

**HUBUNGAN STRATEGI *COPING* DENGAN *SUBJECTIVE WELL BEING*
PADA NARAPIDANA PEREMPUAN DI RUTAN X**

SKRIPSI



**Oleh :
NADIA TRI UTAMI
NIM 20231770077**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
2026**

**HUBUNGAN STRATEGI *COPING* DENGAN *SUBJECTIVE WELL BEING*
PADA NARAPIDANA PEREMPUAN DI RUTAN X**

SKRIPSI



**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Untuk
Memenuhi Sebagian dari Syarat – Syarat Guna Memperoleh Derajat
Sarjana Psikologi**

**Oleh :
NADIA TRI UTAMI
NIM 20231770077**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

2026

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Nadia Tri Utami
NIM : 20231770077
Fakultas : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Strategi *Coping* dengan *Subjective Well Being* pada Narapidana Perempuan di Rutan X

menyatakan bahwa skripsi ini merupakan karya sendiri dan bukan jiplakan dari karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 27 April 2026
Mahasiswa



Nadia Tri Utami
20231770077

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN STRATEGI *COPING* DENGAN *SUBJECTIVE WELL BEING*
PADA NARAPIDANA PEREMPUAN DI RUTAN X**


SKRIPSI

Diajukan oleh :
NADIA TRI UTAMI
NIM 20231770077

Disetujui untuk diuji:

Surabaya, 27 April 2026

Dosen Pembimbing 1


Dr. Dewi Ilma Antawati, S. Psi., M.Psi., Psikolog

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN STRATEGI COPING DENGAN *SUBJECTIVE WELL BEING*
PADA NARAPIDANA PEREMPUAN DI RUTAN X**

SKRIPSI

Diajukan oleh :

NADIA TRI UTAMI

NIM 20231770077

Disetujui untuk diuji:

Surabaya, 27 April 2026

Dosen Pembimbing 2


Marini, S.Psi., M.Psi., Psikolog

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

2026

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN STRATEGI *COPING* DENGAN *SUBJECTIVE WELL BEING*
PADA NARAPIDANA PEREMPUAN DI RUTAN X

SKRIPSI

Diajukan oleh :

NADIA TRI UTAMI

NIM 20231770077

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat – Syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi.

Pada Tanggal

27 April 2026

Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah
Dekan

Dr. Dewi Ilma Antawati, S. Psi., M.Psi., Psikolog

Dewan Penguji :

Ketua : Hetty Murdiyani, S. Psi., M.Kes

Anggota 1 : Dr. Dewi Ilma Antawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Anggota 2 : Marini, S.Psi., M.Psi., Psikolog

HUBUNGAN STRATEGI *COPING* DENGAN *SUBJECTIVE WELL BEING* PADA NARAPIDANA PEREMPUAN DI RUTAN X

Nadia Tri Utami

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammdiyah Surabaya

nadiatri337@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara strategi *coping* dengan *Subjective Well-Being* (SWB) pada narapidana perempuan. Strategi *coping* dibedakan menjadi *coping* adaptif dan *coping* maladaptif. Subjek penelitian adalah seluruh narapidana perempuan di Rutan X yang berjumlah 150 orang, dengan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner strategi *coping* (adaptasi *Brief-COPE*) serta instrumen SWB yang terdiri atas *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) dan *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS). Analisis data menggunakan korelasi non-parametrik Spearman's Rho. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *coping* adaptif dengan SWB ($r = 0,167$; $p = 0,041$) serta hubungan negatif yang sangat signifikan antara *coping* maladaptif dengan SWB ($r = -0,290$; $p = 0,000$). Temuan ini menunjukkan bahwa strategi *coping* adaptif berkaitan dengan peningkatan kesejahteraan subjektif, sementara strategi *coping* maladaptif berhubungan dengan penurunan kesejahteraan subjektif pada narapidana perempuan.

Kata Kunci: *coping* adaptif, *coping* maladaptif, *Subjective well-being* (SWB)

**THE RELATIONSHIP BETWEEN COPING STRATEGIES AND
SUBJECTIVE WELL-BEING AMONG FEMALE INMATES AT RUTAN X**

Nadia Tri Utami

Faculty of Psychology, Muhammadiyah University of Surabaya

nadiatri337@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between coping strategies and Subjective Well-Being (SWB) among female inmates. Coping strategies were categorized into adaptive and maladaptive coping. The study employed a total sampling technique, involving all 150 female inmates at Rutan X. Data were collected using an adapted Brief-COPE questionnaire and SWB instruments, namely the Satisfaction with Life Scale (SWLS) and the Positive and Negative Affect Schedule (PANAS). Data were analyzed using Spearman's Rho correlation. The results revealed a significant positive relationship between adaptive coping and SWB ($r = 0.167$; $p = 0.041$), as well as a highly significant negative relationship between maladaptive coping and SWB ($r = -0.290$; $p < 0.001$). These findings indicate that adaptive coping strategies are associated with higher subjective well-being, whereas maladaptive coping strategies are associated with lower subjective well-being among female inmates.

Keywords: adaptive coping, maladaptive coping, subjective well-being

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Strategi *Coping* dengan *Subjective Well Being* pada Narapidana Perempuan di Rutan X” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Penyusunan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi persyaratan akademik serta memberikan gambaran mengenai hubungan antara strategi *coping* adaptif dan maladaptif dengan *Subjective well-being* (SWB) pada narapidana perempuan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam bidang psikologi serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis individu dalam konteks masyarakat.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat keterbatasan, baik dari segi metode, pembahasan, maupun penyajian. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan adanya kritik dan saran yang bersifat membangun demi penyempurnaan karya ilmiah ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca serta pihak-pihak yang membutuhkan.

Surabaya, 27 April 2026

Nadia Tri Utami

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Nadia Tri Utami
NIM : 20231770077
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Surabaya Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalti-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

HUBUNGAN STRATEGI *COPING* DENGAN *SUBJECTIVE WELL BEING*
PADA NARAPIDANA PEREMPUAN DI RUTAN X

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini Universitas Muhammadiyah Surabaya berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan karya saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Surabaya
Pada Tanggal : 27 April 2026
Yang menyatakan,



(NADIA TRI UTAMI.....)

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM	i
SURAT PERNYATAAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
UCAPAN TERIMA KASIH	viii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
<i>ABSTRACT</i>	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Narapidana	9
B. <i>Subjective well-being</i> (SWB).....	12
1. Pengertian <i>Subjective well-being</i> (SWB)	12
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Subjective well-being</i> (SWB)....	14
3. Aspek-Aspek <i>Subjective well-being</i> (SWB)	16
C. Strategi <i>Coping</i>	17
1. Pengertian <i>Coping Stress</i>	17
2. Jenis-Jenis <i>Coping Stress</i>	18
3. Strategi <i>Coping</i> dan Kaitannya dengan <i>Subjective well-being</i> (SWB) 20	
D. Hubungan Strategi <i>Coping</i> dan <i>Subjective well-being</i> (SWB) Pada Narapidana Perempuan	21
E. Kerangka Konseptual.....	24
F. Hipotesis	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Desain Penelitian	26
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	26
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	27

D.	Populasi, Sampel, dan Teknik pengambilan Sampel	29
E.	Teknik Pengumpulan Data.....	30
F.	Uji Validitas dan Reliabilitas	35
G.	Teknik Analisa Data.....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN		40
A.	Pelaksanaan Penelitian.....	40
B.	Hasil Analisis Data Penelitian	42
C.	Pembahasan	56
DAFTAR PUSTAKA.....		65
LAMPIRAN.....		68



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Rangkuman Keluhan Fisik yang Berkaitan dengan Distres Psikologis Narapidana Perempuan Bulan Maret 2025	3
Tabel 3.1 Blueprint Skala SWLS	31
Tabel 3.2 Blueprint Skala PANAS	33
Tabel 3.3 Blueprint Skala <i>Coping</i> Stress (Brief-COPE Adaptasi Bahasa Indonesia)	34
Tabel 4.1 Gambaran Umum Karakteristik Responden (N = 150).....	41
Tabel 4.2 Distribusi Item Valid dan Gugur Skala SWLS.....	45
Tabel 4.3 Distribusi Item Valid dan Gugur Skala PANAS Afek Positif dan Afek Negatif.....	46
Tabel 4.4 Distribusi Item Valid dan Gugur Skala Brief-COPE <i>Coping</i> Adaptif dan <i>Coping</i> Maladaptif	47
Tabel 4.5 Hasil Uji Reliabilitas Skala SWLS.....	48
Tabel 4.6 Hasil Uji Reliabilitas Skala PANAS Afek Positif	49
Tabel 4.7 Hasil Uji Reliabilitas Skala PANAS Afek Negatif.....	49
Tabel 4.8 Hasil Uji Reliabilitas Skala Brief-COPE <i>Coping</i> Adaptif.....	49
Tabel 4.9 Hasil Uji Reliabilitas Skala Brief-COPE <i>Coping</i> Maladaptif.....	50
Tabel 4.10 Hasil Uji Normalitas.....	50
Tabel 4.11 Hasil Uji Linearitas <i>Subjective well-being</i> (SWB) dan <i>Coping</i> Adaptif	51
Tabel 4.12 Hasil Uji Linearitas <i>Subjective well-being</i> dan <i>Coping</i> Maladaptif....	51
Tabel 4.13 Hasil Uji Korelasi Spearman.....	52
Tabel 4.14 Distribusi Frekuensi Kategorisasi <i>Coping</i> Adaptif.....	54
Tabel 4.15 Distribusi Frekuensi Kategorisasi <i>Coping</i> Maladaptif.....	55
Tabel 4.16 Distribusi Frekuensi Kategorisasi SWB.....	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	24
--------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Informed Consent	68
Lampiran 2. Pertanyaan Identitas Responden.....	68
Lampiran 3. Pertanyaan Bagian 1 (PANAS).....	70
Lampiran 4. Pertanyaan Bagian 2 (SWLS).....	72
Lampiran 5. Pertanyaan Bagian 3 (Brief-COPE).....	73
Lampiran 6. Tabulasi Data SWLS.....	76
Lampiran 7. Tabulasi Data PANAS	80
Lampiran 8. Tabulasi Data Brief-COPE	86
Lampiran 9. Hasil Olah Data SPSS.....	93
Lampiran 10 Kategori Jenjang SWLS	106
Lampiran 11. Kategori Jenjang PANAS	111
Lampiran 12. Kategori Jenjang Strategi <i>Coping</i> Stres.....	117
Lampiran 13. Surat Izin Penelitian.....	125
Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian.....	126
Lampiran 15. Bukti Bimbingan Skripsi	128
Lampiran 16. Adaptasi Instrumen Brief-COPE	130
Lampiran 17. Pedoman Wawancara Studi Pendahuluan.....	134
Lampiran 18. Hasil Wawancara Studi Pendahuluan	136

