

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP *SELF-CRITICISM* PADA
PEREMPUAN KORBAN PERSELINGKUHAN DI JEMBER**

SKRIPSI

**Diajukan Guna Memenuhi Salah Satu Syarat untuk
Memperoleh Gelar Strata 1 (S1) Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Jember**

Oleh:

Putri Hilda Eka Munfaridah

NIM: 2210811072

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

2026

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas
Muhammadiyah Jember untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Satu (S1) Psikologi

Pada Tanggal

11 Agustus 2026

Mengesahkan,

Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Jember

Dekan


Dr. Nurhela Widyarini, S.Psi, M.Si.
NIP. 197505292005012001

Dewan Penguji

Tandatangan

Istiqomah, S. Psi., M.Si., Psikolog

NPK. 1975053111312445

Ria Wiyatfi Linsiya, S.Psi, M.Si., M.Psi, Psikolog

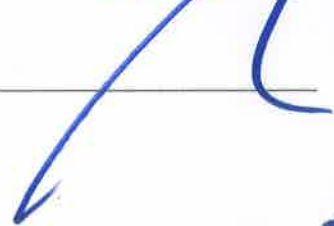
NPK. 1992011812003915

Panca Kursistin Handayani, S.Psi., M.A., Psikolog

NIP. 197303032005012001







HALAMAN PERSEMBAHAN

Aku persembahkan skripsi ini pada semua pemilik hati baik di hidupku, yaitu orang tuaku, saudaraku, adik kecilku, sahabat-sahabatku. Mereka yang diam diam mendoakanku, mengucapkan hal-hal baik kepadaku, menjagaku dari yang ingin menyakitiku, membelaku, dan menyayangiku. Terima kasih atas hadir dan dukungan hangat dalam pengerjaan skripsi ini.



MOTTO

“Freedom its not Free”

“Jangan jadikan masa lalumu yang buruk sebagai penentu siapa kamu hari ini,
jadikan itu penentu seberapa jauh kamu sudah melangkah”

(Putri Hilda Eka Munfaridah)



HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Putri Hilda Eka Munfaridah

NIM : 2210811072

Dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia menerima konsekuensi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang telah saya peroleh.

Jember, 11 Agustus 2026

Yang Menyatakan



Putri Hilda Eka M

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT karena atas rahmat, karunia, serta hidayah-Nya. Sholawat serta salam semoga selalu tercurah limpahkan pada junjungan kita Nabi Besar Muhammad SAW yang telah membawa kita dari alam kegelapan menuju alam terang benderang. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Self-Criticism* Pada Perempuan korban Perselingkuhan di Jember”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember. Selama proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan serta motivasi, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Nurlaela Widyarini, S.Psi., M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember. Terima kasih yang tak terhingga penulis haturkan atas segala dedikasi, pengabdian, serta kepemimpinan yang penuh kehangatan dalam menaungi Fakultas Psikologi. Berkat dedikasi Ibu, atmosfer akademis dan dinamika belajar mengajar di kampus ini senantiasa berlangsung dalam iklim yang aman, nyaman, dan kondusif. Secara pribadi, penulis ingin mengukir rasa terima kasih atas setiap senyuman ramah dan bentuk dukungan hangat yang senantiasa Ibu hadirkan. Disadari ataupun tidak, sapaan serta kebaikan sederhana tersebut

kerap menjadi penawar lelah sekaligus pendorong semangat yang sangat berarti bagi penulis untuk terus bertahan dan menuntaskan tugas akhir ini.

2. Ibu Ria Wiyatfi Linsiya, M.Si., M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing II sekaligus Dosen Wali. Penulis menghaturkan terima kasih yang amat mendalam atas ruang waktu, kesabaran yang tak pernah bertepi, serta perhatian tulus yang senantiasa Ibu curahkan sepanjang proses penyusunan skripsi ini. Lebih dari sekadar membimbing dan mengasah karya ilmiah ini, Ibu telah menjadi sosok Dosen Wali yang menyediakan "ruang aman" yang sangat menenangkan bagi penulis di tengah dinamisnya masa perkuliahan. Penulis mengucapkan rasa syukur yang tak terhingga atas segala pengertian dan pertolongan yang Ibu berikan. Dari lubuk hati yang terdalam, penulis juga menyampaikan permohonan maaf yang sebesar-besarnya atas segala kekhilafan, keterbatasan, maupun kesukaran yang mungkin terbit dari penulis. Terima kasih atas nasihat dan peringatan yang tak kenal lelah sejak semester awal hingga tahap akhir ini, yang telah membentuk penulis menjadi pribadi yang lebih dewasa dan bertanggung jawab atas kewajiban akademis di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember.
3. Ibu Panca Kursistin Handayani, S.Psi., M.A., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing I sekaligus sosok inspirator utama dalam perjalanan akademis penulis. Penulis menyampaikan terima kasih yang teramat dalam atas kehangatan empati, kesabaran, serta arahan yang begitu bernilai dalam membimbing penulis melewati tiap lembar proses skripsi ini. Melalui kedalaman ilmu, wawasan, dan cara pandang yang Ibu bagikan, penulis

dibimbing untuk memandang kehidupan dengan sudut pandang yang lebih luas, bijaksana, dan penuh empati. Tanpa Ibu sadari, kehadiran dan keteladanan Ibu telah memantik motivasi besar dalam diri penulis untuk terus berbenah, tumbuh menjadi pribadi yang lebih terstruktur, dan berani bertanggung jawab penuh atas pilihan hidup. Tanpa bimbingan serta motivasi dari Ibu, skripsi ini tentu tidak akan selesai dengan baik.

4. Ibu Istiqomah, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Penguji. Penulis menghaturkan terima kasih yang setinggi-tingginya atas kejelian, masukan yang membangun, serta arahan kritis yang Ibu berikan selama penyusunan skripsi ini. Nasihat dan ilmu pengetahuan yang Ibu salurkan telah menjadi cermin berharga bagi penulis untuk terus berevaluasi, memperbaiki setiap kekurangan, serta menanamkan kerendahan hati untuk tidak pernah berhenti belajar.
5. Kepada Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember, penulis menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang teramat mendalam atas setiap bulir ilmu, wawasan, serta keteladanan hidup yang telah ditanamkan kepada penulis. Pengertian, perhatian, dan nasihat yang senantiasa diberikan telah menjadi pijakan yang kokoh bagi penulis hingga sanggup berdiri tegap di muara masa studi ini. Terima kasih untuk setiap jiwa pendidik yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, hakikatnya, seluruh Bapak dan Ibu Dosen adalah bagian tak terpisahkan dari lembar demi lembar perjalanan perkuliahan penulis.

6. Kepada Pihak Staf Pengajaran, Laboratorium Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember, serta Mas Soleh, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas kemudahan pelayanan, bantuan administrasi, dan kemurahan hati yang diberikan sepanjang proses penyusunan skripsi ini. Penulis memohon maaf yang setulus-tulusnya apabila dalam proses akademis ini, penulis sering kali merepotkan atau membuat pihak pengajaran, laboratorium, maupun Mas Soleh harus bekerja lebih keras. Terima kasih atas kesabaran, keikhlasan, dan profesionalisme yang senantiasa dihadirkan, sehingga proses panjang dan berliku ini dapat berjalan dengan begitu lancar.
7. Kepada seluruh Ibu-ibu responden yang hebat dan tangguh, tempat penulis belajar tentang arti sejati dari ketabahan dan keberanian di tengah remuknya ketidakadilan. Terima kasih yang tak terhingga atas kelapangan hati, ketulusan, dan kesediaan Ibu sekalian untuk meluangkan waktu serta membuka lembaran kisah yang tidak mudah demi membantu penyelesaian penelitian ini. Keberanian Ibu untuk tetap berdiri tegak, merawat asa, dan melangkah menjadi perempuan berdaya di tengah badai ujian kehidupan adalah lentera inspirasi yang sangat berharga. Kesaksian dan partisipasi Ibu bukan sekadar data bagi skripsi ini, melainkan sebuah penghormatan mendalam bagi perjuangan seluruh jiwa yang sedang mengupayakan kesembuhan dan kedamaiannya kembali.
8. Kepada Keluarga Tercinta, tempat penulis selalu menemukan pelukan hangat di kala badai kehidupan datang menerpa. Untuk Tante Rizka, terima

kasih telah menjadi rumah paling aman yang senantiasa bersedia menampung riak sedih dan bahagia penulis tanpa batas; terima kasih atas kehangatan tempat bermusyawarah dan berlindung. Untuk Tante Nita, terima kasih atas kesiapan jiwa dan raga untuk mengulurkan tangan ketika penulis merasa berada di titik tanpa harapan, hadirmu adalah perpaduan indah antara sosok pengayom dan sahabat sejati yang menyaksikan masa-masa sulit penulis. Untuk Tante Lida, Tante Warda, serta Mbah Cum, terima kasih yang tak terhingga atas doa yang tak pernah putus serta topangan tulus saat penulis merasa hilang daya. Serta untuk sepupu-sepupu tersayang, Nuriyah Camelia Rosalina dan Nuriyatul Inayatil Yaqinah, terima kasih atas telinga yang selalu sedia mendengar setiap keluh kesah dan jemari yang tak pernah lelah merangkul agar penulis kembali tegak berdiri dan menjadi Perempuan berdaya untuk hidupnya.

9. Kepada Kedua Orang Tua Penulis, dua jiwa luar biasa yang tak pernah berhenti belajar memeluk dan menjalankan peran sebagai orang tua. Terima kasih telah melahirkan, membesarkan, serta membimbing penulis hingga tumbuh menjadi insan terpelajar dan berbudi pekerti. Terima kasih yang teramat mendalam atas tumpahan kasih sayang, pengorbanan, dan perjuangan yang tak jarang menguras air mata serta tenaga, demi memastikan penulis bertumbuh dengan baik. Atas segala doa-doa rahasia yang senantiasa dipanjatkan dalam pekatnya malam demi keselamatan dan keberhasilan penulis, terima kasih telah menjadi alas an penulis ada, bertahan, dan sanggup mekar hingga hari ini.

10. Kepada Ketiga Adik Tercinta, Chika, Aerilyn, dan Kinara, kalian adalah alasan dan motivasi terbesar penulis untuk terus melangkah berani, menembus rintangan, dan berdiri tegak hingga detik ini. Terima kasih telah tumbuh menjadi adik-adik yang penuh pengertian, perhatian, dan menghiasi hari-hari penulis dengan keceriaan yang tulus. Terima kasih atas jemari kecil yang senantiasa terulur membawa pelukan hangat saat penulis merasa lesu, atas perhatian manis berupa segelas air di tengah pekatnya malam penyelesaian skripsi, serta atas nama-nama kalian yang senantiasa menjadi untaian kalimat paling khushyuk dalam sujud doa penulis. Sungguh sebuah anugerah indah bagi penulis dapat memiliki kalian sebagai saudara kandung yang teramat penulis cintai.
11. Kepada Sahabat-Sahabat Penulis Sejak Bangku SMA, Putri Nabillah dan Rosanti Fitri Anisa, terima kasih karena tak pernah lelah menjadi muara paling teduh bagi tempat berlabuhnya segala resah dan kelelahan penulis. Terima kasih telah bersedia menjadi saudara tak sedarah yang senantiasa bertahan di samping penulis, merawat riuh dan rumitnya masalah penulis tanpa pernah berpaling, serta setia menemani perjalanan panjang ini dengan sabar hingga tugas akhir ini dapat diraih.
12. Kepada Sahabat-Sahabat Penulis, Hannani Batrisya Anam, Diah Yasmina Khomisa, Radista Runa Alganis, Niluh Dwi Safitri Irianto. Berawal dari orang asing di ruang kuliah, kalian kini menjelma menjadi takdir-takdir baik yang berdampak begitu besar dan indah dalam hidup penulis. Terima kasih atas ketulusan bantuan yang tanpa pamrih, keikhlasan untuk selalu

mengulurkan tangan bahkan sebelum penulis sempat meminta, serta energi hangat yang kalian bagikan saat motivasi penulis berada di titik terendah. Terima kasih telah hidup sebagai manusia-manusia baik dan mengizinkan penulis terpercik oleh kebaikan tersebut.

13. Kepada Seluruh Teman-Teman Angkatan 2022, terima kasih atas setiap uluran tangan, bantuan sederhana yang berdampak mendalam, serta kebersamaan hangat yang melapangkan jalan penulis melintasi berbagai keterbatasan selama proses tugas akhir ini. Penulis merasa menjadi manusia yang sangat beruntung karena diizinkan mengecap ketulusan, merayakan momen-momen manis, dan menerima kado pertemanan yang begitu indah dari kalian. Terima kasih telah membersamai dan mengukir kenangan indah selama empat tahun rentang perkuliahan ini, menjadikan setiap dukanya bermakna dan setiap bahagiannya takkan pernah terlupakan.

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iii
MOTTO.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
INTISARI.....	xviii
ABSTRACT	xix
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	14
C. Tujuan Penelitian.....	15
D. Manfaat Penelitian.....	15
1. Manfaat Teoritis	15
2. Manfaat Praktis	16
E. Keaslian Penelitian	16
BAB II.....	23
TINJAUAN PUSTAKA.....	23
A. <i>Self-Criticism</i>	23
1. Definisi <i>Self criticism</i>	23
4. Fungsi-Fungsi <i>Self-criticism</i>	27
5. Karakteristik <i>Self-criticism</i>	28

6. Dinamika Pembentukan Perilaku <i>Self-criticism</i>	29
B. Dukungan Sosial	32
1. Definisi Dukungan Sosial	32
2. Aspek-aspek Dukungan Sosial.....	33
3. Fungsi Dukungan Sosial	34
C. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap <i>Self criticism</i> Pada Perempuan Korban Perselingkuhan Di Jember (jelaskan terkait threat dan shooting disini).....	37
B. Hipotesis Penelitian.....	42
BAB III.....	43
METODE PENELITIAN	43
A. Jenis Penelitian.....	43
B. Identifikasi Variabel	43
C. Definisi operasional.....	43
1. <i>Self-Criticism</i>	43
D. Subjek Penelitian.....	45
1. Populasi.....	45
2. Sampel	46
E. Metode Pengumpulan Data.....	47
1. <i>Self-Criticism</i>	47
2. Dukungan Sosial.....	48
F. Metode Analisis Data	49
1. Uji Keabsahan Alat Ukur.....	49
2. Uji Asumsi	50
3. Uji Hipotesis.....	51
4. Uji Deskriptif	52
BAB IV	54

HASIL DAN PEMBAHASAN	54
A. Orientasi Kancan dan Persiapan Penelitian	54
1. Orientasi Kancan	54
2. Persiapan Pelaksanaan Penelitian.....	56
3. Pelaksanaan Penelitian.....	59
B. Hasil Analisis Data	62
1. Hasil Uji Coba Pengambilan Data.....	62
2. Hasil pengambilan Data.....	65
C. Pembahasan.....	76
BAB V.....	83
KESIMPULAN DAN SARAN	83
DAFTAR PUSTAKA.....	87
LAMPIRAN	90

DAFTAR TABEL

Table 1 Blueprint Instrument FCRS	48
Table 2 Blueprint Skala Dukungan Sosial	49
Table 3 Hasil Uji Coba Validitas Self-Criticism	62
Table 4 Hasil Uji Coba Validitas Dukungan Sosial	64
Table 5 Hasil Uji Coba Reliabilitas Alat Ukur.....	64
Tabel 6 Hasil Uji Validitas Pengambilan Data Self-Criticism.....	65
Tabel 7 Hasil Uji Validitas Pengambilan Data Dukungan Sosial	67
Tabel 8. Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur.....	67
Tabel 9 Hasil Uji Normalitas Dukungan Sosial&Self-Criticism.....	68
Tabel 10. Hasil Uji Linearitas	69
Table 11 Tabel Hasil Uji regresi.....	70
Table 12 Hasil Uji Koefisien Determinasi	70
Tabel 13 Hasil Uji Hipotesis (Uji t).....	71
Tabel 14 Hasil Uji Deskriptif Variabel X dan Y	72
<i>Table 15 Hasil Uji Deskriptif Aspek Self-Criticism.....</i>	<i>73</i>
<i>Table 16 Hasil Uji Deskriptif Aspek Dukungan Sosial.....</i>	<i>75</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian.....	90
Lampiran 2 Alat Ukur	91
Lampiran 3 Data Kasar Uji Coba	94
Lampiran 4 Data kasar Uji Sesungguhnya	96
Lampiran 5 Uji validitas aitem tahap uji coba.....	102
Lampiran 6 Uji validitas aitem tahap pengambilan data.....	106
Lampiran 7 Uji realibilitas aitem pada tahap uji coba	109
Lampiran 8 Uji realibilitas aitem pada tahap pengambilan data	109
Lampiran 9 Uji hipotesis	110

