



## **SKRIPSI**

### **Judul:**


Hubungan Kebahagiaan Subjektif dengan Kualitas Hidup  
pada Mahasiswa Selama Masa Transisi Pandemi  
COVID-19

### **Disusun oleh:**

CRISTINE IMELDA BONGSO

NIM. 705190092

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
2023

 <b>UNTAR</b> Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	<b>FR-FP-04-06/R0</b>	<b>HAL.</b> <b>1/1</b>
<b>05 NOVEMBER 2010</b>	<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN NASKAH</b>	

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Cristine Imelda Bongso**

NIM : **705190092**

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah yang diserahkan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, berjudul:

**Hubungan Kebahagiaan Subjektif dengan Kualitas Hidup pada Mahasiswa Selama Masa Transisi Pandemi COVID-19**

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 mana pun.

Jakarta, 17 Januari 2023

Yang Memberikan Pernyataan



**Cristine Imelda Bongso**

 <b>UNTAR</b> Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-07/R0	HAL 1/1
05 NOVEMBER 2010	SURAT PERNYATAAN EDIT NASKAH	

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Cristine Imelda Bongso  
N I M : 705190092  
Alamat : Jalan Raya Pasar Minggu KM 18 No 21, Jakarta Selatan  
DKI Jakarta 12510

Dengan ini memberi hak kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara untuk menerbitkan sebagian atau keseluruhan karya penelitian saya, berupa skripsi yang berjudul:

**Hubungan Kebahagiaan Subjektif dengan Kualitas Hidup pada Mahasiswa Selama Masa Transisi Pandemi COVID-19**

Saya juga tidak keberatan bahwa pihak editor akan mengubah, memodifikasi kalimat-kalimat dalam karya penelitian saya tersebut dengan tujuan untuk memperjelas dan mempertajam rumusan, sehingga maksud menjadi lebih jelas dan mudah dipahami oleh pembaca umum sejauh perubahan dan modifikasi tersebut tidak mengubah tujuan dan makna penelitian saya secara keseluruhan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh, secara sadar, dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 17 Januari 2023

Yang Membuat Pernyataan



**Cristine Imelda Bongso**

## Pengesahan

Nama : CRISTINE IMELDA BONGSO  
NIM : 705190092  
Program Studi : PSIKOLOGI  
Judul Skripsi : Hubungan Kebahagiaan Subjektif dengan Kualitas Hidup pada Mahasiswa Selama Masa Transisi Pandemi COVID-19  
Title : Relationship between Subjective Happiness and Quality of Life among College Students during Transition Period of COVID-19 Pandemic

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Program Studi PSIKOLOGI Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara pada tanggal 17-Januari-2023.

### Tim Penguji:

1. RAJA OLOAN TUMANGGOR, S.Ag., Dr.
2. RAHMAH HASTUTI, S.Psi., M.Psi., Psikolog.
3. PAMELA HENDRA HENG, S.Pd,M.P.H.,M.A.,Ph.D.

Yang bersangkutan dinyatakan: **LULUS.**

Pembimbing:  
PAMELA HENDRA HENG,  
S.Pd,M.P.H.,M.A.,Ph.D.  
NIK/NIP: 10710008



---

Jakarta, 17-Januari-2023  
Ketua Program Studi



ZAMRALITA, Dr.M.M., Psikolog

## ABSTRAK

**Cristine Imelda Bongso (705190092)**

**Hubungan Kebahagiaan Subjektif dengan Kualitas Hidup pada Mahasiswa Selama Masa Transisi Pandemi COVID-19; Pamela Hendra Heng., S.Pd., M.P.H., M.A., Ph.D. Program Studi S-1 Psikologi, Universitas Tarumanagara, (i-xi;44 halaman, P1-P3, L1-L24)**

Saat ini sudah mulai memasuki masa transisi pandemi COVID-19 dimana kegiatan yang awalnya *online* menjadi *offline* dimana kegiatan pembelajaran juga ikut mengalami penyesuaian sehingga pelajar khususnya mahasiswa perlu melakukan penyesuaian diri dengan melibatkan emosi positif yaitu bahagia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kebahagiaan dengan *quality of life* pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19. Kebaruan pada penelitian ini yaitu menggunakan fenomena di masa transisi pandemi COVID-19 dan dengan partisipan mahasiswa sehingga hasil dari penelitian ini dapat berkontribusi untuk menjadi acuan maupun referensi bagi penelitian mendatang. Partisipan penelitian ini berjumlah 133 mahasiswa yang terdiri dari 56 laki-laki dan 77 perempuan berusia 18 – 25 tahun yang berdomisili di Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi. Kebahagiaan diukur menggunakan *Subjective Happiness Scale* dan *quality of life* diukur menggunakan *The World Health Organization Quality of Life – BREF*. Hasil uji korelasi menghasilkan nilai  $\text{sig.} = 0.000 < 0.05$  dan nilai  $r = 0.441$  yang berarti kebahagiaan memiliki hubungan positif dengan *quality of life* dimana ketika kebahagiaan seseorang tinggi maka *quality of life* juga tinggi.

*Kata kunci: kebahagiaan, kualitas hidup, mahasiswa, pandemi COVID-19*