

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian serta analisis data pada pembahasan yang telah dilakukan oleh penulis dengan judul hubungan *relationship satisfaction* dengan *psychological well-being*, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat *relationship satisfaction* pada mahasiswa Fakultas Ushulludin dan Studi Agama angkatan 2024 berada pada kategori tinggi dengan besar persentase 55,2% atau sebanyak 95 dari 172 subjek. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa merasa puas dengan hubungan yang mereka jalani.
2. Tingkat *psychological well-being* mayoritas mahasiswa berada dalam kategori sedang, dengan persentase sebesar 58,7% atau sebanyak 101 mahasiswa. Meskipun berada dalam kategori sedang, hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki tingkat *psychological well-being* yang cukup baik.
3. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara *relationship satisfaction* dengan *psychological well-being* mahasiswa, sebagaimana dibuktikan melalui uji korelasi Pearson. Semakin tinggi tingkat kepuasan dalam hubungan yang dirasakan mahasiswa, maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis mereka. Hubungan yang sehat dan memuaskan

memberikan dukungan emosional, rasa aman, serta memperkuat pandangan positif terhadap diri sendiri dan kehidupan.

Dengan demikian, *relationship satisfaction* merupakan faktor penting yang berkontribusi terhadap tingkat *psychological well-being* mahasiswa

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dipaparkan, maka disarankan beberapa hal terkait dengan hasil penelitian ini, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan teori mengenai kesejahteraan psikologis, khususnya dalam konteks hubungan romantis. Hasil penelitian ini juga memberikan bukti empiris dalam konteks mahasiswa Indonesia, khususnya di lingkungan keislaman, yang dapat memperkaya literatur lokal terkait faktor-faktor yang memengaruhi *psychological well-being*.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Peneliti, penelitian ini diharapkan dapat memberi kesempatan untuk peneliti dalam pengaplikasian, penggunaan, pengalaman, atau penerapan teori psikologi yang telah dipelajari atau yang telah diperoleh peneliti selama berkuliah atau duduk di bangku perkuliahan.
- b. Bagi Mahasiswa, penelitian ini diharapkan lebih menyadari pentingnya membangun dan menjaga kualitas hubungan

interpersonal, khususnya dalam hubungan romantis. Hubungan yang sehat dan memuaskan dapat menjadi sumber dukungan emosional yang berpengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, mahasiswa perlu mengembangkan komunikasi yang terbuka, saling percaya, dan empati dalam relasi yang mereka jalani.

- c. Bagi Universitas, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam upaya menciptakan lingkungan kampus yang mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa melalui penguatan relasi sosial yang sehat. Universitas dapat menyelenggarakan program pembinaan karakter, konseling, atau pelatihan komunikasi interpersonal untuk membantu mahasiswa membangun hubungan yang positif dengan sesama.
- d. Maka dengan pemahaman yang lebih baik terkait masalah ini universitas diharapkan dapat mengembangkan program pendampingan dan penguatan relasi sosial mahasiswa melalui pendekatan edukatif dan preventif, seperti konseling, seminar, atau pembinaan karakter
- e. Bagi Peneliti Selanjutnya, Peneliti disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan menghubungkan *relationship satisfaction* dan *psychological well-being* dengan variabel lain, serta memperluas cakupan populasi di luar mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Imam Bonjol Padang. Selain itu, aspek-aspek seperti latar belakang sosial, tingkat religiusitas, keterkaitan dengan budaya

minang kabau dan peran lingkungan keluarga dapat dianalisis lebih mendalam. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, sehingga disarankan untuk menggunakan metode kualitatif atau *mix method* agar memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif. hasil yang lebih mendalam.



DAFTAR PUSTAKA

- Al-Bukhari, M. I. I. (2002). *Shahih al-Bukhari* (Terj. Abu Nashir). Riyadh: Darussalam. Hadis No. 6011.
- Ali, M. (2019). *Budaya Minangkabau dalam perspektif pendidikan karakter*. Padang: Pustaka Rakyat Press.
- Alsarrani, M., Hunter, J. A., & Dunne, M. P. (2022). Friendship quality and psychological well-being in adolescents. *Journal of Adolescence*, 94, 42–51. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.11.006>
- Al-Zahrani, A. H. (2022). Marital satisfaction and psychological well-being among married female students. *Journal of Family Psychology*, 36(3), 341–352. <https://doi.org/10.1037/fam0000932>
- Astutik, R. (2019). *Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan subjective well-being pada mahasiswa perantau* (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Airlangga.
- Azwar. (2012). *Realibilitas dan Validitas*. Pustaka Belajar
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi (Edisi II)*. Pustaka Belajar.
- 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. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Bagwell, C. L., & Schmidt, M. E. (2011). *Friendships in childhood and adolescence*. Guilford Press.
- Bradbury, T. N., & Karney, B. R. (2013). *Intimate relationships* (2nd ed.). W. W. Norton & Company.
- Brim, O., G. Ryff, C., D. & Kessler, R., C. (2004). *How Healthy Are We? “A Nation Study Of Well-Being At Midlife”*. The University of Chicago Press.
- Carmichael, C. L., Reis, H. T., & Duberstein, P. R. (2015). Friendship quality predicts future psychological well-being: Evidence from a longitudinal study. *Journal of Social and Personal Relationships*, 32(4), 451–471. <https://doi.org/10.1177/0265407514536296>
- Davila, J., Steinberg, S. J., Kachadourian, L., Cobb, R. J., & Fincham, F. D. (2004). Romantic involvement and depressive symptoms in early and late

adolescence: The role of a preoccupied relational style. *Personal Relationships*, 11(2), 161–178. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2004.00076.x>

Demir, M., & Weitekamp, L. A. (2007). Friendship and happiness: The contribution of friendship quality to happiness. *Journal of Happiness Studies*, 8(2), 181–211. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9012-7>

Fadhillah, E. P. A. (2016). Hubungan antara Psychological Well-Being dan Happiness pada Remaja di Pondok Pesantren. *Jurnal Ilmiah Psikologi Gunadarma*, 9(1), 69–79

Fitriani, A. (2017). Peran religiusitas dalam meningkatkan psychological well being. *Al-Adyan: Jurnal Studi Lintas Agama*, 11(1), 57–80.

Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2010). Marriage in the new millennium: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 630–649. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00722.x>

Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2010). Marriage in the new millennium: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 630–649. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00722.x>

Furman, W., & Buhrmester, D. (2009). Methods and measures: The Network of Relationships Inventory: Behavioral systems version. *International Journal of Behavioral Development*, 33(5), 470–478. <https://doi.org/10.1177/0165025409342634>

Gómez-López, M., Viejo, C., Ortega-Ruiz, R., & Sánchez, V. (2020). Well-being and romantic relationships: A systematic review in adolescence and emerging adulthood. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(22), 8246. <https://doi.org/10.3390/ijerph17228246>

Graham, J., Willetts, L., & Field, A. (2020). *Interpersonal relationships and student well-being: The role of supportive social connections in academic contexts*. *Journal of College Student Development*, 61(4), 415–429. <https://doi.org/10.1353/csd.2020.0040>

Harley, W. F. (2006). *His needs, her needs: Building an affair-proof marriage* (Rev. ed.). Fleming H. Revell. (Dikutip dalam Williams et al., 2006)

Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1992). *Romantic love*. Sage Publications.

Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 50(1), 93–98. <https://doi.org/10.2307/352430>

- Hurlock, E. B. (1990). Psikologi Perkembangan, Suatu Rentang Kehidupan (5th ed.). Erlangga.
- Heru, D. R., & Saputra, R. A. (2021). Family support, stress, and well-being in college students. *Jurnal Psikologi Islam*, 18(1), 44–53. <https://doi.org/10.14421/jpi.2021.181-04>
- Indrawati, N. L., & Rachmah, R. (2022). Hubungan antara psychological well-being dengan stres akademik pada mahasiswa selama pembelajaran daring. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 8(1), 1–10. <https://doi.org/10.26858/jppk.v8i1.29345>
- Ismail, H. N., & Ramadhani, M. R. (2019). Hubungan kualitas pertemanan dengan psychological well-being pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Insight*, 1(2), 85–95. <https://doi.org/10.24198/insight.v1i2.23476>
- Ismuniar, C., & Ardiwinata, E. (2021). Gambaran Psychological Well-Being Mahasiswa Selama Proses Perkuliahan Online Guna Untuk Melihat Learning Loss Di Universitas Borneo Tarakan. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia*, <https://doi.org/10.31602/jmbkan.v7i3.5807>
- Jose, P. E., Ryan, N., & Pryor, J. (2012). Does social connectedness promote a greater sense of well-being in adolescence over time? *Journal of Research on Adolescence*, 22(2), 235–251. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2012.00783.x>
- Joshanloo, M. (2017). Religiosity moderates the relationship between negative affect and subjective well-being: A study in 29 Muslim countries. *Personality and Individual Differences*, 105, 52–57. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.09.056>
- Khan, M. A., & Asad, A. (2021). Relationship satisfaction and psychological well-being among married working women. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 36(1), 143–160. <https://doi.org/10.33824/PJPR.2021.36.1.9>
- Laursen, B. (2005). Conflict and social interaction in adolescent relationships. *Journal of Research on Adolescence*, 15(1), 23–50. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2005.00086.x>
- Laursen, B., & Hartl, A. C. (2013). Understanding the links between conflict and communication in adolescent relationships. In A. L. Vangelisti (Ed.), *The Routledge handbook of family communication* (2nd ed., pp. 193–207). Routledge.

- Laurenceau, J. P., Barrett, L. F., & Pietromonaco, P. R. (2005). Intimacy as an interpersonal process: The importance of self-disclosure, partner disclosure, and perceived partner responsiveness in interpersonal exchanges. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1238–1251. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.5.1238>
- Lestari, R., & Saputra, A. (2020). Dukungan sosial keluarga dan kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 6(1), 56–63. <https://doi.org/10.26858/jppk.v6i1.13574>
- Lili, N., Handayani, S., & Purwono, U. (2022). Tingkat kesejahteraan psikologis mahasiswa Indonesia: Studi nasional. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 11(2), 101–115. <https://doi.org/10.22146/jpsi.64523>
- Lee, H., & Kawachi, I. (2019). The keys to happiness: Associations between personal relationships and subjective well-being across countries. *PLOS ONE*, 14(12), e0224995. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0224995>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.
- Muslim, I. H. (2007). *Shahih Muslim* (Terj. H. Mukhlis & H. Zuhri). Jakarta: Pustaka Azzam. Hadis No. 2586.
- Nisa, N., & Latipun, L. (2020). Peran harga diri, dukungan sosial, dan kecerdasan emosional terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 16(1), 12–23. <https://doi.org/10.14710/jp.16.1.12-23>
- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2005). To know you is to love you: The implications of global adoration and specific accuracy for marital relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(3), 480–497. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.88.3.480>
- Nuzula, L. M. (2024). *Spiritualitas Islam dan Psychological Well-Being pada Mahasiswa Usia Dewasa Awal*. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 13(1), 22–34. <https://journal.upy.ac.id/index.php/bk/article/view/5898>
- Olson, D. H., & Gorall, D. M. (2003). Circumplex model of marital and family systems. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity* (3rd ed., pp. 514–547). The Guilford Press.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human development* (9th ed.). McGraw-Hill.
- Prager, K. J. (1995). *The psychology of intimacy*. Guilford Press.

- Prasetyaningrum, J., Fadjaritha, F., Aziz, M. F., & Sukarno, A. (2021). Kesejahteraan Psikologis Santri Indonesia. *Profetika: Jurnal Studi Islam*, 23(1), 86–97. <https://doi.org/10.23917/profetika.v23i1.16796>
- Priyatno & Duwi. (2014). *SPSS 22 Pengolah Data Terpraktis* (1 st ed). Andi.
- Rangkuti, A.A., & Wahyuni, L. D. (2016). *Modul: Analisis Data Penelitian Kuantitatif Berbasis Classical Test Theory dan Aitem Response Theory (Rasch Model)*. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta.
- Ramadhani, F., & Yusuf, A. M. (2023). Hubungan antara kepuasan hubungan interpersonal dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Udayana*, 10(2), 112–123. <https://doi.org/10.24843/JPU.2023.v10.i02.p03>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff& Keyes. (1995). The Structure of Psycological Well-Being Revisited. *Journal of Personality& Social Psychology* ,69(2), 719-727.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1996). Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and psychosomatics*, 65(1), 14-23.
- Robles, T. F., & Kane, H. S. (2012). Marriage and health: A review of physiological and behavioral mechanisms. *Current Opinion in Psychology*, 1, 16–21. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2014.12.008>
- Rotenberg, K. J. (2010). *Interpersonal trust during childhood and adolescence*. Cambridge University Press
- Rusbult, C. E., Martz, J. M., & Agnew, C. R. (1998). The investment model scale: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. *Personal Relationships*, 5(4), 357–391. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1998.tb00177.x>
- Santrock, J. W. (2012). *Life-span development* (13th ed.). McGraw-Hill.
- Seubsman, S. A., & Sleigh, A. C. (2012). Relationships and psychological health among Thai university students. *Asian Journal of Psychiatry*, 5(3), 256–262. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2012.02.001>
- Sugiarti, I., & Yulianti, D. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan psychological well-being pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 8(1), 77–90. <https://doi.org/10.24854/jpu2021-267>

- Shulman, S., & Connolly, J. (2013). The challenge of romantic relationships in emerging adulthood: Reconceptualization of the field. *Emerging Adulthood*, 1(1), 27–39. <https://doi.org/10.1177/2167696812467330>.
- Snyder, D. K. (2014). *Couple-based interventions for military and veteran families: A practitioner's guide*. Oxford University Press.
- Sprecher, S., & Fehr, B. (2012). The association between romantic relationship quality and psychological well-being. *Journal of Social and Personal Relationships*, 29(6), 715–736. <https://doi.org/10.1177/0265407512453733>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan RND* (1 ed.). Alfabeta.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Ursila, F. M. (2012). *Hubungan antara kepuasan hubungan romantis dan psychological well-being pada mahasiswa yang berpacaran* (Skripsi sarjana). Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia. <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20357998-S-Fitria%20Mala%20U.pdf>.
- Weber, M., & Huebner, E. S. (2015). Adolescents' relationships with parents and friends: Associations with positive and negative psychological outcomes. *Youth & Society*, 47(5), 659–682. <https://doi.org/10.1177/0044118X12461685>
- Whisman, M. A. (2000). *Marital distress: Diagnosis, assessment, and treatment*. In F. M. Dattilio & L. J. Bevilacqua (Eds.), *Comparative treatments for relationship dysfunction* (pp. 3–24). Springer Publishing Company.
- Williams, K., Thompson, H., & Harley, W. F. (2006). Interpersonal satisfaction and positive interaction in relationships. *Journal of Family Psychology*, 20(2), 155–164.
- Yuan, J., Gao, W., Zhang, X., & Liu, Y. (2023). Interpersonal relationships, academic motivation, and psychological well-being among university students: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 23, 1321. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-15421-9>
- Yudiana, M. D., & Fadilah, N. (2022). Parenting support and emotional well-being in Indonesian adolescents. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 9(1), 1–10. <https://doi.org/10.24854/jpu121>
- Yoo, J., & Kawachi, I. (2020). The role of social relationships in mediating the association between household income and mental health in South Korea.

Journal of Preventive Medicine and Public Health, 53(5), 344–352.
<https://doi.org/10.3961/jpmp.20.236>

Yunita, N., & Sholeh, A. Y. (2021). Dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa psikologi di Surabaya. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 4(2), 89–97. <https://doi.org/10.21154/jpiib.v4i2.2879>

Zemp, M., Bodenmann, G., Backes, S., Sutter-Stickel, D., & Cummings, E. M. (2016). How couple and parenting quality interact in predicting children's mental health: A 3-wave longitudinal study. *Journal of Family Psychology*, 30(3), 320–330. <https://doi.org/10.1037/fam0000167>

Zhou, Y., Zhang, L., & Wang, M. (2021). Relationship satisfaction and psychological well-being among couples: The mediating role of emotional support. *Journal of Happiness Studies*, 22(3), 1265–1282. <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00258-z>

