KETIKA AYAH TAK HADIR: PERAN STRATEGI KOPING BERFOKUS PADA MASALAH DAN DUKUNGAN SOSIAL UNTUK MENUMBUHKAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS GENERASI Z DI KABUPATEN KARAWANG

NON SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang

Diajukan Oleh:

Nama : Usyie Roihatul Jannah

NIM : 22416273201112

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS BUANA PERJUANGAN KARAWANG

2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama	: Usyie Roihatul Jannah
NIM	: 22416273201112
Fakultas	: Psikologi
Judul Tugas Akhir	:

KETIKA AYAH TAK HADIR: PERAN STRATEGI KOPING BERFOKUS PADA MASALAH DAN DUKUNGAN SOSIAL UNTUK MENUMBUHKAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS GENERASI Z DI KABUPATEN KARAWANG

Tanda Persetujuan Tugas Akhir

Pembimbing 1	Pembimbing 2
Wina Lova Riza, M.Psi., Psikolog	**Devi Marganing Tyas, M.Psi**
NUPTK. 8642764665230312	NUPTK. 5657773674230262

Karawang, 03 Juni 2026
Ketua Progrsm Studi

Dr. Lania Muharsih, M.Psi., Psikolog
NUPTK. 1643765666230322

LEMBAR PENGESAHAN

Nama	: Usyie Roihatul Jannah
NIM	: 22416273201112
Fakultas	: Psikologi
Judul Tugas Akhir	:

KETIKA AYAH TAK HADIR: PERAN STRATEGI KOPING BERFOKUS PADA MASALAH DAN DUKUNGAN SOSIAL UNTUK MENUMBUHKAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS GENERASI Z DI KABUPATEN KARAWANG

Dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Tugas Akhir Fakultas Psikologi
Universitas Buana Perjuangan Karawang

Pada tanggal : 05 Juni 2026

Dewan Penguji, Tanda Tangan

Dinda Aisha, M.Psi., Psikolog
NUPTK. 0962766667230292

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 dibawah ini:

Nama : Usyie Roihatul Jannah

NIM : 22416273201112

Program Studi : Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa tugas akhir dengan judul :

"**KETIKA AYAH TAK HADIR: PERAN STRATEGI KOPING BERFOKUS PADA MASALAH DAN DUKUNGAN SOSIAL UNTUK MENUMBUHKAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS GENERASI Z DI KABUPATEN KARAWANG"**

Adalan 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, 12 Mei 2026

Usyie Roihatul Jannah
NIM. 22416273201112

ABSTRAK

Ketika Ayah tak Hadir: Peran Strategi Koping Berfokus pada Masalah dan Dukungan Sosial untuk Menumbuhkan Kesejahteraan Psikologis Generasi Z di Kabupaten Karawang

Fakultas Psikologi, Universitas Buana Perjuangan Karawang

Ps22.usyiejannah@mhs.ubpkarawang.ac.id

Banyaknya Generasi Z yang mengalami *fatherless* sehingga berdampak pada kesehatan mental Generasi Z hal itu menurunkan kesejahteraan psikologis Generasi Z yang mengalami ketiadaan peran ayah (*fatherless*). Penelitiaan ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh strategi koping berfokus pada masalah dan dukungan sosial, terhadap kesejahteraan psikologis Generasi Z yang mengalami ketiadaan peran ayah dengan métode kuantitatif desain kausalitas. Populasi dalam penelitian ini yaitu Generasi Z yang mengalami ketiadaan peran ayah berdomisili di Karawang, dengan sampel penelitian berjumlah 349 responden, serta pengumpulan jumlah sampel menggunakan teknik sampel *convenience.* Instrumen yang digunakan meliputi skala *Psychological Well-Being Short Scale* untuk mengukur kesejahteraan psikologis, skala COPE untuk strategi koping berfokus pada masalah, serta skala MSPSS untuk skala dukungan sosial dimana pengujian penelitian ini menggunakan análisis regresi berganda dan didapatkan hasil bahwa Strategi koping berfokus pada masalah dan dukungan sosial memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 18% dan sisanya berpengaruh dari variabel diluar penelitian.

Kata Kunci: Kesejahteraan Psikologis, Strategi Koping Berfokus Pada Masalah, Dukungan Sosial, Generasi Z,, Ketiadaan Peran Ayah

ABSTRACT

When Fathers Are Absent: The Role of Problem-Focused Coping Strategies and Social Support in Fostering the Psychological Well-Being of Generation Z in Karawang Regency

Faculty Of Psyhology, Universitas Buana Perjuangan Karawang

Ps22.usyiejannah@mhs.ubpkarawang.ac.id

The large number of Generation Z individuals who are fatherless has an impact on their mental health, reducing the psychological well-being of those who lack a father figure. This study aims to determine whether problem-focused coping strategies and social support influence the psychological well-being of Generation Z individuals who lack a father figure, using a quantitative causal design. The population in this study consists of Generation Z individuals experiencing the absence of a father figure residing in Karawang, with a sample size of 349 respondents, and the sample was collected using convenience sampling. The instruments used include the Psychological Well- -Being Short Scale to measure psychological well-being, the COPE scale for problem-focused coping strategies, and the MSPSS scale for social support. The study employed multiple regression analysis, revealing that problem-focused coping strategies and social support have a positive and significant influence on psychological well-being, accounting for 18% of the variance, with the remaining influence attributed to variables outside the scope of this study.

***Keywords**: Psychological Well-Being, Problem-Focus Coping Strategies, Sosial Suport, Generation Z, Fatherless.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT, yang senantiasa melimpahkan kesehatan, rahmat, karunia, dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan judul "Ketika ayah tak hadir : Peran Strategi Koping Berfokus pada Masalah dan Dukungan Sosial untuk menumbuhkan Kesejahteraan Psikologis Generasi Z di Kabupaten Karawang".

Dalam proses penyusunan tugas akhir ini, peneliti merasakan begitu banyak tantangan dan hambatan, disamping itu peneliti menyadari begitu banyak pihak yang ikut terlibat guna membimbing, mendampingi, dan memberikan dukungan sehingga setiap tahapan penelitian ini dapat berjalan dengan lancar. Oleh karena itu, peneliti ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Assoc. Prof. Cr. H. Budi Rismayadi, S.E., M.M, 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 Wina Lova Riza, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing I, Terima kasih atas kesabaran, perhatian, arahan, dan dukungan yang ibu berikan sejak awal hingga akhir proses penelitian ini. Terima kasih atas setiap masukan, saran, serta kata-kata penyemangat yang selalu ibu berikan ketika peneliti merasa lelah dan kehilangan semangat dalam menyelesaikan penelitian ini. Peneliti juga mengucapkan terima kasih atas pelukan hangat yang selalu ibu berikan di setiap akhir bimbingan, yang menjadi bentuk dukungan sederhana namun sangat berarti, memberikan ketenangan, kekuatan, dan keyakinan bagi peneliti untuk terus melangkah hingga tahap ini. Semoga segala kebaikan, ilmu yang ibu berikan mendapatkan balasan terbaik dari. Allah. SWT balas dengan kesehatan dan kebahagiaan serta dalam bentuk apapun. Aamiin Ya Rabbal 'Alamiin;

5. Ibu Devi Marganing Tyas, M.Psi, selaku Dosen Pembimbing II. Terima kasih atas waktu, kesabaran, perhatian, serta arahan yang senantiasa Ibu berikan selama proses penyusunan penelitian ini. Terima kasih atas setiap koreksi, masukan, dan saran yang membantu peneliti untuk terus memperbaiki dan menyempurnakan penelitian ini. Dukungan, motivasi, serta ketelitian Ibu dalam membimbing memberikan banyak pelajaran berharga bagi peneliti, baik dalam proses akademik maupun dalam pengembangan diri. Semoga segala ilmu, kebaikan, dan ketulusan yang telah Ibu berikan mendapatkan balasan terbaik dari Allah Swt. berupa kesehatan, kebahagiaan, keberkahan, serta kesuksesan dalam setiap aktivitas dan pengabdian Ibu. Aamiin Ya Rabbal ‘Alamiin;
6. Seluruh jajaran Dosen dan Staff Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang yang memberikan bimbingan ilmu yang baik selama mengikuti proses perkuliahan dan membantu pelaksanaan dalam administrasi, serta;
7. Kepada ibu tersayang, pintu surgaku. Seorang wanita luar biasa yang pelukannya adalah tempat paling tenang, nasihatnya menjadi penuntun dalam setiap langkah, dan doanya senantiasa menjadi kekuatan di balik setiap perjuangan. Terima kasih atas kasih sayang yang tak pernah lelah, atas perhatian yang tak pernah pudar, atas segala pengorbanan, serta atas doa-doa yang terus mengiringi tanpa henti. Ibu adalah cahaya dalam kegelapan, peneduh dalam kegelisahan, serta kekuatan yang tak pernah surut dalam menghadapi segala keadaan. Meski di saat menjelang hari kemenangan ini ibu telah lebih dahulu berpulang ke hadapan Allah SWT, kasih sayang dan seluruh kenangan tentang ibu akan selalu hidup di dalam hati. Rindu yang hadir tak akan pernah tergantikan, namun doa-doa akan senantiasa mengalir sebagai bentuk cinta yang tak bertepi. Semoga Allah SWT menerima segala amal ibadah ibu, melapangkan alam kuburnya, menempatkan ibu di tempat terbaik di sisi-Nya, serta mempertemukan kembali dalam keindahan surga-Nya kelak. Semoga setiap cinta, doa, dan pengorbanan ibu menjadi amal

jariyah yang tak terputus hingga Allah SWT mempertemukan kembali di surga-Nya kelak. Aamiin Ya Rabbal ‘Alamiin

8. Teruntuk Ayahanda tersayang, nahkoda yang telah lebih dulu menepi ke keabadian, bahkan sebelum sempat melihat kapal ini bersandar dalam pelabuhan. Tugas akhir ini adalah surat yang ditulis dengan tinta kerinduan, bingkisan kecil untuk seorang lelaki yang pundaknya selalu dipenuhi oleh tanggung jawab besar untuk keluarga, jiwanya selalu menjadi semangat penulis untuk terus bertahan menyelesaikan tugas akhir ini, terima kasih atas segala rasa cinta yang engkau berikan pada penulis, semoga setiap doa yang kupanjatkan sampai padamu sebagai peluk yang selalu engkau berikan. Dan semoga. Allah. SWT memberikan tempat terbaik, sebagaimana engkau pernah menjadi tempat terbaiku. Aamiin Ya Rabbal ‘Alamiin;
9. Kakak laki-laki satu-satunya peneliti, *partner* debat dan pemilik sifat keras kepala, terima kasih atas segala semangat, motivasi dan dukungan yang diberikan pada peneliti, bahkan ketika peneliti ragu atas dirinya sendiri serta terima kasih atas kerja samanya dalam kehidupan ini, semoga. Allah. SWT, selalu memudahkan jalanmu untuk sampai pada apa yang menjadi tujuanmu. Aamiin Ya Rabbal ‘Alamiin;
10. Tasya, Rekha, dan Nanda sahabat-sahabat kecilku, terima kasih telah tetap hadir dan menjaga ikatan persahabatan kita hingga kini. Terima kasih atas dukungan moral yang tak pernah putus, atas kekuatan dan semangat yang selalu diberikan;
11. Amelia, Aura, Calisa, Humaira, Ismail, Jody, Nazwa, Pitri, Yanuar, teman-teman kuliah yang telah menjadi rumah kedua peneliti, terima kasih telah memberikan warna dalam masa perkuliahan, terima kasih atas *support* yang selalu diberikan, terima kasih selalu menjadi peneduh disaat hujan datang, serta atas kehangatan yang tercipta dalam setiap obrolan. Kehadiran kalian menjadikan perjalanan perkuliahan ini sangat berarti dan tidak terlupakan;
12. Teruntuk ibu nunung dan keluarga yang tak pernah bosan menerima kedatangan peneliti, terima kasih atas setiap kehangatan yang selalu diberikan, terima kasih telah menjadi tempat kedua yang menjadi tujuan

peneliti pulang, semoga ibu dan keluarga selalu diberikan kesehatan dan kebahagiaan oleh. Allah SWT. Aamiin Ya Rabbal ‘Alamiin;

13. Teh Ira, Teh Yayah, Teh Nuy, dan ka muti yang sudah seperti kakak peneliti, terima kasih atas setiap pengingat, nasihat, dan motivasi yang tak pernah lelah kalian berikan. Terima kasih atas telinga yang selalu mendengarkan dan atas tangan yang selalu terbuka;
14. Agnia, Rosella, dan Zakia teman-teman SMA peneliti, terima kasih atas setiap cerita indah, tawa, dan kenangan yang kita bagi bersama. Terima kasih telah menjadi bagian penting dari perjalanan peneliti, menghadirkan kebahagiaan, dukungan serta pelajaran yang sangat berharga;
15. Helga dan Rifqa selaku teman seperjuangan, terima kasih atas segala arahan dalam proses penyusunan tugas akhir ini, terima kasih atas uluran tangan yang diberikan kepada peneliti. Semoga. Allah SWT membalas segala kebaikannya dengan kebahagian dan rezeki yang melimpah. Aamiin Ya Rabbal ‘Alamiin;
16. Terima kasih yang sebesar-besarnya kepada SMP/MTS dan SMA/SMK di Kabupaten Karawang yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk mengumpulkan data sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan tepat waktu. Ucapan terima kasih yang tulus juga peneliti sampaikan kepada 349 responden yang mengalami ketiadaan peran ayah, yang dengan kesediaannya meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner penelitian ini. Semoga teman-teman senantiasa memeluk erat diri sendiri, serta terus maju dengan hati yang tegar dan penuh harapan;
17. Pengurus BEM Fakultas Psikologi periode 2023-2025 yang sangat luar biasa dalam memberikan banyak pelajaran positif;
18. Kepada Ibu dan Bapak guru TPQ Al-hikmah Pancawati selaku tempat peneliti berproses dan berkembang, terima kasih sudah memberikan begitu banyak gambaran luar biasa yang harus peneliti usahakan;
19. Kepada pihak-pihak lainnya yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu, peneliti mengucapkan terima kasih atas dukungan emosional maupun dan kontribusi yang telah diberikan selama proses penyelesaian skripsi ini;

20. Terakhir peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada seorang yang mungkin sering terlupakan, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri karena tetap memilih untuk bertahan sampai pada tahap ini. Terima kasih karena tidak menyerah dan berani melawan rasa takut, serta keraguan terbesar dalam diri meskipun pilihan untuk berhenti selalu terlintas dalam pikiran. Terima kasih atas pilihan untuk terus melangkah dan terus berjuang walau kadang tak tahu arah dan sering merasa terlambat dari yang lain. Sampai pada tahap ini bukanlah hal yang mudah bagi anak kecil yang perjuangannya dipenuhi dengan benturan besar, tetapi tetap sanggup melewati badai-Nya. Setelah ini, masih banyak ketidakpastian dan luka yang mungkin akan datang tetapi, semoga anak kecil ini selalu memiliki alasan untuk terus bertahan dan dapat terus melewati rintangan-Nya. Teruslah hidup dengan hati yang jujur, teruslah berjalan dengan niat yang baik, dan teruslah menjadi pribadi yang periang. Terima kasih Usyie Roihatul Jannah saya selalu bangga padamu.Tidak ada hal yang lebih indah dari pada menyaksikan proses dan pertumbuhan diri sendiri.

Peneliti,

Usyie Roihatul Jannah