

ABSTRAK

Sadira (2025). *Psychological well-being* pada perempuan dewasa awal yang menjalin hubungan romantis jarak jauh. *Skripsi*. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma

Hubungan jarak jauh memiliki tantangan dan hambatan dalam menjalin komunikasi, kontak fisik, dan kepercayaan yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* perempuan dewasa awal yang menjalaninya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui *Psychological well-being* pada perempuan dewasa awal yang menjalani hubungan romantis jarak jauh. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan desain penelitian analisis isi kualitatif (AIK). Partisipan dalam penelitian ini merupakan tiga perempuan dewasa awal yang sedang menjalin hubungan romantis jarak jauh. Metode dalam pengumpulan data adalah wawancara semi-terstruktur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perempuan dewasa awal yang menjalin hubungan romantis jarak jauh akan memiliki *psychological well-being* yang baik, ketika komponen cinta dalam hubungan yang sedang dijalani tetap terpenuhi dan tidak mengalami perubahan walaupun mengalami hambatan atau tantangan.

Kata kunci: *psychological well-being*, perempuan dewasa awal, hubungan jarak jauh

ABSTRACT

Sadira (2025). *Psychological well-being in early adult women who are in long-distance romantic relationships*. Mini thesis. Yogyakarta: Psychology, Faculty of Psychology, Sanata Dharma University.

Long-distance relationships have challenges and obstacles in establishing communication, physical contact, and trust that can affect the psychological well-being of early adult women who live in them. This research aims to determine the Psychological well-being in early adult women who are in long-distance romantic relationships. This research uses a qualitative method conducted with a qualitative content analysis (AIK) research design. The participants of this study were three early adult women who were in long-distance romantic relationships. Therefore, this study conducted data collection using the semi-structured interviews. The results showed that early adult women who are in a long-distance romantic relationship would have positive psychological well-being when the love element in their relationship remains fulfilled and does not change even though they experience obstacles or challenges.

Keywords: *psychological well-being, early adult women, long distance relationships*