

**KORELASI GEJALA DEPRESI, *SOCIAL SUPPORT*,
DAN *QUALITY OF LIFE* PADA MAHASISWA
PEMBELAJARAN JARAK JAUH**

TESIS

Oleh

Elizabeth Sulistyorini

717191008



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
2021**

**KORELASI GEJALA DEPRESI, *SOCIAL SUPPORT*,
DAN *QUALITY OF LIFE* PADA MAHASISWA
PEMBELAJARAN JARAK JAUH**

*The Correlation of Depressive Symptoms, Social Support, and
Quality of Life in Online-Learning University Student*

Tesis ini diajukan sebagai salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Magister Psikologi (M.Psi.)

Disusun oleh:
Elizabeth Sulistyorini
717191008



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
2021**

PERNYATAAN

Saya, Elizabeth Sulistyorini, nomor induk: 717191008

Dengan ini menyatakan menjamin bahwa tesis yang diserahkan kepada Program Studi Magister Psikologi Universitas Tarumanagara, berjudul: Korelasi Gejala Depresi, *Social Support*, dan *Quality of Life* pada Mahasiswa Pembelajaran Jarak Jauh

merupakan **karya sendiri** yang tidak dibuat dengan melanggar ketentuan **plagiarisme dan otoplagiarisme**.

Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme tersebut dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.

Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 28 Februari 2021



Elizabeth Sulistyorini
717191008

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PENGELOLAAN & PUBLIKASI TESIS OLEH
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

Sebagai sivitas akademik Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama (sesuai KTP) : Elizabeth Sulistyorini
NIM : 717191008

demi perkembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**KORELASI GEJALA DEPRESI, SOCIAL SUPPORT, DAN QUALITY OF LIFE PADA
MAHASISWA PEMBELAJARAN JARAK JAUH**

*The Correlation of Depressive Symptoms, Social Support, and Quality of Life in Online-Learning
University Student*

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), dan **mempublikasikan** *) karya ilmiah (tesis) saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta (*author*) atau sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Mengetahui,



Roswiyani, PhD., Psikolog

Jakarta, 15 Maret 2021
Yang menyatakan,



Elizabeth Sulistyorini

*) *Hak Publikasi **mohon diedit** (boleh dicantumkan/ **tidak dicantumkan**), tergantung kondisi, apakah karya ilmiah (tesis) **sudah pernah/belum pernah dipublikasikan**.*

Mohon dicantumkan keterangan mengenai Tahun Terbit, Judul, Nama Media Publikasi, Nama Penerbit, atau Link (URL) Publikasi, jika karya ilmiah (tesis) sudah pernah dipublikasikan.

Tahun Terbit : _____
Judul Karya : _____
Nama Media : _____
(Judul Jurnal/Prosiding)
Alamat Link (URL) : _____

LEMBAR PENGESAHAN

Nama : Elizabeth Sulistyorini

N.I.M. : 717191008

Program Studi : Magister Psikologi

KORELASI GEJALA DEPRESI, *SOCIAL SUPPORT*, DAN *QUALITY OF LIFE* PADA MAHASISWA PEMBELAJARAN JARAK JAUH

telah diuji pada Sidang Tesis pada hari Jumat tanggal 22 Januari 2021

dan dinyatakan Lulus oleh Dewan Penguji yang terdiri atas:

1. Ketua : Dr. Monty P. Satiadarma, MS/AT, MCP/MFCC, DCH, Psikolog

2. Anggota : Sri Tiatri, PhD., Psikolog


Jakarta, 15 Maret 2021

Pembimbing



Roswiyani, PhD., Psikolog

Dekan



Dr. Rostrana, M.Si., Psikolog

Ketua Program



Dr. P. Tommy Y. S. Suyasa, Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas segala berkat, karunia, dan penyertaannya, peneliti dapat menyelesaikan tesis dengan judul “Korelasi Gejala Depresi, *Social Support*, dan *Quality of Life* pada Mahasiswa Pembelajaran Jarak Jauh”. Tesis ini ditulis untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Psikologi Universitas Tarumanagara Jakarta.

Pertama, saya ingin mengucapkan terima kasih yang sangat mendalam kepada Roswiyani, PhD., Psikolog yang telah dengan sabar membimbing, memberikan masukan, saran, dan kritik untuk menyelesaikan tesis serta membagikan ilmu dan pengetahuan kepada peneliti selama ini. Rasa percaya yang dimiliki oleh Roswiyani, PhD., Psikolog kepada peneliti mendorong peneliti untuk melakukan yang terbaik dalam tesis ini.

Peneliti juga mengucapkan terima kasih yang mendalam kepada kedua orang tua. Tesis ini tidak akan selesai tanpa adanya dukungan materi maupun nonmateri yang diberikan kepada peneliti. Tidak lupa kepada adik peneliti yang juga memberikan dukungan kepada peneliti untuk segera menyelesaikan tesis ini.

Terima kasih pula bagi saudara dan rekan-rekan seangkatan di Magister Psikologi Klinis Universitas Tarumanagara yang selalu memberikan dukungan dan dorongan kepada peneliti untuk menyelesaikan tesis ini. Terkhusus kepada Andiyani Yanuari, Lia Hervika, Alice Dian Permata Sari, Rieanda Febisahfitri, Nurul Astria Putri, Syahni Soraya Putri, dan Wenny Ratnasari yang terus hadir dari permulaan perkuliahan di Magister Psikologi hingga saat ini dan terus mendukung peneliti untuk menyelesaikan tesis ini. Peneliti juga ingin mengucapkan terima

kasih kepada Reginald Kurniawan yang memberikan dukungan serta dorongan semangat yang tidak henti dalam pengerjaan tesis in.

Peneliti juga ingin mengucapkan terima kasih yang mendalam kepada teman-teman di media sosial, seperti Instagram, Twitter, Line, Facebook, serta WhatsApp yang bersedia untuk mengisi kuesioner maupun untuk membagikan informasi mengenai penelitian ini kepada orang lain. Semoga Tuhan Yang Maha Esa selalu melimpahkan berkat dan karuniaNya kepada seluruh pihak atas segala kebaikan dan bantuan yang telah diberikan.

Tesis yang disusun ini tidak terlepas dari banyak kekurangan dan kelemahan, mengingat keterbatasan ilmu, pengetahuan, serta pengalaman yang dimiliki oleh penulis. Maka dari itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah mendukung dan membantu peneliti dalam proses pengerjaan ini. Peneliti mengharapkan adanya saran dan kritik yang membangun sehingga dapat bermanfaat dalam proses penyusunan penelitian selanjutnya.

Atas perhatiannya, peneliti mengucapkan terima kasih.

Jakarta, Maret 2021

Elizabeth Sulistyorini

DAFTAR ISI

Lembar Pernyataan Orisinalitas.....	i
Lembar Pernyataan Pengelolaan dan Publikasi Tesis oleh Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara.....	ii
Lembar Pengesahan.....	iii
Kata Pengantar.....	iv
Daftar Isi.....	vi
Daftar Bagan.....	ii
Daftar Tabel.....	x
Daftar Lampiran.....	xi
Abstrak.....	xii
<i>Abstract</i>	xiii
Bab I Pendahuluan.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	8
1.4.2 Manfaat Praktis.....	8
Bab II Kajian Pustaka.....	9
2.1 <i>Quality of Life</i>	9
2.1.1 Definisi <i>Quality of Life</i>	9
2.1.2 Faktor yang Mempengaruhi <i>Quality of Life</i>	10

2.1.3 Domain <i>Quality of Life</i>	12
2.2 Gejala Depresi.....	14
2.2.1 Defisini dan Gejala Depresi.....	14
2.2.2 Faktor Risiko Gejala Depresi.....	17
2.3 <i>Social Support</i>	20
2.3.1 Definisi <i>Social Support</i>	20
2.3.2 Dimensi <i>Social Support</i>	21
2.3.3 Bentuk <i>Social Support</i>	22
2.4 Kerangka Berpikir.....	23
2.5 Hipotesis.....	28
Bab III Metode Penelitian.....	29
3.1 Partisipan.....	29
3.2 Desain Penelitian.....	30
3.3 <i>Setting</i> Lokasi dan Perlengkapan Penelitian.....	30
3.4 Pengukuran Penelitian.....	31
3.4.1 Pengukuran Gejala Depresi.....	31
3.4.2 Pengukuran <i>Social Support</i>	32
3.4.3 Pengukuran <i>Quality of Life</i>	34
3.5 Prosedur Pengambilan Data.....	35
3.6 Analisis Data.....	36
Bab IV Hasil Penelitian.....	38
4.1 Gambaran Partisipan.....	38
4.2 Gambaran Umum Hasil Penelitian.....	39
4.3 Analisis Uji Normalitas.....	41
4.4 Analisis Korelasi.....	41

4.5 Analisis Data Tambahan.....	45
4.5.1 Perbedaan Gejala Depresi Berdasarkan Data Demografis.....	45
4.5.2 Perbedaan <i>Social Support</i> Berdasarkan Data Demografis	46
4.5.3 Perbedaan <i>Quality of Life</i> Berdasarkan Data Demografis.....	49
Bab V Diskusi, Saran, dan Simpulan.....	53
5.1. Diskusi.....	53
5.2 Saran.....	58
5.2.1 Saran Teoritis.....	58
5.2.2 Saran Praktis.....	59
5.3 Simpulan.....	61
Daftar Pustaka.....	63
Lampiran.....	70

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Berpikir.....	27
----------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Gambaran Demografis Partisipan.....	38
Tabel 4.2 Gambaran Umum Hasil Penelitian.....	40
Tabel 4.3 Kategorisasi Hasil Penelitian.....	40
Tabel 4.4 Mean, Standar Deviasi, dan Korelasi.....	44
Tabel 4.5 Gejala Depresi Berdasarkan Data Demografis.....	45
Tabel 4.6 <i>Social Support</i> Berdasarkan Data Demografis.....	47
Tabel 4.7 <i>Quality of Life</i> Berdasarkan Data Demografis.....	49
Tabel 4.8 Dimensi <i>Quality of Life</i> Berdasarkan Data Demografis.....	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian.....	71
Lampiran 2 Kisi-Kisi Alat Ukur.....	87
Lampiran 3 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	88
Lampiran 4 Gambaran Partisipan Penelitian.....	91
Lampiran 5 Hasil Pengujian Normalitas.....	94
Lampiran 6 Hasil Uji Korelasi.....	95
Lampiran 7 Hasil Uji Beda.....	97

Korelasi Gejala Depresi, *Social Support*, dan *Quality of Life* pada Mahasiswa Pembelajaran Jarak Jauh

Elizabeth Sulistyorini, S.Psi.

Roswiyani Roswiyani, PhD., Psikolog

Universitas Tarumanagara

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengetahui korelasi antara gejala depresi, *social support*, dan *quality of life* mahasiswa Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) serta mengetahui perbedaan kekuatan antara gejala depresi dan *social support* dalam korelasi dengan *quality of life* mahasiswa PJJ. *Social support* yang diterima oleh lingkungan sekitar dapat mempengaruhi tingkat gejala depresi dan *quality of life* yang dirasakan individu. Terdapat 263 partisipan yang terdiri atas 84.4% wanita dan rata-rata usia 20.05 tahun yang berdomisili di Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi. Partisipan mengisi kuesioner secara daring yang mencakup kuesioner BDI-II, MSPSS, dan WHOQOL-BREF. Hasil olah data dengan menggunakan analisis korelasi *Spearman* menunjukkan bahwa *quality of life* mahasiswa memiliki korelasi yang signifikan secara negatif dengan gejala depresi dan secara positif dengan *social support*. Gejala depresi juga memiliki korelasi yang signifikan secara negatif dengan *social support* yang diterima oleh mahasiswa. Apabila dibandingkan dengan kekuatan korelasi pada *social support*, gejala depresi yang dialami menunjukkan kekuatan korelasi yang lebih besar dengan *quality of life* mahasiswa. Secara keseluruhan, 31.2% mahasiswa mengalami gejala depresi ringan, 67.7% mahasiswa mendapat *social support* dalam jumlah sedang, dan 66.2% memiliki *quality of life* yang cukup baik. Oleh karena itu, mahasiswa diharapkan melakukan tindakan pencegahan gejala depresi. Anggota keluarga dan sesama mahasiswa juga perlu untuk saling membantu dan mendukung mahasiswa dalam masa Pembelajaran Jarak Jauh.

Kata Kunci : Gejala depresi, *social support*, *quality of life*, pembelajaran jarak jauh, mahasiswa

The Correlation of Depressive Symptoms, Social Support, and Quality of Life in Online-Learning University Student

Elizabeth Sulistyorini, S.Psi., Roswiyani Roswiyani, PhD., Psikolog
Universitas Tarumanagara

Abstract

This study aims to determine the correlation between depressive symptoms, social support, and the quality of life of Online-Learning university students and to know the difference in strength between depressive symptoms and social support in correlation with the quality of life of Online-Learning students. The social support received from the individual's surroundings can affect the depressive symptoms and the quality of life of the individual. There are 263 participants consisted of 84.4% women and an average age of 20.05 years who live in Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, and Bekasi. Participants completed an online questionnaire measuring BDI-II, MSPSS, and WHOQOL-BREF. The result of data processed using Spearman's correlation analysis shows that the students' quality of life is significantly correlated with depressive symptoms in negative terms and positively with social support. Depressive symptoms significantly correlated with depressive symptoms in negative terms as well. In comparison with the strength of correlation in social support, depressive symptoms had a stronger correlation with students' quality of life. Overall, 31.2% of students experienced mild depressive symptoms, 67.7% of students received moderate social support, and 66.2% of students had a fairly good quality of life. Therefore, students are expected to take preventive steps for depressive symptoms. Family members and fellow students also need to help and support each other in the Online-Learning period.

Keywords : Depressive symptoms, quality of life, social support, online-learning period, university students