mubina, Rizky Ajeng Pratiwi

Universitas Buana Perjuangan Karawang

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Buana Perjuangan Karawang

Ps22.windiastuti@mhs.ubpkarawang.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan resiliensi terhadap *subjective well-being* pada remaja akhir yang mengalami putus cinta di Karawang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain kausal asosiatif. Sampel penelitian terdiri dari 204 remaja akhir berusia 18–21 tahun di Karawang yang dipilih menggunakan teknik *convenience* sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala psikologis yang mengukur *subjective well-being*, dukungan sosial, dan resiliensi, yaitu Satisfaction with Life Scale (SWLS) untuk mengukur *subjective well-being, Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) untuk mengukur dukungan sosial, serta Connor-Davidson *Resilience Scale* (CD-RISC) untuk mengukur resiliensi. Validitas dan reliabilitas instrumen telah dikonfirmasi, serta analisis data dilakukan menggunakan regresi linear berganda setelah memenuhi uji asumsi klasik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial dan resiliensi secara simultan berpengaruh signifikan terhadap *subjective well-being* ($F = 36{,}393$; $p < 0{,}05$). Secara parsial, dukungan sosial ($t = 4{,}882$; $p < 0{,}05$) dan resiliensi ($t = 4{,}339$; $p < 0{,}05$) memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *subjective well-being.* Nilai koefisien determinasi ($R^2 = 0{,}266$) menunjukkan bahwa sebesar 26,6% *subjective well-being* dijelaskan oleh variabel dukungan sosial dan resiliensi, sedangkan sisanya sebesar 73,4% dipengaruhi oleh faktor lain. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial dan resiliensi, maka semakin baik *subjective well-being* pada remaja setelah mengalami putus cinta. Oleh karena itu, penguatan hubungan sosial dan kapasitas coping internal menjadi penting dalam mendukung kesehatan mental remaja.

Kata Kunci: dukungan sosial, resiliensi, *subjective well-being*, remaja akhir, putus cinta

.

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN RESILIENSI TERHADAP *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA REMAJA AKHIR PASCA PUTUS CINTA DI KARAWANG

Windi Dwi Astuti, Nuram Mubina, Rizky Ajeng Pratiwi

Universitas Buana Perjuangan Karawang

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Buana Perjuangan Karawang

Ps22.windiastuti@mhs.ubpkarawang.ac.id

ABSTRACT

This study examines the influence of social support and resilience on subjective well-being among late adolescents who have experienced romantic breakups in Karawang. This research employed a quantitative approach with a causal associative design. The sample consisted of 204 late adolescents aged 18-21 years in Karawang, selected using convenience sampling. Data were collected through psychological scales measuring subjective well-being, social support, and resilience, namely the Satisfaction with Life Scale (SWLS) for subjective well-being, the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) for social support, and the Connor- Davidson Resilience Scale (CD-RISC) for resilience.. Instrument validity and reliability were confirmed, and data were analyzed using multiple linear regression after meeting classical assumption tests. The results showed that social support and resilience simultaneously have a significant effect on subjective well-being ($F = 36.393$; $p < 0.05$) Partially, social support ($t = 4.882$; $p < 0.05$) and resilience ($t = 4.339$; $p < 0.05$) both have positive and significant effects on subjective well-being. The coefficient of determination ($R \wedge 2 = 0.266$) indicates that 26.6% of subjective well-being is explained by these variables, while the remaining 73.4% is influenced by other factors. These findings suggest that higher social support and resilience contribute to better subjective well-being among adolescents after breakups. Thus, strengthening social relationships and internal coping capacity is essential to support adolescent mental health.

Keywords: social support, resilience, subjective well-being, late adolescents, romantic breakup.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan artikel yang berjudul "Pengaruh dukungan Sosial dan Resiliensi terhadap *Subjective Well-being* pada Remaja akhir Pasca Putus Cinta di Karawang". Artikel ini disusun sebagai bagian dari proses akademik penulis dalam menyelesaikan tugas akhir pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Buana Perjuangan Karawang.

Penulis menyadari bahwa penyusunan artikel ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, arahan, dukungan, serta doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. H. Budi Rismayadi, SE., MM., selaku Rektor Universitas Buana Perjuangan Karawang.
2. Ibu Dr. Cempaka Putrie Dimala, M.Psi., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang.
3. Ibu Dr. Lania Muharsih, M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang.
4. Ibu Nuram Mubina dan Ibu Rizky Ajeng Pratiwi, yang telah memberikan bimbingan, arahan, masukan, serta motivasi kepada penulis dalam proses penyusunan artikel ini.
5. Bapak/Ibu Dosen Program Studi Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang yang telah memberikan ilmu, pengalaman, dan pembelajaran yang bermanfaat selama masa perkuliahan.
6. Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang yang telah membantu dalam proses administrasi selama masa studi.
7. Bapak dan Ibu tercinta, yang selalu memberikan doa, kasih sayang, dukungan, semangat, serta kepercayaan kepada penulis. Terima kasih atas segala pengorbanan, perhatian, dan motivasi yang tidak pernah putus, sehingga penulis dapat melewati proses penyusunan artikel ini dengan baik.
8. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada Reza Maulana yang telah menjadi bagian dari perjalanan penulis selama proses penyusunan tugas akhir ini. Terima kasih atas segala dukungan, doa, perhatian, kesabaran, serta waktu yang telah diberikan. Kehadiranmu menjadi tempat bagi penulis untuk bercerita, berkeluh kesah, beristirahat dari lelahnya proses, dan menemukan kembali semangat untuk terus melangkah ketika keadaan terasa begitu berat. Dalam perjalanan ini, penulis belajar

bahwa tidak semua hal berjalan sesuai harapan. Ada kebersamaan yang menghadirkan kekuatan, tetapi juga ada peristiwa yang meninggalkan luka dan kekecewaan. Meski demikian, penulis memilih untuk mengenang setiap kebaikan yang pernah diberikan, karena pada akhirnya semua pengalaman tersebut telah menjadi bagian dari proses pendewasaan dan pembelajaran hidup yang berharga. Semoga segala kebaikan, pengorbanan, dan ketulusan yang pernah diberikan mendapatkan balasan yang lebih indah. Penulis mendoakan agar setiap langkah yang ditempuh senantiasa dipenuhi kebahagiaan, ketenangan, kesehatan, serta keberhasilan dalam meraih cita-cita dan masa depan yang diharapkan.

9. Teman-teman penulis, yaitu Dhien, Della, Elsa, Ike, Ira, Nadia, Putri telah memberikan semangat, dukungan, serta kebersamaan selama proses penyusunan artikel ini.
10. Teman seperjuangan penulis, yaitu Dinda Alifya Arianto yang telah bersama-sama melewati suka dan duka selama proses penyusunan tugas akhir. Terima kasih atas kebersamaan, bantuan, semangat, dan dukungan yang diberikan hingga artikel ini dapat diselesaikan.
11. Teman seperjuangan penulis, yaitu Aprilya Ferani, yang senang tiasa setia dari awal perkuliahan hingga semester akhir ini, dan juga yang telah bersama-sama melewati suka maupun duka selama proses penyusunan tugas akhir. Terima kasih atas kebersamaan, bantuan, semangat, dan dukungan yang diberikan hingga artikel ini dapat diselesaikan.
12. Terima kasih penulis sampaikan kepada seluruh teman-teman Angkatan 2022, atas segala suka dan duka yang telah dilalui bersama selama masa perkuliahan. Terima kasih atas dukungan, kerja sama, dan kebersamaan yang telah diberikan, sehingga penulis dapat menempuh pendidikan dan menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.
13. Seluruh responden remaja akhir yang pernah mengalami putus cinta di Karawang yang telah bersedia meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.
14. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah membantu, mendoakan, dan memberikan dukungan dalam proses penyelesaian artikel ini.

Penulis menyadari bahwa artikel ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan di masa mendatang. Semoga artikel ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca, peneliti selanjutnya, serta pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam kajian mengenai dukungan sosial, resiliensi, dan

moral disengagement, regulasi emosi, dan *subjective well-being* pada remaja akhir pasca putus cinta.

Karawang 28 Mei, 2026

Penulis,

Windi Dwi Astuti