

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENYESUAIAN DIRI  
PADA MAHASISWA BARU DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS  
MERDEKA MALANG**

**SKRIPSI**

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh  
Derajat Sarjana Psikologi**



Zulfita Senja Ayu Wardani  
21090000099

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG  
MALANG  
2025**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Zulfitas Senja Ayu Wardani  
NIM : 21090000099  
Universitas : Universitas Merdeka Malang  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : S1 Psikologi  
Judul Skripsi : Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

Malang, 7 Juli 2025

## DISETUJI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si.

Dosen Pembimbing



Eka Indah Nurmawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog



Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Merdeka Malang

Dr. Nawang Warsi-Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

**Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang**

Dipersiapkan dan disusun oleh  
Zulfita Senja Ayu Wardani  
21090000099

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
Pada tanggal 2 Juli 2025

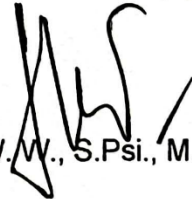
Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Eka Indah N., S.Psi., M.Psi., Psikolog

Sekretaris Penguji



Dr. Nawang W. W., S.Psi., M.Si., Psikolog

Anggota Penguji



Dr. Rinto Wahyu Widodo, S.Psi., M.Si

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana.

Malang, 7 Juli 2025  
Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

## SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Zulfita Senja Ayu Wardani  
Nomor Pokok : 21090000099  
Program Studi : S1 Psikologi  
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Klinis  
Judul Skripsi : Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang  
Lokasi Penelitian : Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang  
Alamat Rumah Asal : Dsn. Dawung RT.03/RW.01 Ds. Olak-Alen Kec. Selorejo Kab. Blitar Jawa Timur  
No. Telp/ Email : 085649795644/ [zulfitasenjaa@gmail.com](mailto:zulfitasenjaa@gmail.com)

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika saya melakukan plagiasi maka saya bersedia dicabut gelar akademik saya. Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 7 Juli 2025



Zulfita Senja Ayu Wardani

## **MOTTO**

“Sebenarnya tidak ada yang perlu dikhawatirkan, Allah memang tidak menjanjikan hidupmu selalu mudah, tetapi dua kali Allah berjanji bahwa sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”

(Qs. Al-Insyirah: 5-6)

“Singkat saja, apa yang ada padamu sekarang barang kali impian banyak orang, jangan lupa memeluk dan berterimakasih pada dirimu sendiri”

(zsenjaa)

## **LEMBAR PERSEMBAHAN**

Alhamdulillahirabbil Alamin. Skripsi ini merupakan bentuk rasa syukur penulis kepada Allah SWT karena telah mengizinkan penulis untuk menyusun dan menyelesaikan skripsi ini dengan kemudahan serta kelancaran. Skripsi ini penulis persembahkan kepada kedua orang tua penulis Bapak Imam Mujali dan Ibu Dwi Astutik sebagai salah satu tanda cinta dan terima kasih atas segala jerih payah mereka agar penulis mendapatkan gelar sarjana. Tanpa mereka, penulis tidak akan sampai di titik ini. Skripsi ini juga penulis persembahkan kepada Bapak/Ibu Dosen, keluarga, sahabat, teman, dan semua pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, doa, dan bersedia menemani penulis untuk menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya. Selanjutnya, skripsi ini penulis persembahkan untuk siapapun yang bertanya kepada penulis “kapan sidang?, kapan lulus?, kapan wisuda?”, tanpa bertanya apakah penulis baik-baik saja. Terakhir, skripsi ini penulis persembahkan sebagai bukti bahwa tiada hal indah yang hanya diraih dengan kemudahan.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala limpahan rahmat, karunia, serta hidayah-Nya sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul ini dengan sebaik-baiknya. Penulis sangat menyadari bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak skripsi ini tidak akan terselesaikan. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Allah SWT atas segala limpahan nikmat, kemudahan, kelancaran serta mukjizat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya.
2. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang dan juga selaku Dosen Penguji 2 pada saat seminar hasil.
3. Ibu Eka Indah Nurmawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing penulis. Terima kasih atas segala bantuan dan bimbingannya selama ini, sampai akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar dan tepat waktu. Penulis sangat berterima kasih atas waktu dan arahan yang Ibu berikan selama proses penyusunan skripsi ini. Semoga kebaikan Ibu dibalas oleh Allah dengan berlipat ganda dalam setiap langkah karir dan perjalanan Ibu kedepannya.
4. Bapak Dr. Rinto Wahyu Widodo, S.Psi., M.Si selaku Dosen Penguji 2 pada saat seminar proposal dan selaku Dosen Penguji 3 pada saat seminar hasil.

5. Seluruh Bapak/Ibu Dosen dan Staf Akademik Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. Terima kasih untuk semua ilmu, segala hal yang telah di ajarkan, serta bantuan dan dukungan yang telah diberikan kepada penulis selama menempuh pendidikan di perkuliahan.
6. Cinta pertama, Ayahanda Imam Mujali. Beliau memang tidak sempat merasakan bangku perkuliahan, namun beliau mampu melakukan segala hal dan memberikan segalanya agar penulis dapat menyelesaikan studinya sampai sarjana. Terima kasih atas segala nasihat yang selalu diberikan. Terima kasih telah menjadi panutan, penguat dan pengingat paling hebat. Terima kasih atas kesabaran dan pengorbanan yang selalu mengiringi perjalanan hidup penulis. Terima kasih telah menjadi sumber kekuatan dan inspirasi, serta menjadi cahaya yang tak pernah padam dalam setiap langkah yang penulis tempuh. Terima kasih telah menjadi tempat untuk pulang dan menjadi salah satu alasan penulis untuk tetap bertahan.
7. Wanita hebat, Ibunda Dwi Astutik. Terima kasih atas segala hal yang telah diberikan untuk penulis, meskipun ribuan terima kasih tak akan cukup untuk membayar segala pengorbanan, rasa sakit, dan lelahnya merawat dan mendidik penulis dari bayi hingga saat ini. Segala hal baik yang penulis dapatkan dari beliau akan penulis contoh kelak di masa depan, dan segala hal buruk yang penulis dapatkan dari beliau akan penulis jadikan sebagai pembelajaran dan tak akan terulang kembali di masa depan. Meskipun pikiran kita sering kali tak sejalan, namun percayalah bahwa penulis sangat menyayangimu.

8. Saudara kandung penulis. Teruntuk kakak penulis, Ika Reni Nur Dilla, terima kasih telah bersedia untuk mendengarkan keluh kesah perjalanan penulis menyusun skripsi ini. Terima kasih telah mendukung setiap langkah yang penulis pilih di kehidupannya. Teruntuk adik penulis yang raganya jarang dipeluk, Raissa Putri Elysia Sadira, terima kasih untuk segala canda tawa yang sempat hadir dan semoga kelak kamu dapat merasakan hal-hal indah yang pernah kedua kakakmu rasakan.
9. Mereka yang sudah penulis anggap sebagai keluarga, Aulia Diva Febriana dan De, Enjel Dulce Maria Dite. Mereka bukan hanya sekedar sahabat, tetapi mereka adalah bagian penting di hidup penulis. Terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis. Terima kasih telah berusaha memberikan warna-warna baru di kehidupan penulis. Terima kasih karena selalu mengusahakan untuk tetap bersama-sama meski terkadang serasa tak mudah. Terima kasih atas segala bantuan, dukungan, waktu, serta doanya untuk membantu penulis menyusun skripsi ini hingga selesai. Terima kasih telah senantiasa menemani dan menjadi penyemangat perjalanan penulis yang tak mudah ini, tanpa mereka skripsi ini bukan apa-apa. Semoga Tuhan membalas kebaikan dan ketulusan yang telah kalian berikan untuk penulis.
10. Teman-teman penulis yang tidak bisa disebut namanya satu persatu. Terima kasih telah memberikan banyak bantuan dan dukungan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih telah bersedia untuk mengenal dan berteman dengan penulis. Semoga hal-hal baik

selalu datang kepada mereka dan semoga mereka dikelilingi orang-orang yang baik.

11. Mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang Tahun 2024/2025 yang telah bersedia untuk diwawancarai dan bersedia untuk mengisi kuesioner penelitian ini. Terima kasih atas segala bantuan, dukungan, dan partisipasinya dalam penyusunan skripsi ini. Semoga mereka diberikan kelancaran dalam menuntut ilmu, dan semoga diberikan kemudahan dalam menyusun skripsi mereka kelak.
12. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terima kasih telah banyak membantu memberikan pemikiran dan dukungan demi keberhasilan dan kelancaran dalam menyusun skripsi ini.
13. Terakhir, kepada penulis sendiri, sang pemilik nama Zulfita Senja Ayu Wardani. Terima kasih atas segala hal yang telah dilakukan untuk sampai pada titik ini. Meskipun terlihat tak secepat orang lain, bukan berarti penulis gagal dan menyerah. Terima kasih sudah bertahan dan tetap kuat meski rasanya dunia menyuruh untuk menyerah. Terima kasih telah berusaha semaksimal mungkin untuk menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala limpahan rahmat, karunia, serta hidayah-Nya sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang" dengan sebaik-baiknya.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat memperoleh gelar sarjana dalam program studi S1 Psikologi di Universitas Merdeka Malang. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dalam penyusunan skripsi ini, tanpa bantuan, dukungan, dan doa dari mereka, skripsi ini tidak akan terselesaikan dengan baik.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan sehingga jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis menerima kritik dan saran dari para pembaca agar dapat menyempurnakan skripsi ini. Penulis juga berharap skripsi ini dapat bermanfaat dan memberikan inspirasi bagi para pembaca.

Malang, 7 Juli 2025



Zulfita Senja Ayu Wardani

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS .....	iv
MOTTO.....	v
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH .....	vii
KATA PENGANTAR .....	xi
DAFTAR ISI .....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
INTISARI .....	xvii
ABSTRACT .....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	6
A. Penyesuaian Diri.....	6
1. Pengertian Penyesuaian Diri .....	6
2. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri .....	6
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri.....	8
B. Dukungan Sosial.....	9
1. Pengertian Dukungan Sosial .....	9
2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial .....	9
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial.....	10
C. Mahasiswa Baru .....	11
D. Keterkaitan antara Penyesuaian Diri dengan Dukungan Sosial .....	12
E. Hipotesis.....	14
BAB III METODE PENELITIAN.....	15
A. Desain Penelitian .....	15
B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel .....	15
1. Variabel Terikat: Penyesuaian Diri .....	15
2. Variabel Bebas: Dukungan Sosial .....	16
C. Partisipan Penelitian .....	16
1. Populasi .....	16
2. Sampel.....	17
D. Cara Pengumpulan Data .....	18
1. Skala Dukungan Sosial .....	18
2. Skala Penyesuaian Diri .....	19
E. Cara Analisis Data .....	20
1. Uji Asumsi .....	20
2. Uji Hipotesis .....	21
F. Prosedur Penelitian .....	21
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	22
A. Deskripsi Subjek Penelitian.....	22

B. Kategorisasi Data.....	22
C. Statistik Deskriptif dan Reliabilitas Alat Ukur .....	23
D. Hasil Uji Hipotesis.....	24
1. Uji Normalitas.....	24
2. Uji Linearitas .....	25
3. Uji Hipotesis .....	26
E. Pembahasan.....	26
BAB V PENUTUP .....	30
A. Kesimpulan.....	30
B. Saran .....	30
DAFTAR PUSTAKA .....	32
LAMPIRAN .....	34

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Pedoman Kategorisasi .....	22
Tabel 2 Kategorisasi Dukungan Sosial.....	23
Tabel 3 Kategorisasi Penyesuaian Diri.....	23
Tabel 4 Nilai Maksimal dan Minimal, Nilai Rata-Rata (M), Standar Deviasi (SD) dan Reliabilitas <i>Alpha Cronbach</i> ( $\alpha$ ) .....	24
Tabel 5 Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogorov-smirnov</i> Variabel Dukungan Sosial serta Penyesuaian Diri .....	25
Tabel 6 Hasil Uji Linearitas Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri.....	25
Tabel 7 Hasil Uji Linearitas Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri.....	26

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berpikir .....	13
----------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Penelitian .....	35
Lampiran 2 Tabulasi Data Skala Penelitian .....	41
Lampiran 3 Hasil Uji Normalitas dan Uji Linearitas.....	46
Lampiran 4 Hasil Uji Hipotesis .....	49
Lampiran 5 Surat Izin Penelitian Skala .....	51
Lampiran 6 Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi.....	53
Lampiran 7 Hasil Cek Turnitin .....	55
Lampiran 8 Daftar Riwayat Hidup .....	58

## **Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang**

Zulfita Senja Ayu Wardani  
Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang  
[zulfitaseniaa@gmail.com](mailto:zulfitaseniaa@gmail.com)

### **INTISARI**

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional, dengan jumlah responden sebanyak 124 mahasiswa baru tahun 2024/2025 di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. Penentuan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala dukungan sosial dan skala penyesuaian diri dalam bentuk skala Likert. Teknik analisis data menggunakan uji regresi linear sederhana. Hasil analisis data menunjukkan nilai signifikansi  $0.00$  ( $p=0.00$ )  $< 0.05$  dengan arah hubungan positif, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan arah positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. Nilai  $R^2 = 0.518$  yang artinya terdapat pengaruh antara variabel dukungan sosial terhadap variabel penyesuaian diri sebesar 51,8%. Penelitian ini dapat memberikan informasi bahwa dukungan sosial dapat memprediksi tinggi rendahnya penyesuaian diri pada mahasiswa baru. Oleh karena itu, perlu adanya peningkatan dukungan sosial pada mahasiswa baru agar dapat menyesuaikan diri dengan baik, sehingga mampu menghadapi berbagai tantangan di perkuliahan serta menjalani perkuliahannya dengan baik dan maksimal.

**Kata Kunci:** Dukungan sosial; Penyesuaian diri; Mahasiswa baru

## **Relationship between Social Support and Self-Adjustment in New Students at the Faculty of Psychology Merdeka University of Malang**

Zulfita Senja Ayu Wardani  
Faculty of Psychology, Merdeka University of Malang  
[zulfitaseniaa@gmail.com](mailto:zulfitaseniaa@gmail.com)

### **ABSTRACT**

The purpose of this study was to determine the relationship between social support and self-adjustment in new students at the Faculty of Psychology, Merdeka University, Malang. This study used a quantitative correlational method, with 124 respondents from the 2024/2025 school year at the Faculty of Psychology, Merdeka University, Malang. The sample determination used a simple random sampling technique. The measuring instruments used were a scale of social support and a scale of self-adjustment in the form of a Likert scale. The data analysis technique used a simple linear regression test. The results of the data analysis showed a significance value of 0.00 ( $p = 0.00$ )  $< 0.05$  with a positive relationship direction, so it can be concluded that there is a significant relationship with a positive direction between social support and self-adjustment in new students at the Faculty of Psychology, Merdeka University, Malang. The  $R^2$  value = 0.518, which means that there is an influence between the social support variable and the self-adjustment variable of 51.8%. This study can provide information that social support can predict the level of self-adjustment in new students. Therefore, it is necessary to increase social support for new students so that they can adapt well, so that they are able to face various challenges in lectures and undergo their lectures well and optimally.

**Keywords:** Social support; Self-Adjustment; New student