

**PENGARUH ANTARA *SELF-ADJUSTMENT*
TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*
PADA MAHASISWA PERANTAU**

(Studi Korelasi Di Pon. Pes Arriyadl Putri Ringinagung Kab. Kediri)

SKRIPSI

Diajukan kepada

Universitas Islam Tribakti Lirboyo Kediri

untuk memenuhi salah satu persyaratan

dalam menyelesaikan program Sarjana Psikologi Islam

Oleh

DLOIFATUL FAJRIYAH

NPM. 20.06.00.442

**UNIVERSITAS ISLAM TRIBAKTI LIRBOYO KEDIRI
FAKULTAS DAKWAH, USHULUDDIN DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
SEPTEMBER 2024**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

**PENGARUH ANTARA *SELF-ADJUSTMENT*
TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*
PADA MAHASISWA PERANTAU**
(Studi Korelasi Di Pon. Pes Arriyadl Putri Ringinagung Kab. Kediri)

DLOIFATUL FAJRIYAH
NPM. 20.06.00.442

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui

Kediri, 24 Juli 2024

Pembimbing

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Beti Malia Rahma Hidayati', written over a horizontal line.

(BETI MALIA RAHMA HIDAYATI, M.Psi)

NIDN. 2101019002

PENGESAHAN SKRIPSI

PENGARUH ANTARA *SELF-ADJUSTMENT* TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA PERANTAU

(Studi Korelasi Di Pon. Pes Arriyadl Putri Ringinagung Kab. Kediri)

DLOIFATUL FAJRIYAH
NPM. 20.06.00.442

Telah dimunaqasahkan di depan Sidang Munaqasah
Universitas Islam Tribakti Lirboyo Kediri
Pada tanggal, 7 Agustus 2024

Ketua

BETI MALIA RAHMA HIDAYATI, M.Psi
NIDN. 2101019002

Sekretaris

MENTARI MARWA, M.A
NIDN. 2110058903

Tim Penguji,

1. Penguji Utama
Dr. Nasrul Syarif, M.Si
NIDN. 2117107301
2. Penguji I
Beti Malia Rahma Hidayati, M.Psi
NIDN. 2101019002
3. Penguji II
Mentari Marwa, M.A
NIDN. 2110058903

(.....)

(.....)

(.....)



Kediri, 7 Agustus 2024
Dekan Fakultas Dakwah,
ARINA ROHMATUL HIDAYAH, M.A
NIDN. 2130069401

MOTTO

وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى ﴿٣٩﴾ وَأَنَّ سَعْيَهُ سَوْفَ يُرَى ﴿٤٠﴾ ثُمَّ يُجْزَاهُ الْجَزَاءَ الْأَوَّلَى ﴿٤١﴾

“Dan bahwasanya seorang manusia tidak memperoleh selain apa yang telah diusahakannya. Dan bahwasanya usahanya itu kelak akan di perlihatkan kepadanya. Kemudian akan diberi balasan kepadanya dengan balasan yang paling sempurna”. (QS. An-Najm: 39-41).

Slowly but Surely

PERSEMBAHAN

Tahiyyah Syar'iyah

Dengan rahmat Allah yang Maha Pengasih Lagi Maha Penyayang, skripsi ini saya persembahkan:

1. Untuk kedua orang tua saya bapak Thohir dan ibu Wiwik *always being my superhero in every scene i through*. Semoga Allaah SWT menempatkan mu di jannah terindah-Nya.
2. Untuk pengasuh Pon. Pes Arriyadl Putri abah Hafizh Ghozali dan ibu nyai Barizah Hafizh yang saya harapkan sangat barokah do'a ilmu manfaatnya.
3. Untuk adek saya yang paling nyebelin yang sebentar lagi masuk universitas (ciee yang udah mau jadi maba) Tsuwaibah Al-Aslamiyah. *You are my little super support system in my life*. Kita sama-sama sedang belajar dan menata masa depan yang cerah!.
4. Untuk seluruh teman teman Prodi Psikologi Islam kalian juga bagian dari suksesnya *skripsweet* ini. Pengalaman dari semester 1-8, sampai nanti di hari tua semoga *nggak* akan pernah saya lupakan.
5. Untuk semua sahabat sahabat ku yang terbentuk dalam nama "*Uranium*" Nitul, Suluki, dek Hida, Dori, Ayin, Pani, Memet, Salsa, Lilis tanpa kalian aku *nggak* akan ada dititik ini dan terima kasih juga sudah memberikan banyak pengalaman yang sangat seru, receh, dan *gokil abiez, Bestie!*.
6. *The last but not least*, saya ingin berterima kasih kepada diri saya sendiri yang mampu berjuang hingga di titik darah penghabisan. Kamu mampu menebas

rasa malas hanya untuk membuka laptop dan menuliskan sepenggal kata dalam skripsimu. Kamu mampu berjuang melewati masamasa yang tidak terduga, sehingga kamu membutuhkan banyak orang untuk mendengar keluh kesah mu. Setelah ini saya ingin mengingat kalimat ini, “*Everything is ending means the beginning!*”

Akhir kata, semoga skripsi ini membaawa kemanfaatan, *amiin...*

Dloifatul Fajriyah

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji bagi Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang kepada seluruh hamba-Nya dan dengan ridha-Nya peneliti masih mampu untuk menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam yang indah dan selalu menjadi penyejuk hati, semoga tetap tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW. yang syafaatnya juga dinanti-nantikan bagi seluruh umatnya di akhirat kelak. Puji syukur atas berkat rahmat dan bimbingan-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Antara *Self-Adjustment* Terhadap *Psychological Well-Being* Pada Mahasiswa Perantau: Studi Korelasi Di Pon. Pes Arriyadl Putri Ringinagung Kab. Kediri”.

Skripsi ini disusun dan diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program pendidikan strata 1 Psikologi Universitas Islam Tribakti Lirboyo Kediri. Usaha yang keras dan tak berhenti tak dapat disangkal dalam pengerjaan skripsi ini. Namun karya ini tidak akan selesai tanpa pihak-pihak yang turut membantu dalam menyukkseskan penyusunan karya ini. *Jazakumu Allahu khoirol jaza’, taqobbala Allahu minna wa minkum*. Beliau adalah:

1. KH. Reza Ahmad Zahid, Lc., M. A. selaku Rektor Universitas Islam Tribakti Lirboyo Kediri yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan pendidikan.
2. Arina Rohmatul Hidayah, M. selaku Dekan Fakultas Dakwah.
3. Beti Melia Rahma Hidayati, M.Psi, selaku dosen pembimbing yang dengan sabar memberikan bimbingan dan arahan kepada peneliti dalam penyusunan

karya kecil ini. Berkat ketelitian dan arahan beliau, karya ini dapat selesai dengan baik.

4. Kepada pengasuh Pon. Pes Arriyadl Putri Ringinagung Kab. Kediri yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian di Pon. Pes Arriyadl Putri Ringinagung Kab. Kediri
5. Seluruh dosen beserta staf pengajar Universitas Islam Tribakti Lirboyo Kediri, yang telah membimbing, mengarahkan dan memberikan ilmu kepada peneliti sehingga dapat terselesaikannya tugas akhir ini.
6. Mahasiswa Psikologi Islam Fakultas Universitas Islam Tribakti Lirboyo Kediri angkatan 2020 yang telah mendukung dan memberikan semangat satu sama lain sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar.
7. Kepada semua pihak yang telah membantu dalam terselesaikannya skripsi ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT membalas kebaikan bagi seluruh pihak yang telah memberikan kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Peneliti sadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sebuah kesempurnaan, tetapi peneliti berharap skripsi ini bermanfaat bagi pembaca pada umumnya, dan bagi peneliti khususnya.

Kediri, 07, Oktober 2024



Dloifatul Fajriyah

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN COVER.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
PENGESAHAN SKRIPSI	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TRANSLITERASI.....	xiii
ABSTRAK.....	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian	10
D. Kegunaan Penelitian.....	11
E. Hipotesis.....	12
F. Definisi Operasional.....	12
G. Kajian Terdahulu.....	13
H. Sistematika penulisan.....	20
BAB II : KAJIAN TEORI	22
A. Psychological Well-Being.....	22
B. Self-Adjustment	38
C. Pengaruh Antara <i>Self Adjustment</i> Terhadap <i>Psychological Well-Being</i> Pada Mahasiswa Perantau	45
BAB III : METODE PENELITIAN	48
A. Rancangan Penelitian	48
B. Populasi dan Sampel	49

C. Instrumen Penelitian.....	51
D. Teknik Pengumpulan Data.....	54
E. Teknik Analisis Data.....	56
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	62
A. Hasil Penelitian	62
1. Latar Belakang Objek.....	62
2. Penyajian data.....	65
B. Pembahasan Penelitian.....	76
1. Tingkat <i>Self-Adjustment</i> pada Mahasiswa Perantau di Pon. Pes. Arriyadl Putri Ringinagung Kediri.....	76
2. Tingkat <i>Psychological Well-Being</i> pada Mahasiswa Perantau di Pon. Pes. Arriyadl Putri Ringinagung Kediri	79
3. Pengaruh <i>Self-Adjustment</i> terhadap <i>Psychological Well-Being</i> pada Mahasiswa Perantau di Pon. Pes, Arriyadl Putri Ringinagung Kediri	82
BAB V : KESIMPULAN.....	87
A. Kesimpulan	87
B. Saran.....	88
DAFTAR PUSTAKA	91
LAMPIRAN I	95

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Penelitian Terdahulu.....	18
Tabel 3.1 Proporsi Nilai Skala Psychological Well-Being	52
Tabel 3.2 Blue Print Skala <i>Psychological Well-Being</i>	52
Tabel 3.3 Proporsi Nilai Skala <i>Self-Adjustment</i>	53
Tabel 3.4 Blue Print Skala <i>Self-Adjustment</i>	54
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Item <i>Psychological Well-Being</i>	57
Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Item <i>Self-Adjustment</i>	58
Tabel 4.1 Analisis Deskriptif <i>Self-Adjustment</i>	67
Tabel 4.2 Kriteria Kategori Skor <i>Self-Adjustment</i>	68
Tabel 4.3 Analisis Deskriptif <i>Psychological Well-Being</i>	69
Tabel 4.4 Kriteria Kategori Skor <i>Psychological Well-Being</i>	71
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas	72
Tabel 4.6 Hasil Uji Linieritas	73
Tabel 4.7 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana	75
Tabel 4.8 Nilai Determinasi Koefisien (<i>R Square</i>)	75

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 4.1 Diagram Tingkat <i>Self-Adjustment</i>	68
Gambar 4.2 Diagram Tingkat <i>Psychological Well-Being</i>	71
Gambar 4.1 P-Plot Normalitas Regresi	73

DAFTAR TRANSLITERASI

Di dalam naskah skripsi ini banyak dijumpai nama dan istilah teknis (technical term) yang berasal dari bahasa arab ditulis dengan huruf latin. Pedoman transliterasi yang digunakan untuk penulisan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Fonem konsonan arab, yang dalam sistem tulisan arab seluruhnya dilambangkan dengan huruf, dalam transliterasi ke tulisan latin sebagian dilambangkan dengan lambang huruf, sebagian dengan tanda, dan sebagian lainnya dengan huruf dan tanda sekaligus sebagai berikut:

Arab		Latin	
Kons	Nama	Kons	Nama
ا	Alif		Tidak dilambangkan
ب	Ba	b	Be
ت	Ta	t	Te
ث	Sa	s	Es (dengan titik di atas)
ج	Jim	j	Je
ح	Ha	h	Ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	kh	Ka dan Ha
د	Dal	d	De
ذ	Zal	z	Zet (dengan titik di bawah)
ر	Ra	r	Er
ز	Zai	z	Zet (dengan titik di bawah)
س	Sin	s	Es
ش	Syin	sy	Es dan Ye
ص	Sad	s	Es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	d	De (dengan titik di bawah)
ط	Ta	t	Te (dengan titik di bawah)
ظ	Dho	dh	De dan Ha
ع	Ain	‘	Kom terbalik (di atas)
غ	Gain	g	Ge
ف	Fa	f	Ef
ق	Qaf	q	Ki
ك	Kaf	k	Ka

Arab		Latin	
Kons	Nama	Kons	Nama
ل	Lam	l	El
م	Mim	m	Em
ن	Nun	n	En
و	Wau	w	We
ه	Ha	h	Ha
ء	Hamzah	,	Aposrtof
ي	Ya	y	Ya

2. Vokal tunggal atau *monoftong* bahasa arab yang lambangnya hanya berupa tanda atau *harakat*, transliterasinya dalam tulisan latin dilambangkan dengan huruf berikut:
 - a. Tanda fathah dilambangkan dengan huruf a, misalnya *an-naas*.
 - b. Tanda kasrah dilambangkan dengan huruf i, misalnya *qalbi*.
 - c. Tanda dhammah dilambangkan dengan huruf u, misalnya *khumaira*.
3. Vokal rangkap atau *diftong* bahasa arab yang lambangnya berupa gabungan antara *harakat* dengan huruf, transliterasinya dalam tulisan latin dilambangkan dengan gabungan huruf sebagai berikut:
 - a. Vokal rangkap وا dilambangkan dengan gabungan huruf au, misalnya *aulya*.
 - b. Vokal rangkap ي dilambangkan dengan gabungan huruf ai, misalnya *Sayyid Hasan*.
4. Vokal panjang atau *maddah* yang lambangnya berupa *harakat* dan huruf, transliterasinya dilambangkan dalam huruf dan tanda *macron* (coretan horisontal) diatasnya misalnya *murū'ah*.

5. *Syaddah* atau *tasydid* yang dilambangkan dengan tanda *syaddah* dalam tulisan latin transliterasinya dilambangkan dengan huruf yang sama dengan huruf yang bertanda *syaddah* itu, misalnya *sunnah*, *saddun*, *tayyib*.
6. Kata sandang dalam bahasa arab yang dilambangkan dengan huruf *alif-lam*, transliterasinya dalam tulisan latin dilambangkan dengan huruf yang sesuai dengan bunyinya dan ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan diberitanda sempang sebagai penghubung, misalnya *al-magribi*.
7. Ta' *marbutah* mati atau yang dibaca seperti berharakat *sukun*, dalam tulisan latin dilambangkan dengan huruf "h", sedangkan ta' *marbutah* yang hidup dilambangkan huruf "t", misalnya *ummah*.
8. Tanda *apostrof* (') sebagai transliterasi huruf *hamzah* hanya berlaku untuk yang terletak di tengah atau di akhir kata, misalnya *ra'yi*. Sedangkan di awal kata, huruf *hamzah* tidak dilambangkan dengan sesuatupun, misalnya *Islam*.