

**Pengaruh *Self-esteem* terhadap Resiliensi pada  
Mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Kedokteran**



Chadiza Ayumas Hanani

1125153993

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi

**Program Studi Psikologi  
Fakultas Pendidikan Psikologi  
Universitas Negeri Jakarta**

**2019**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING  
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

Pengaruh *Self-Esteem* terhadap Resiliensi pada Mahasiswa  
Tahun Pertama Program Studi Kedokteran

Nama : Chadiza Ayumas Hanani  
NIM : 1125153993  
Program Studi : Psikologi  
Tanggal Ujian : 16 Agustus 2019

Pembimbing I



Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D

NIP. 197512162006042001





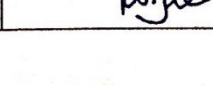
Pembimbing II



Gita Irianda R.M., M.Psi

NIP. 198912192019032015

**Panitia Ujian/Sidang Skripsi/Karya Inovatif**

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Gantina Komalasari, M.Psi (Penanggung Jawab)*		26/08-2019
Dr. Gungum Gumelar F.R., M.Si (Wakil Penanggung Jawab)**		20 Agustus 2019
Prof. Dr. Suparno Eko Widodo (Ketua Penguji)		20 Agustus 2019
Irma Rosalinda, M.Psi (Anggota I)***		20 Agustus 2019
Dr. R. A. Fadhallah, S.Psi, M.Si (Anggota II)***		22 Agustus 2019

**Catatan:**

\* Dekan FPPsi

\*\* Wakil Dekan I

\*\*\* Dosen Penguji Selain Pembimbing dan Ketua Penguji

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Chadiza Ayumas Hanani

Nomor Registrasi : 1125153993

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "Pengaruh *Self-Esteem* terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Kedokteran" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian saya pada bulan Juli 2019.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi / karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 8 Agustus 2019

Yang membuat pernyataan



Chadiza Ayumas Hanani

Dengan menyebut nama Allah SWT, “dan bahwasanya seorang manusia tiada memperoleh selain apa yang telah diusahakannya,”  
(Q.S. An-Najm 53: 39)

Skripsi ini saya persembahkan untuk Mama dan Papa saya, beserta keluarga yang telah mendidik dan membesarkan saya dengan penuh kasih sayang. Skripsi ini juga saya persembahkan untuk sahabat-sahabat dan orang terdekat saya yang selalu ada dan mendukung saya selama ini.



## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Program Studi Psikologi, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Chadiza Ayumas Hanani  
NIM : 1125153993  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Pendidikan Psikologi  
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta **Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Pengaruh *Self-Esteem* terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Kedokteran”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneklusif ini Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Dibuat di: Jakarta  
Pada tanggal: 8 Agustus 2019  
Yang menyatakan



(Chadiza Ayumas Hanani)

**CHADIZA AYUMAS HANANI**  
**PENGARUH *SELF-ESTEEM* TERHADAP RESILIENSI PADA**  
**MAHASISWA TAHUN PERTAMA PROGRAM STUDI**  
**KEDOKTERAN**

Skripsi  
Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi  
Universitas Negeri Jakarta, 2019

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self-esteem* terhadap resiliensi pada mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *self-esteem* adalah *Rosenberg Self-Esteem Scale* yang merupakan skala global. Resiliensi diukur dengan menggunakan *The 25 Item Resilience Scale* dari Wagnild dan Young. Hasil penelitian dari 120 responden penelitian menunjukkan bahwa tingkat *self-esteem* maupun resiliensi pada mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran tergolong dalam kategori sedang. Hasil penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi ( $p$ ) sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima yaitu terdapat pengaruh antara *self-esteem* terhadap resiliensi pada mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran. Pengaruh yang diberikan adalah sebesar 32,3% dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain selain *self-esteem*.

Kata Kunci: *Self-Esteem*, Resiliensi, Mahasiswa Kedokteran

**CHADIZA AYUMAS HANANI**  
**THE EFFECT OF SELF-ESTEEM ON RESILIENCE IN THE FIRST**  
**YEAR STUDENTS OF MEDICAL STUDY PROGRAM**

*Undergraduate Thesis*  
Jakarta: *Psychology Study Program, Faculty of Psychology Education*  
*State University of Jakarta, 2019*

***ABSTRACT***

*The study aims to determine the effect of self-esteem on resilience in the first year students of Medical Study Program. This research is using quantitative methods. Self-esteem was measured by Rosenberg Self-Esteem Scale which is a global scale. Resilience was measured by The 25 Item Resilience Scale by Wagnild and Young. The result from 120 respondents showed that the level of self-esteem and resilience among the first year students of Medical Study Program was classified in the medium category. The analysis results showed that the significance ( $p$ ) of 0,000 ( $p < 0,05$ ). Based on these results, it can be conclude that the hypothesis of this study has been accepted, which stated that there is an effect of self-esteem on resilience in the first year students of Medical Study Program. The effect which given by self-esteem on resilience was 32,3% and the rest was affected by other variables besides self-esteem.*

*Keywords: Self-Esteem, Resilience, Medical Students*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberi kemudahan serta kelancaran, sehingga Peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh *Self-Esteem* terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Kedokteran” ini. Skripsi ini ditulis sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi. Selain itu, skripsi ini merupakan sarana untuk mengimplementasikan kemampuan Peneliti yang diperoleh selama mengikuti perkuliahan.

Dalam penyusunan laporan penelitian ini, tidak sedikit hambatan yang dihadapi. Namun, Peneliti menyadari bahwa kelancaran dalam penelitian ini tidak lain berkat rahmat Allah SWT serta bantuan, dorongan, dan bimbingan orang-orang terdekat Peneliti, sehingga kendala-kendala yang dihadapi dapat teratasi. Oleh karena itu, Peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Gantina Komalasari, M.Psi selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi, Bapak Gungum Gumelar, M.Si selaku Wakil Dekan I Fakultas Pendidikan Psikologi, Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd selaku Wakil Dekan III, dan Ibu Mira Ariyani, Ph.D selaku Koordinator Program Studi Psikologi sekaligus pembimbing akademik Peneliti yang telah memberikan kelancaran akademik kepada Peneliti selama masa perkuliahan.
2. Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D selaku Wakil Dekan II Fakultas Pendidikan Psikologi sekaligus dosen pembimbing satu Peneliti dan Ibu Gita Irianda M.Psi., Psi selaku dosen pembimbing dua Peneliti. Terima kasih tak terhingga atas semua bimbingan, dukungan, semangat, dan kesabaran yang diberikan dalam mendampingi saya selama proses penyusunan skripsi hingga sidang.
3. Seluruh dosen Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat selama masa studi Peneliti.



4. Segenap staf administrasi dan karyawan Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi, Pak Haerudin, Bang Adul, Mbak Shanti, dan staf lain yang tidak dapat Peneliti sebutkan, tanpa mengurangi rasa hormat Peneliti ucapkan terima kasih banyak atas bantuan yang telah diberikan selama masa studi Peneliti.
5. Mama, Papa, Opung, Abang, Via, dan Chalil yang selalu memberikan doa, semangat, dan dukungan baik moril maupun materil.
6. Mahasiswa Kedokteran di seluruh Indonesia yang telah bersedia memberikan waktunya untuk membantu Peneliti melakukan penelitian.
7. Teman-teman Mustaghfirin, Ami, Akay, Cebong, Dimas, Firda, Pay, Kiko, Teh Ana, Kecun, Yoe, Alifa, Cesa, Faisal, Fida, Billy, Ajis, Toriq, dan teman-teman lain yang namanya tidak dapat Peneliti sebutkan satu per satu, terima kasih banyak karena selalu menjadi rumah yang nyaman untuk berpulang.
8. Teman-teman Kue Lapis, Nadiyah, Mute, Dhea, Auliah, Sita, Intan, Mita, dan Tiwi yang selalu menghibur dan memberi semangat selama masa perkuliahan.
9. Teman-teman Riya dan Toxic, Mira, Dew, Ulya, Faranabila, Farra, Dinda, Venska, Isna, Mita, dan yang lain yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu, terima kasih banyak sudah menjadi *stress reliever*.
10. Bang Fitroh, Bang Anjar, Bang Rangga, Bang Moti, Dina, Juple, Iqyu, Almara, Ayya, Gina, dan teman Peneliti lainnya yang telah membantu selama perkuliahan.
11. Teman seperbimbingan skripsi, Kelas E, dan seluruh angkatan 2015, terima kasih banyak sudah hadir di masa perkuliahan Peneliti.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk proses penyempurnaan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca.

Jakarta, 7 Agustus 2019

Peneliti

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI.....	II
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....	II
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	III
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	V
ABSTRAK .....	V
ABSTRACT .....	VI
KATA PENGANTAR.....	VIII
DAFTAR ISI.....	X
DAFTAR TABEL .....	XIII
DAFTAR GAMBAR.....	XIV
DAFTAR LAMPIRAN.....	XV
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1. LATAR BELAKANG MASALAH.....	1
1.2. IDENTIFIKASI MASALAH .....	7
1.3. BATASAN MASALAH .....	7
1.4. RUMUSAN MASALAH .....	8
1.5. TUJUAN PENELITIAN .....	8
1.6. MANFAAT PENELITIAN .....	8
1.6.1. <i>Manfaat Teoritis</i> .....	8
1.6.2. <i>Manfaat Praktis</i> .....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>10</b>
2.1. RESILIENSI .....	10
2.1.1. <i>Definisi Resiliensi</i> .....	10
2.1.2. <i>Komponen Resiliensi</i> .....	12
2.1.3. <i>Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi</i> .....	14
2.1.4. <i>Ciri-Ciri Individu yang Resilien</i> .....	16
2.1.5. <i>Pengukuran Resiliensi</i> .....	17
2.2. <i>SELF-ESTEEM</i> .....	19
2.2.1. <i>Definisi Self-esteem</i> .....	19
2.2.2. <i>Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Self-esteem</i> .....	20
2.2.3. <i>Pengukuran Self-esteem</i> .....	21

2.3.	MAHASISWA .....	22
2.3.1.	<i>Definisi Mahasiswa</i> .....	22
2.3.2.	<i>Karakteristik Perkembangan Mahasiswa</i> .....	23
2.4.	HUBUNGAN ANTARA <i>SELF-ESTEEM</i> DENGAN RESILIENSI .....	25
2.5.	KERANGKA KONSEPTUAL .....	26
2.6.	HIPOTESIS PENELITIAN .....	28
2.7.	HASIL PENELITIAN YANG RELEVAN.....	28
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>		<b>31</b>
3.1.	TIPE PENELITIAN.....	31
3.2.	IDENTIFIKASI DAN OPERASIONALISASI VARIABEL PENELITIAN .....	31
3.2.1.	<i>Definisi Konseptual</i> .....	31
3.2.2.	<i>Definisi Operasional</i> .....	32
3.3.	POPULASI DAN SAMPEL.....	32
3.3.1.	<i>Populasi</i> .....	32
3.3.2.	<i>Sampel</i> .....	33
3.3.3.	<i>Teknik Pengambilan Sampel</i> .....	33
3.4.	TEKNIK PENGUMPULAN DATA.....	34
3.4.1.	<i>Instrumen Resiliensi</i> .....	34
3.4.2.	<i>Instrumen Self-Esteem</i> .....	35
3.4.3.	<i>Uji Coba Instrumen</i> .....	36
3.4.4.	<i>Uji Validitas</i> .....	38
3.4.5.	<i>Uji Reliabilitas</i> .....	39
3.5.	ANALISIS DATA .....	40
3.5.1.	<i>Uji Statistik</i> .....	40
3.5.2.	<i>Hipotesis Statistik</i> .....	41
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>42</b>
4.1.	GAMBARAN RESPONDEN PENELITIAN.....	42
4.1.1.	<i>Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin</i> .....	42
4.1.2.	<i>Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Usia</i> .....	43
4.2.	PROSEDUR PENELITIAN.....	44
4.2.1.	<i>Persiapan Penelitian</i> .....	44
4.2.2.	<i>Pelaksanaan Penelitian</i> .....	46
4.3.	HASIL ANALISIS DATA PENELITIAN.....	47
4.3.1.	<i>Data Deskriptif Self-Esteem</i> .....	47
4.3.2.	<i>Data Deskriptif Resiliensi</i> .....	49
4.3.3.	<i>Uji Normalitas</i> .....	52
4.3.4.	<i>Uji Linieritas</i> .....	53
4.3.5.	<i>Uji Korelasi</i> .....	54
4.3.6.	<i>Uji Hipotesis</i> .....	55

4.4. PEMBAHASAN .....	57
4.5. KETERBATASAN PENELITIAN .....	61
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN .....</b>	<b>62</b>
5.1. KESIMPULAN.....	62
5.2. IMPLIKASI .....	62
5.3. SARAN .....	63
5.3.1. <i>Bagi Subjek Penelitian</i> .....	63
5.3.2. <i>Bagi Peneliti Selanjutnya</i> .....	63
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>64</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>70</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....</b>	<b>99</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> Skala Resiliensi.....	35
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala <i>Self-Esteem</i> .....	36
Tabel 3.3 Interpretasi Koefisien Reliabilitas Guilford.....	37
Tabel 3.4 <i>Blueprint</i> Skala <i>Self-Esteem</i> setelah Uji Coba.....	39
Tabel 3.5 <i>Blueprint</i> Skala Resiliensi setelah Uji Coba.....	39
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen.....	40
Tabel 4.1 Responden Penelitian berdasarkan Jenis Kelamin.....	42
Tabel 4.2 Responden Penelitian berdasarkan Usia.....	43
Tabel 4.3 Data Deskriptif Variabel <i>Self-Esteem</i> .....	47
Tabel 4.4 Kategorisasi Skor Variabel <i>Self-Esteem</i> .....	48
Tabel 4.5 Data Deskriptif Variabel Resiliensi.....	50
Tabel 4.6 Kategorisasi Skor Variabel Resiliensi.....	51
Tabel 4.7 Uji Normalitas.....	52
Tabel 4.8 Uji Linieritas.....	53
Tabel 4.9 Uji Korelasi.....	54
Tabel 4.10 Uji Signifikansi Keseluruhan.....	55
Tabel 4.11 <i>Model Summary</i> .....	56
Tabel 4.12 Persamaan Regresi.....	57

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual Penelitian.....	28
Gambar 4.1 Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	43
Gambar 4.2 Responden Penelitian berdasarkan Usia.....	44
Gambar 4.3 Data Deskriptif Variabel <i>Self-Esteem</i> .....	48
Gambar 4.4 Kategorisasi Skor Variabel <i>Self-Esteem</i> .....	49
Gambar 4.5 Data Deskriptif Variabel Resiliensi.....	50
Gambar 4.6 Kategorisasi Skor Variabel Resiliensi.....	52
Gambar 4.7 Grafik <i>Scatter Plot</i> Uji Linieritas.....	54



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kutipan Verbatim Wawancara <i>Preliminary Study</i> .....	70
Lampiran 2 Instrumen Uji Coba.....	72
Lampiran 3 Uji Validitas.....	77
Lampiran 4 Uji Reliabilitas.....	80
Lampiran 5 Surat Validasi Instrumen.....	82
Lampiran 6 Instrumen Final Penelitian.....	88
Lampiran 7 Uji Normalitas.....	93
Lampiran 8 Uji Linieritas.....	94
Lampiran 9 Uji Korelasi.....	95
Lampiran 10 Uji Hipotesis.....	96
Lampiran 11 Saran-Saran yang Disampaikan oleh Penguji.....	97

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1.Latar Belakang Masalah

Dalam melewati setiap tahap perkembangan, individu akan menghadapi masa transisi. Masa transisi dalam tahap perkembangan terjadi ketika anak-anak berkembang menjadi remaja, kemudian berkembang lagi menjadi orang dewasa. Selain transisi dari tahap perkembangan, masa transisi individu dialami pula pada masa sekolah. Transisi sekolah adalah perpindahan siswa dari sekolah yang lama ke sekolah baru yang lebih tinggi tingkatannya. Mulai dari sekolah dasar menuju sekolah menengah pertama, kemudian menuju sekolah menengah atas, hingga akhirnya menuju perguruan tinggi (Santrock, 2007). Transisi siswa dari SMA menuju Perguruan Tinggi merupakan masa transisi sekolah yang lebih kompleks dibandingkan masa transisi sekolah sebelumnya karena masa transisi siswa dari SMA menuju Perguruan Tinggi seringkali mengakibatkan perubahan dan stres (Santrock, 2007). Permasalahan yang timbul sebagai akibat dari masa transisi dari SMA menuju Perguruan Tinggi lebih banyak dialami oleh mahasiswa yang berada pada tahun pertama perkuliahan.

Mahasiswa baru merupakan status yang disandang oleh seseorang di tahun pertama kuliahnya. Pada awal masa perkuliahan di perguruan tinggi, mahasiswa dihadapkan pada berbagai macam tantangan dan perubahan dalam hidup. Masalah yang seringkali dialami oleh mahasiswa tahun pertama adalah pergeseran posisi atau yang disebut dengan *top-dog phenomenon*, yaitu pergeseran posisi sebagai siswa senior di SMA menjadi mahasiswa baru di Perguruan Tinggi (Santrock, 2007). Hal lain yang menyebabkan mahasiswa baru melalui kesulitan pada tahun-tahun pertama perkuliahannya adalah karena adanya perbedaan sifat pendidikan yang meliputi perbedaan kurikulum dan sistem pembelajaran, kedisiplinan, hubungan dosen dengan

mahasiswa, penyesuaian dalam hubungan sosial, masalah dalam hal ekonomi serta pemilihan bidang studi maupun jurusan, perubahan dari gaya hidup, perubahan dari gaya belajar, tugas-tugas di perkuliahan, serta target-target pencapaian dalam hal nilai (Gunarsa & Gunarsa, 2000; Santrock, 2003). Santrock menjelaskan bahwa masa transisi dari sekolah menuju ke perguruan tinggi melibatkan suatu perpindahan menuju struktur sekolah yang lebih besar dan lebih impersonal, meliputi interaksi dengan teman sebaya yang berasal dari latar belakang geografis dan etnis yang beragam, ditambah pula dengan adanya tekanan untuk mencapai prestasi akademik, seperti memperoleh nilai yang baik (Nur, 2015).

Kesulitan yang sama juga dialami oleh mahasiswa baru di jurusan kedokteran. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan oleh para peneliti yang kemudian dipublikasikan oleh *Journal of American Medical Association*, terdapat hampir 200 penelitian terhadap 129 ribu mahasiswa kedokteran di 47 negara. Hasil penelitian tersebut adalah sebanyak 27 persen atau sekitar satu per tiga dari populasi mahasiswa kedokteran tersebut mengalami depresi berikut gejalanya, sementara sebanyak 11 persen lain berpikir untuk melakukan bunuh diri selama masa perkuliahan. Mahasiswa kedokteran dapat mencapai dua sampai lima kali lebih kerap mengalami depresi dibandingkan mahasiswa jurusan lain. Prevalensi depresi berkisar antara 9 sampai dengan 56 persen. Data baru menyebutkan bahwa mahasiswa kedokteran mengalami depresi saat mereka berada di awal tahun perkuliahan, kemudian saat berada di kelas, dan saat melakukan pelatihan medis di rumah sakit. Menurut salah satu peneliti, Dr. Douglas Mata yang merupakan seorang warga patologi di Brigham and Women's Hospital di Boston, hal ini sudah merupakan masalah seluruh dunia ([www.cnnindonesia.com](http://www.cnnindonesia.com)).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 26 Juni 2019 terhadap lima belas dokter muda yang sedang menjalani koas di beberapa daerah, mereka mengatakan bahwa masa-masa tersulit yang mereka lalui selama masa perkuliahan maupun ketika menjalani koas adalah terletak di semester-semester awal masa perkuliahan, mulai dari semester satu sampai dengan semester tiga. Hal ini disebabkan adanya perbedaan ujian ketika di SMA dengan di perguruan

tinggi. Para mahasiswa program studi kedokteran biasanya dapat mengerjakan soal ujian hingga 100 sampai dengan 200 soal dalam satu kali ujian dan dengan waktu kurang lebih satu menit untuk setiap soal, sedangkan ketika di SMA mereka mengaku hanya mengerjakan paling banyak 50 soal dengan waktu yang lebih lama dibandingkan dengan perguruan tinggi dalam setiap ujian. Selain itu terdapat pula ujian praktik yang dirasa sulit bagi para dokter muda ketika berada di masa-masa awal perkuliahan. Hal ini semakin memperkuat hasil penelitian yang telah disebutkan sebelumnya, kemudian perlu digarisbawahi bahwa wawancara yang peneliti lakukan merupakan wawancara yang tidak terstruktur.

Permasalahan dan tantangan serta kesulitan merupakan fenomena hidup yang tidak bisa dihindari. Reaksi setiap individu terhadap berbagai tantangan atau permasalahan dalam hidup nyatanya berbeda-beda. Perbedaan reaksi ini disebabkan oleh cara pandang yang berbeda terhadap permasalahan yang dihadapi. Salah satu faktor yang mempengaruhi perbedaan itu adalah resiliensi (Amelia, Asni, & Chairilisyah, 2014).

Resiliensi merupakan istilah psikologi yang digunakan untuk mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengatasi dan mencari makna dalam peristiwa yang berat dalam hidupnya. Dengan adanya resiliensi, individu merespon peristiwa tersebut dengan fungsi intelektual yang sehat dan dukungan sosial (Richardson, 2002). Individu yang resilien memiliki tujuan, harapan, dan perencanaan terhadap masa depan, yang didukung oleh ketekunan dan ambisi dalam mencapai hasil yang diperoleh (Everall, Altrows, & Paulson, 2006). Kemampuan resiliensi yang optimal juga membantu seseorang terhindar dari berbagai perilaku maladaptif, seperti perilaku bunuh diri, depresi, menyerang orang lain, dan mengalami ketergantungan obat-obatan terlarang (Santrock, 2007).

Resiliensi juga didefinisikan sebagai kemampuan untuk berkembang dengan baik, matang, dan bertambahnya kompetensi dalam menghadapi keadaan dan rintangan yang sulit (Gordon, Padilla, Ford, & Thoresen, 1994). Oleh karena itu,

resiliensi memungkinkan individu untuk berkembang menjadi individu yang lebih kuat setelah mengalami pengalaman yang kurang menyenangkan. Dengan adanya resiliensi, individu akan mampu mengubah keadaan yang kurang menyenangkan bahkan cenderung menyensasikan menjadi sesuatu yang wajar untuk diatasi. Resiliensi adalah kapasitas seseorang untuk menghadapi, mengatasi, dan menjadi kuat atas kesulitan hidup yang tak terelakkan (Grotberg, 1999).

Individu dengan resiliensi yang baik dapat didefinisikan sebagai individu yang mampu menghadapi masalah dengan baik, mampu mengontrol diri, serta mampu mengelola stres dengan mengubah cara berpikir ketika berhadapan dengan stres (Shally & Prasetyaningrum, 2017). Individu yang resilien akan lebih tahan terhadap stres sehingga lebih sedikit mengalami gangguan emosi dan perilaku (Hauser, 1999). Individu yang resilien adalah mereka yang adaptif dalam artian tidak terkalahkan dan tidak mudah untuk diserang secara psikis.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Amelia, Asni, dan Chairilisyah pada tahun 2014 terhadap mahasiswa tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Riau, dapat disimpulkan bahwa distribusi ketangguhan diri (resiliensi) pada mahasiswa tahun pertama paling banyak berada pada kategori sedang dengan presentase sebesar 89,07%. Kategori lainnya yakni dengan kategori rendah sebesar 3,36% dan sisanya berada pada kategori tinggi yakni sebesar 7,57%.

Berdasarkan fenomena-fenomena yang telah disebutkan di atas, maka kemampuan resiliensi dibutuhkan bagi para mahasiswa tahun pertama program studi kedokteran untuk dapat bertahan dengan segala kesulitan di tahun pertama kuliahnya hingga akhirnya mencapai kelulusan. Akan tetapi, kemampuan resiliensi akan terjadi apabila seseorang mampu mengevaluasi dirinya secara positif. Memberikan evaluasi terhadap diri yang dibuat oleh setiap individu termasuk juga sikap seseorang terhadap dirinya sendiri dalam rentang dimensi positif dan negatif disebut dengan *self-esteem* (Baron & Byrne, 2004).

Proses menuju kemampuan resiliensi yang optimal dipengaruhi oleh beberapa faktor. Dalam jurnal karya Grotberg (1995), dinyatakan bahwa terdapat banyak faktor yang mempengaruhi resiliensi, yaitu hubungan saling mempercayai, dukungan emosional dari selain keluarga, *self-esteem* atau penghargaan diri, dorongan untuk mandiri, harapan, mengambil tanggung jawab dan resiko, rasa yang menimbulkan kasih sayang, prestasi sekolah, serta cinta yang tidak bersyarat. *Self-esteem* dipilih sebagai faktor yang mempengaruhi resiliensi dalam penelitian ini karena apabila seseorang telah mampu menerima dirinya sendiri tanpa syarat serta menilai positif dirinya maupun kehidupan yang dia jalani, maka akan membantu individu tersebut untuk dapat beradaptasi secara positif dan dapat melepaskan diri dari kesulitan apapun yang sedang dialaminya.

*Self-esteem* merupakan karakteristik intrapersonal yang memainkan peran yang signifikan dalam perkembangan resiliensi pada individu. Individu dengan tingkat *self-esteem* yang tinggi melihat dirinya secara positif, memiliki pandangan yang positif mengenai lingkungannya, maupun kemampuannya dalam menghadapi dan mengatasi permasalahan hidup. McCubin (2001) menyatakan bahwa resiliensi merupakan hasil positif dari proses adaptasi individu terhadap tekanan. Salah satu hasil positif dari resiliensi adalah dengan memiliki kemampuan untuk menghargai diri sendiri sehingga penjelasan mengenai peran harga diri dapat dilihat pada konsep resiliensi.

Individu dengan *self-esteem* yang tinggi lebih mampu mengenali diri sekaligus mampu menerima setiap perubahan yang ada, dan memiliki motivasi untuk mengembangkan perubahan ke arah positif. Individu dengan harga diri yang tinggi, cenderung merasa bahagia, aman, mampu menahan diri, tenang, dan memiliki pikiran yang jernih dalam mengatasi masalah yang terjadi (Yusuf, 2008). Hal-hal tersebut dikarenakan seorang individu memandang diri dan hidupnya secara lebih positif sehingga mendukung diri mereka untuk mencapai resiliensi.



Sebaliknya, individu dengan *self-esteem* yang rendah cenderung memandang perubahan sebagai suatu tuntutan yang menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam menampilkan perilaku sosialnya. Individu juga memberi pandangan negatif terhadap diri sendiri dan membiarkan pikiran tentang kelemahan-kelemahan dalam diri sendiri mendominasi perasaannya (Sorensen, 2006). Hal ini menghambat individu untuk berkembang ke arah yang lebih positif. Individu menjadi cenderung lebih memilih untuk melakukan sesuatu yang berbahaya dan merugikan karena merasa terasing, tidak dicintai, dan kurangnya pemahaman individu tersebut terhadap dirinya (Perdhana, Hartati, & Fauziah, 2012). Individu pula menjadi mudah stres ketika tidak mampu mencapai sesuatu yang diinginkan dan sulit mengembangkan potensi diri bahkan mencapai resilien.

Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa *self-esteem* memiliki hubungan dengan resiliensi dan bahkan dapat berpengaruh signifikan terhadap resiliensi. Di antaranya adalah penelitian yang dilakukan oleh Iqbal (2011) mengenai hubungan antara *self-esteem* dan religiusitas terhadap resiliensi pada remaja di Yayasan Himmata yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara religiusitas, *self-esteem*, dengan resiliensi pada remaja di Yayasan Himmata, yang mana jika remaja memiliki tingkat religiusitas dan *self-esteem* yang tinggi, maka tingkat resiliensinya pun tinggi. Sebaliknya, jika remaja memiliki tingkat religiusitas dan *self-esteem* yang rendah, maka tingkat resiliensinya pun rendah. Penelitian lainnya dilakukan oleh Alvina dan Dewi (2016) mengenai pengaruh harga diri dan dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa dengan pengalaman *bullying* ketika ospek di perguruan tinggi. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada harga diri dan dukungan sosial terhadap resiliensi. Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel independen (harga diri dan dukungan sosial) memberikan pengaruh pada variabel dependen (resiliensi).

Kedua penelitian di atas memiliki kesamaan yang terletak pada segi variabel yang diteliti, yaitu mengaitkan variabel *self-esteem* dan variabel resiliensi dengan variabel atau aspek yang lainnya. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini secara khusus mengeksplorasi bagaimana pengaruh *self-esteem* terhadap tingkat resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program studi kedokteran, sebab peneliti menilai bahwa *self-esteem* memiliki pengaruh yang penting terhadap pembentukan resiliensi pada mahasiswa yang berada di tahun pertama program studi kedokteran.

Berdasarkan fenomena dan pemaparan hal-hal tersebut di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian mengenai pengaruh *self-esteem* terhadap tingkat resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program studi kedokteran. Penelitian ini penting untuk dilakukan sebab belum banyak penelitian yang membahas tentang pengaruh *self-esteem* terhadap resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program studi kedokteran. Penelitian mengenai hubungan antara *self-esteem* dan resiliensi lebih banyak dilakukan pada subjek lainnya seperti remaja SMA, mahasiswa korban bullying, dan lain-lain. Variabel independen yang diteliti terhadap tingkat resiliensi mahasiswa kedokteran pun lebih banyak menggunakan variabel stres akademik.

### **1.2. Identifikasi Masalah**

Dari latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka penulis dapat mengidentifikasi masalah yang timbul, yaitu:

1. Apakah *self-esteem* berpengaruh terhadap resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program studi kedokteran?

### **1.3. Batasan Masalah**

Dari identifikasi masalah yang telah dipaparkan di atas, maka penulis merasa perlu untuk melakukan pembatasan masalah yang berkaitan dengan penelitian. Hal ini dilakukan agar pengkajian dalam penelitian ini tidak terlampau jauh terhadap apa yang akan disimpulkan. Oleh karena itu permasalahan penelitian ini akan dibatasi pada pengaruh *self-esteem* terhadap resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program studi kedokteran.

#### **1.4.Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah yang telah dikemukakan, masalah penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: “Apakah *self-esteem* berpengaruh terhadap resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program studi kedokteran?”.

#### **1.5.Tujuan Penelitian**

Sehubung dengan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pengaruh *self-esteem* terhadap resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program studi kedokteran.

#### **1.6.Manfaat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat teoritis dan praktis berupa:

##### **1.6.1. Manfaat Teoritis**

1. Menambah pengetahuan dan wawasan baru bagi mahasiswa khususnya di bidang Psikologi.
2. Memberikan sumbangan yang bermanfaat terhadap pengembangan ilmu Psikologi khususnya di bidang pendidikan dan perkembangan.
3. Menjadi referensi maupun data tambahan bagi penelitian terkait di masa mendatang.

##### **1.6.2. Manfaat Praktis**

1. Bagi subjek dan mahasiswa tahun pertama program studi lainnya:

Penelitian ini diharapkan secara praktis akan bermanfaat dalam memberikan informasi dan pemahaman kepada mahasiswa tahun pertama yang memiliki resiko tinggi terhadap ancaman psikologis, bahwa tekanan dan ancaman yang diterima tidak akan mempengaruhi kondisi psikologis mereka ketika *self-esteem* masih tinggi.

2. Bagi universitas dan lembaga pendidikan lainnya:

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi universitas yang menaungi mahasiswa yang memiliki resiko tinggi terhadap ancaman psikologis,

bahwa pembinaan yang dilakukan dapat dilakukan melalui pendekatan resiliensi di mana anak perlu dididik untuk menjadi lebih resilien dalam menghadapi permasalahan hidup melalui peningkatan *self-esteem*.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1. Resiliensi**

##### **2.1.1. Definisi Resiliensi**

Istilah resiliensi pertama kali dicetuskan oleh Redl pada tahun 1969 dan digunakan untuk menggambarkan bagian positif dari perbedaan individual dalam respon seseorang terhadap stres dan keadaan yang merugikan (*adversity*) lainnya (Desmita, 2009). Tetapi, hingga tahun 1980-an, istilah resiliensi belum digunakan secara konsisten. Istilah resiliensi diadopsi sebagai ganti dari istilah-istilah yang sebelumnya telah digunakan oleh para peneliti untuk menggambarkan fenomena, seperti: “*invulnerable*” (kekebalan), “*invincible*” (ketangguhan), dan “*hardy*” (kekuatan), karena dalam proses menjadi resilien tercakup pengenalan perasaan sakit, perjuangan, dan penderitaan (Desmita, 2009).

Luthar (2003) menyatakan bahwa resiliensi didefinisikan sebagai suatu fenomena atau proses yang secara relatif mencerminkan adaptasi positif meskipun saat mengalami ancaman atau trauma yang signifikan. Wagnild dan Young (1990) mendefinisikan resiliensi sebagai stamina emosional yang digunakan untuk menggambarkan orang-orang yang menunjukkan keberanian dan kemampuan beradaptasi di tengah kemalangan hidup.

Resiliensi juga didefinisikan sebagai faktor penyangga yang melindungi individu dari gangguan psikotik dan menggambarkan individu yang tangguh yang memiliki harga diri, efikasi diri, kemampuan dalam menyelesaikan masalah, serta hubungan interpersonal yang baik (Rutter, 1987).

Rirkin dan Hoopman, 1991 (dalam Henderson&Dweck, 1990), merumuskan definisi tentang resiliensi yang secara khusus ditujukan pada siswa dan pendidik, yang berisikan elemen-elemen pembangunan resiliensi di sekolah, yaitu: “*the*

*capacity to spring back, rebound, successfully adapt in the face of adversity, and develop social, academic, and vocational competence despite exposure to severe stress or simply to the stress that is inherent in today's world."*

Beberapa ahli juga mendefinisikan resiliensi secara lebih khusus ditujukan pada suatu konteks, yaitu keluarga. Walsh (2006) mendefinisikan resiliensi keluarga sebagai proses *coping* dan adaptasi di dalam sebuah keluarga sebagai unit fungsional sehingga keluarga dapat mengatasi dan menyesuaikan diri terhadap situasi sulit. Definisi lain yang diberikan Walsh untuk resiliensi keluarga adalah proses yang dilalui keluarga dalam mengatasi dan menyesuaikan diri terhadap situasi sulit atau menekan.

Dari beberapa definisi di atas, dapat dipahami bahwa resiliensi adalah kemampuan atau kapasitas insani yang dimiliki seseorang, kelompok atau masyarakat yang memungkinkannya untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi yang tidak menyenangkan, atau mengubah kondisi kehidupan yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi. Perbedaan dari definisi-definisi yang dikemukakan oleh para ahli di atas berakar pada pendekatan yang spesifik atau konteks di mana resiliensi dikaji, seperti resiliensi akademik, resiliensi keluarga, dan lain sejenisnya.

Bagi mereka yang resilien, resiliensi membuat hidupnya menjadi lebih kuat. Artinya, resiliensi akan membuat seseorang berhasil menyesuaikan diri dalam berhadapan dengan kondisi yang tidak menyenangkan, serta dapat mengembangkan kompetensi sosial, akademis dan vokasional sekalipun berada di tengah kondisi stres hebat yang inheren dalam kehidupan dunia dewasa ini (Desmita, 2009).

Dari beberapa pemaparan definisi dan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan suatu kekuatan dalam diri individu untuk bangkit dari keterpurukan sehingga mampu untuk beradaptasi dalam kondisi ketidakberuntungan



yang sedang dihadapi oleh individu. Definisi ini juga selanjutnya digunakan dalam definisi konseptual karena telah mencakup hal-hal mengenai resiliensi.

### **2.1.2. Komponen Resiliensi**

Grotberg (1999) menyebut komponen resiliensi dengan istilah sumber. Menurutnya, terdapat tiga sumber resiliensi individu, yaitu: *I have*, *I am*, dan *I can*. Ketiganya saling berinteraksi dan menentukan bagaimana resiliensi individu di kemudian hari.

#### *1. I have*

*I have* merupakan sumber resiliensi yang berhubungan dengan besarnya dukungan sosial yang diperoleh dari sekitar, sebagaimana dipersepsikan atau dimaknai oleh individu. Mereka yang memiliki kepercayaan rendah terhadap lingkungannya cenderung memiliki sedikit jaringan sosial dan beranggapan bahwa lingkungan sosial hanya sedikit memberikan dukungan kepadanya.

#### *2. I am*

*I am* merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan kekuatan pribadi dalam diri individu. Sumber ini mencakup perasaan, sikap, dan keyakinan pribadi.

#### *3. I can*

*I can* merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan usaha yang dilakukan oleh seseorang dalam memecahkan masalah menuju keberhasilan dengan kekuatan diri sendiri. *I can* berisi penilaian atas kemampuan diri yang mencakup kemampuan menyelesaikan masalah, keterampilan sosial dan interpersonal.

Lebih lanjut, Grotberg menjelaskan bahwa ketiga komponen *I have*, *I am*, dan *I can* akan mempengaruhi perilaku individu menjadi relatif stabil, dengan respons yang bermakna terhadap berbagai macam situasi dan kondisi yang dihadapi. Menurutnya, anak dan remaja dapat belajar untuk mampu merespons berbagai tekanan dan kesulitan secara resilien. Perasaan tidak berdaya saat berhadapan dengan tekanan dapat diubah menjadi kekuatan untuk berdaya.

Adapun menurut Wagnild dan Young (1993), terdapat lima komponen di dalam konsep resiliensi. Berikut adalah penjelasan dari lima komponen tersebut:

1. *Meaningfulness (Purpose)*

Suatu kesadaran bahwa hidup memiliki tujuan, di mana diperlukan usaha yang harus dikeluarkan untuk mencapai tujuan tersebut. Wagnild (2010) mengatakan, *meaningfulness* merupakan karakteristik yang paling penting, karena menjadi dasar untuk empat karakteristik lainnya. Hidup tanpa tujuan akan terasa sia-sia dan tidak terarah. Menurutnya, akan sangat sulit untuk menjalani hidup tanpa tujuan yang baik, karena tujuan tersebut yang akan membantu setiap individu ketika mengalami kesulitan ataupun mendorong untuk terus maju.

2. *Perseverance*

Suatu tindakan bertahan yang dilakukan individu untuk menghadapi kondisi sulit, keputusan dan kekecewaan yang sedang dialami. Makna dari *perseverance* berarti bahwa seseorang bersedia untuk berjuang menyusun kembali hidupnya dan disiplin terhadap dirinya sendiri. Wagnild (2010) menjelaskan bahwa adanya pengalaman kegagalan yang terus berulang serta penolakan dapat menghalangi individu dalam mencapai tujuan hidupnya. Namun, individu yang resilien akan terus bertahan untuk berjuang sampai akhir. Mereka cenderung akan menyelesaikan masalah sesulit apapun hambatannya.

3. *Self-Reliance*

Suatu keyakinan individu terhadap diri, kemampuan yang dimiliki, serta batasan diri. Hal tersebut didapat dari pengalaman berlatih secara konsisten yang akan membuat individu menjadi lebih percaya diri terhadap kemampuan diri sendiri. Sepanjang perjalanan hidup, individu akan menghadapi tantangan yang dapat diselesaikan dengan baik, namun di lain waktu individu juga akan mengalami kegagalan. Melalui pengalaman-pengalaman ini membuat individu mengembangkan kemampuan pemecahan masalah. Selain itu, mereka akan terus menggunakan,

mengadaptasi, memperkuat dan menentukan kemampuan ini sepanjang hidupnya (Wagnild, 2010).

#### 4. *Equanimity*

Suatu perspektif mengenai keseimbangan yang dimiliki individu berkaitan tentang hidup berdasarkan pengalaman yang terjadi semasa hidupnya. Individu mampu memperluas sudut pandang sehingga membuat ia lebih fokus pada hal-hal positif daripada hal-hal negatif dari situasi yang sedang dialami. *Equanimity* ini menandakan adanya keseimbangan dan harmoni dalam melihat suatu hal (Wagnild, 2010). Individu yang resilien menyadari bahwa hidup tidak semata-mata antara hal baik atau buruk saja, akan tetapi sadar bahwa ada kemungkinan untuk berubah setiap saat. Karena inilah mengapa individu yang resilien seringkali digambarkan sebagai individu yang optimis, karena ia mampu melihat peluang meskipun sedang menghadapi kondisi ketidakberuntungan yang dialami oleh individu tersebut.

#### 5. *Existential Aloneness*

Suatu kesadaran bahwa setiap orang memiliki kehidupan yang unik. Ada pengalaman-pengalaman serupa yang mungkin pernah dialami oleh setiap orang, namun ada juga kondisi yang hanya dialami oleh seseorang. Karakteristik ini mengandung “perasaan bebas” dan “unik/berbeda dari orang lain”. Komponen *existential aloneness* juga disebut “*coming home yourself*” oleh Wagnild (2010) yang menunjukkan bahwa individu yang resilien mampu untuk merasa nyaman atas kondisi dari dirinya sendiri. Mereka menghargai dirinya dan sadar penuh bahwa ia memiliki banyak hal yang dapat dikontribusikan untuk lingkungan sekitarnya.

### **2.1.3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi**

Menurut Resnick, Gwyther & Roberto (2011), terdapat empat faktor yang mempengaruhi resiliensi pada individu, yaitu: harga diri, dukungan sosial, spiritualitas atau keberagamaan dan emosi positif. Berikut penjelasannya:

a. Harga Diri (*Self-Esteem*)

Memiliki *self-esteem* yang baik pada diri individu dapat membantu individu dalam menghadapi permasalahan.

b. Dukungan Sosial (*Social Support*)

Dukungan sosial sering dihubungkan dengan resiliensi. Individu merupakan makhluk sosial yang cenderung membutuhkan dukungan sosial pula.

c. Spiritualitas (*Spirituality*)

Faktor lain yang mempengaruhi resiliensi dalam menghadapi tekanan dan penderitaan adalah ketabahan (*hardiness*) dan keberagamaan (*religiousness*) serta spiritualitas (*spirituality*). Spiritualitas termasuk didalamnya religiusitas merupakan kondisi dimana individu percaya bahwa ada entitas yang lebih besar dari dirinya yang mengatur alam semesta. Spritualitas dan religusitas dapat menjadi sandaran individu dalam mengatasi berbagai masalah yang menimpanya.

d. Emosi Positif (*Positive Emotion*)

Emosi positif yang dimiliki individu saat mengalami masa-masa krisis dapat menurunkan dan mengatasi stress menjadi efektif. Kemudian, emosi positif dapat menjadi pelindung dalam menghadapi ego.

Pendapat lain dari Werner dan Smith (Reich, Zautra, & Hall, 2010) yang telah melakukan penelitian panjang, selama kurang lebih 40 tahun yang diikuti oleh anak-anak dari sebuah pulau daerah Kauai sejak mereka kecil sampai dewasa. Dalam penelitian ini ditemukan beberapa faktor penting yang mempengaruhi *resilience outcomes*, yaitu karakteristik individu seperti *self-esteem* dan tujuan hidup, kemudian karakteristik keluarga seperti kasih sayang ibu dan dukungan keluarga, dan terakhir adalah lingkungan sosial yang lebih luas, terutama mendapatkan contoh dari orang dewasa yang menyediakan dukungan tambahan.

Grotberg (1995) dalam jurnalnya seperti yang telah disebutkan dalam latar belakang penelitian ini juga menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi di antaranya adalah *self-esteem*, dukungan sosial, hubungan saling

mempercayai, dukungan emosi dari selain keluarga, dorongan untuk mandiri, serta cinta yang tidak bersyarat.

#### **2.1.4. Ciri-Ciri Individu yang Resilien**

Seperti halnya dalam memberikan definisi, para ahli juga berbeda pendapat dalam merumuskan ciri-ciri yang dapat menggambarkan karakteristik seseorang yang resilien. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Reivich dan Shatee (2002), individu yang resilien juga memiliki karakteristik sebagai berikut:

##### *1. Overcoming*

Individu yang resilien biasanya menganalisa dan mengubah cara pandang menjadi lebih positif sekaligus meningkatkan kemampuan untuk mengontrol kehidupannya sendiri. Oleh sebab itu, mereka tetap merasa termotivasi, produktif, terlibat, dan bahagia meskipun dihadapkan pada berbagai tekanan di dalam kehidupan.

##### *2. Steering Through*

Individu yang resilien merasa yakin untuk mengatasi setiap masalah yang ada, tanpa merasa terbebani atau bersikap negatif terhadap kejadian yang terjadi. Individu yang resilien mampu mengendalikan dirinya dalam menghadapi masalah yang dihadapi.

##### *3. Bouncing Back*

Individu yang resilien biasanya aktif melakukan sesuatu untuk mengatasi kesulitan. Hal ini dikarenakan individu merasa mampu mengontrol setiap peristiwa dalam kehidupan.

##### *4. Reaching Out*

Individu yang resilien sangat memahami diri dan kehidupannya. Individu mampu memperkirakan risiko yang terjadi dan menemukan makna serta tujuan dalam kehidupan mereka.

Rutter (dalam Wagnild & Young, 1993) menggambarkan individu yang resilien sebagai orang yang mampu menghargai diri sendiri, percaya akan

kemampuan yang ia miliki, mampu menemukan jalan keluar atas permasalahan yang sedang dihadapi, dan memiliki kemampuan menjalin hubungan interpersonal dengan baik. Druss dan Douglas (dalam Wagnild & Young, 1993) menjelaskan bahwa individu yang resilien adalah individu yang mempunyai keberanian-keberanian yang luar biasa dan optimis dalam menghadapi situasi apapun yang terjadi di dalam kehidupannya, baik kematian, sakit maupun cacat sejak lahir.

#### **2.1.5. Pengukuran Resiliensi**

Ahern, Ark, dan Byers (2006) menyatakan bahwa dalam melakukan pengukuran resiliensi, dapat digunakan beberapa alat ukur, antara lain adalah *Baruth Protective Factors-Inventory* (BPMI), *Brief-Resilient Coping Scale* (BRCS), *Adolescent Resilience Scale* (ARS), *Conor-Davidson Resilience Scale* (CDRS), *Resilience Scale for Adults* (RSA), dan *Resilience Scale* (RS). Dari hasil *review* yang dilakukan oleh Ahern, et. al. (2006), diketahui bahwa *Resilience Scale* (RS) merupakan instrumen terbaik dalam penelitian resiliensi karena dapat diaplikasikan pada berbagai kelompok usia (termasuk remaja).

Pada penelitian ini resiliensi diukur dengan menggunakan *The 25-Item Resilience Scale* (RS-25) yang ditemukan oleh Gail M. Wagnild & Heather M. Young. *Resilience Scale* pertama kali dipublikasikan pada tahun 1990 oleh Wagnild dan Young. Skala ini berdasarkan studi kualitatif pada tahun 1987 mengenai wanita usia menengah ke atas yang telah berhasil beradaptasi dengan peristiwa-peristiwa penting dalam hidup. Selain itu skala ini juga berdasarkan pada pengkajian ulang literatur resiliensi pada masa itu (Wagnild & Young, 1990). *Resilience Scale* awalnya terdiri dari 50 butir berdasarkan studi kualitatif yang dilakukan pada 24 orang wanita usia menengah ke atas dengan rentang mulai dari usia 53-95 tahun. Setelah dianalisis skala ini kemudian mengalami pengurangan butir menjadi 25 butir dengan pertimbangan butir-butir tersebut lebih merepresentasikan lima karakteristik resiliensi hingga pada akhirnya dapat digunakan pertama kali pada tahun 1988 (Wagnild & Young, 1990).

*Resilience scale* ketika dikembangkan oleh Wagnild dan Young memiliki dua dimensi yang terdiri dari kompetensi personal dan penerimaan terhadap diri dan kehidupan, kemudian berdasarkan hasil analisis penelitian yang dilakukan terhadap 24 wanita usia menengah ke atas, diperoleh lima komponen yang berkontribusi dalam pembentukan resiliensi. Lima komponen tersebut adalah keseimbangan batin, ketekunan, kemandirian, kebermaknaan hidup, dan kesendirian eksistensial. Ketika lima komponen tersebut ditemukan, Wagnild dan Young diharapkan dapat melakukan pengamatan lebih jauh untuk dapat menggunakan kelima komponen tersebut sebagai dimensi, namun menurut mereka hal tersebut lebih sulit untuk ditafsirkan dibanding dua dimensi. *Resilience scale* kemudian dikembangkan oleh Lundman, Strandberg, Eisemann, Gustafson, dan Brulin dengan menggunakan lima dimensi yang telah teridentifikasi. Pada penelitian ini, *resilience scale* yang digunakan adalah skala yang menggunakan lima komponen. Menurut Lundman, dkk (2007) keunggulan dari *resilience scale* dengan menggunakan lima komponen atau dimensi yang mereka kembangkan adalah penelitian yang dilakukan ketika mengembangkan alat ukur tersebut terdiri dari lebih banyak sampel penelitian yakni sebanyak 1719. Keunggulan lain terletak pada kelompok usia yang lebih beragam yakni mulai dari usia 19 tahun hingga 103 tahun.

*Resilience Scale* terdiri dari 25 butir yang mendukung pernyataan (*favorable*). Penskorangan skala ini dilakukan dengan menggunakan skala yang terdiri dari 7 pilihan jawaban dimulai dari “Sangat Sesuai” sampai “Sangat Tidak Sesuai”. Cara skoring yang digunakan untuk 25 pernyataan *favorable* tersebut adalah skor 7 untuk jawaban Sangat Sesuai, skor 6 untuk jawaban Sesuai, skor 5 untuk jawaban Cukup Sesuai, skor 4 untuk jawaban Netral, skor 3 untuk jawaban Kurang Sesuai, skor 2 untuk jawaban Tidak Sesuai, dan skor 1 untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai.

Indeks reliabilitas yang dimiliki skala ini adalah sebesar 0,91, dan signifikan pada  $p \leq 0,01$ . Skala ini kemudian diujikan kembali (*test-retest reliability*) selama empat kali dengan jangka waktu 1, 4, 8, dan 12 bulan kemudian hingga menghasilkan

koefisien reliabilitas dengan rentang 0,68-0,84 yang termasuk dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa nilai reliabilitasnya memuaskan.

*The 25-Item Resilience Scale* sudah beberapa kali digunakan oleh para peneliti sebelumnya, di antaranya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Aptini Dwi Harning pada tahun 2018 dengan judul *Hubungan antara Self Compassion dengan Resiliensi pada Remaja dari Keluarga Bercerai*, kemudian penelitian yang dilakukan oleh Matheus Kwan pada tahun 2013 dengan judul *Hubungan antara Religiusitas dengan Resiliensi*, dan penelitian yang dilakukan oleh Any Andriani, dkk. pada tahun 2017 dengan judul *Gambaran Resiliensi Remaja di Kawasan Eks Lokalisasi Kota Bandung*.

## **2.2. Self-esteem**

### **2.2.1. Definisi Self-esteem**

Minchinton (2003) dalam *Maximum Self-esteem* mengemukakan bahwa *self-esteem* merupakan nilai yang dilekatkan pada diri kita. *Self-esteem* juga berarti penilaian atas ‘harga diri’ kita sebagai manusia, berdasarkan pada persetujuan atau pengingkaran atas diri dan perilaku kita. Matsumoto (2009) dalam *The Cambridge Dictionary of Psychology* menjelaskan, “*Self-esteem* adalah tingkat kecenderungan sikap, gagasan, evaluasi atas diri sendiri, sejarah, proses-proses mental, dan perilaku yang positif. *Self-esteem* berhubungan dengan banyak aspek dari pemikiran, emosi dan perilaku saat sering dipertimbangkan sebagai bagian inti dalam memahami individu”.

*Self-esteem* mengacu pada objek yang spesifik, yaitu diri (*self*). Setiap karakteristik dari diri dan hasil dari perkiraan karakteristik tersebut dievaluasi. Setiap unsur dari diri dievaluasi berdasarkan pada suatu penilaian yang dikembangkan selama masa kanak-kanak hingga remaja. Timbal balik dari orang lain secara khusus menjadi signifikan bagi yang lainnya, yang kemudian menjadi unsur penting dalam *self-esteem* (Rosenberg, 1965).



Baron dan Byrne (2003) mengemukakan bahwa *self-esteem* adalah evaluasi diri yang dibuat oleh setiap individu, sikap seseorang terhadap dirinya sendiri dalam rentang dimensi positif dan negatif. Definisi lain dikemukakan oleh Coopersmith (1987) yang menyatakan bahwa *self-esteem* adalah evaluasi yang dibuat oleh individu mengenai dirinya yang diungkapkan dalam suatu bentuk sikap setuju atau tidak setuju, dan menunjukkan sejauh mana individu tersebut meyakini dirinya sendiri sebagai individu yang mampu, penting, dan berharga.

Dari definisi di atas dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* merupakan evaluasi yang dilakukan seseorang baik dalam cara positif maupun negatif terhadap suatu objek khusus yaitu diri. Definisi ini yang juga akan digunakan dalam definisi konseptual karena telah mencakup hal-hal mengenai *self-esteem*.

### **2.2.2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self-esteem***

Rosenberg (1979) menjelaskan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi harga diri seseorang, antara lain:

#### **1. Nilai-nilai sosial (*Social Values*)**

Nilai-nilai sosial dianggap memiliki pengaruh terhadap harga diri (Rosenberg, 1979). “Hipotesis stratifikasi” telah menghubungkan harga diri dan tingkatan harga diri dengan kelompok sosial secara umum, seperti kelas sosial-ekonomi. Penelitian lainnya menyebutkan bahwa “hipotesis subcultural” menghubungkan harga diri lebih dekat dengan kelompok sosial utama, seperti lingkungan. Dari berbagai penelitian menyebutkan bahwa secara konsisten terdapat hubungan antara harga diri dan kelas sosial secara umum. Pada saat yang sama, ada kesepakatan di antara peneliti yang menjelaskan bahwa kelompok subcultural memiliki pengaruh yang lebih besar, seperti keluarga dan lingkungan. Keluarga dan lingkungan dianggap menjadi sumber yang paling berpengaruh guna menjelaskan hubungan antara harga diri dengan nilai.

#### **2. Nilai-nilai pribadi (*Self Values*)**

Nilai-nilai pribadi merupakan konsep yang diharapkan ditunjukkan oleh kriteria individu dalam pandangannya terhadap dirinya sendiri (Rosenberg, 1979).

Nilai-nilai pribadi dianggap penting bagi harga diri karena nilai pribadi menghubungkan harga diri dengan identitas seseorang, dan pada akhirnya akan menciptakan suatu hubungan antara harga diri dengan perilaku yang ditampilkan seseorang.

### 3. Jenis Kelamin (*Gender*)

Rosenberg menjelaskan bahwa terdapat kemungkinan hubungan antara harga diri dengan jenis kelamin. Epstein (1979) menemukan bahwa wanita memiliki pengalaman yang lebih kuat terhadap penerimaan dan penolakan diri, sementara laki-laki memiliki pengalaman yang lebih kuat terhadap kesuksesan dan kegagalan. Harter mencatat dari berbagai penelitian menemukan perbedaan harga diri pada jenis kelamin dan hal ini akan terus bertahan di dalam siklus kehidupan.

#### 2.2.3. Pengukuran *Self-esteem*

Pengukuran *self-esteem* pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES). Skala ini dipilih karena mampu mengukur harga diri atau *self-esteem* secara keseluruhan (*Global Self-Esteem*) melalui pengukuran terhadap perasaan positif dan negatif individu terhadap dirinya. Pada awalnya, skala ini didesain untuk mengukur *self-esteem* siswa Sekolah Menengah. Seiring dengan perkembangannya, skala ini mulai digunakan oleh beberapa kelompok termasuk orang dewasa, dengan norma-norma yang tersedia untuk berbagai kelompok tersebut.

*Rosenberg Self-Esteem Scale* diukur dengan menggunakan skala Guttman. Skala Guttman merupakan skala kumulatif. Jika seorang responden mengiyakan sebuah pernyataan yang berbobot lebih berat, maka ia juga akan mengiyakan pernyataan yang kurang berbobot lainnya. Skala Guttman mengukur satu dimensi saja dari suatu variabel yang multidimensi, sehingga skala ini mempunyai sifat unidimensional. Reliabilitas skala ini adalah sebesar 0,92 yang artinya skala ini memiliki reliabilitas yang tergolong sangat tinggi. Kemudian setelah dilakukan tes ulang dengan perbedaan waktu dua minggu, koefisien reliabilitas adalah sebesar 0,85

dan 0,88. Hal ini menunjukkan bahwa skala *self-esteem* Rosenberg secara stabil masih memiliki tingkat reliabilitas yang tergolong tinggi.

Respon harga diri yang tergolong rendah adalah apabila menjawab “tidak sesuai” atau “sangat tidak sesuai” pada butir nomor 1, 3, 4, 7, 10, serta “sangat sesuai” atau “sesuai” pada butir nomor 2, 5, 6, 8, dan 9. Skala ini juga dapat dinilai dengan menjumlahkan skor masing-masing butir mulai dari “sangat tidak sesuai” sampai dengan “sangat sesuai”. Pada butir *favorable*, apabila jawaban yang dipilih subjek adalah sangat tidak sesuai, maka diberikan skor 1, untuk jawaban sangat sesuai diberikan skor 4. Adapun pada butir *unfavorable*, apabila jawaban yang dipilih subjek adalah sangat tidak sesuai, maka diberikan skor 4, untuk jawaban sangat sesuai diberikan skor 1. Pernyataan *favorable* merupakan pernyataan yang berisi hal-hal yang positif atau mendukung terhadap objek. Pernyataan *unfavorable* merupakan pernyataan yang berisi hal-hal yang negatif, tidak mendukung, atau kontra terhadap objek yang hendak diungkap.

*Rosenberg Self-Esteem Scale* telah digunakan oleh beberapa peneliti sebelumnya, di antaranya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Nur Amaliyah pada tahun 2014 dengan judul *Perbedaan Self-Esteem Remaja Panti Asuhan di Surabaya ditinjau dari Persepsinya terhadap Pola Asuh*, kemudian penelitian yang dilakukan oleh Aturdian Pramesti pada tahun 2015 dengan judul *Hubungan antara Self-Esteem terhadap Prestasi Belajar Mata Pelajaran Makanan Kontinental pada Siswa Jurusan Tata Boga Konsentrasi Jasa Boga SMK Negeri 1 Sewon*, dan penelitian yang dilakukan oleh Anindito Aditomo dan Sofia Retnowati pada tahun 2004 dengan judul *Perfeksionisme, Harga Diri, dan Kecenderungan Depresi pada Remaja Akhir*.

## **2.3. Mahasiswa**

### **2.3.1. Definisi Mahasiswa**

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan

universitas (Hartaji, 2012). Dalam *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*, mahasiswa merupakan orang yang belajar di perguruan tinggi.

Menurut Siswoyo (2007) mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan perencanaan dalam bertindak. Berpikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiswa, yang merupakan prinsip yang saling melengkapi.

Seorang mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan yang usianya 18 sampai 25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dan dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pemantapan pendirian hidup (Yusuf, 2012).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa ialah seorang peserta didik berusia 18 sampai 25 tahun yang terdaftar dan menjalani pendidikannya di perguruan tinggi baik dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas. Sedangkan dalam penelitian ini, subyek yang digunakan ialah dua mahasiswa yang berusia 23 tahun dan masih tercatat sebagai mahasiswa aktif.

### **2.3.2. Karakteristik Perkembangan Mahasiswa**

Seperti halnya transisi dari sekolah dasar menuju sekolah menengah pertama yang melibatkan perubahan dan kemungkinan stres, begitu pula masa transisi dari sekolah menengah atas menuju universitas. Dalam banyak hal, terdapat perubahan yang sama dalam dua transisi itu. Transisi ini melibatkan gerakan menuju satu struktur sekolah yang lebih besar dan tidak bersifat pribadi, seperti interaksi dengan kelompok sebaya dari daerah yang lebih beragam dan peningkatan perhatian pada prestasi dan penilaiannya (Santrock, 2002).

Perguruan tinggi dapat menjadi masa penemuan intelektual dan pertumbuhan kepribadian. Mahasiswa berubah saat merespon terhadap kurikulum yang

menawarkan wawasan dan cara berpikir baru seperti; terhadap mahasiswa lain yang berbeda dalam soal pandangan dan nilai, terhadap kultur mahasiswa yang berbeda dengan kultur pada umumnya, dan terhadap anggota fakultas yang memberikan model baru. Pilihan perguruan tinggi dapat mewakili pengejaran terhadap hasrat yang menggebu atau awal dari karir masa depan (Papalia, Olds, & Feldman, 2008).

Ciri-ciri perkembangan remaja lanjut atau remaja akhir (usia 18 sampai 21 tahun) dapat dilihat dalam tugas-tugas perkembangan yaitu (Gunarsa & Gunarsa, 2001);

1. Menerima keadaan fisiknya; perubahan fisiologis dan organis yang sedemikian hebat pada tahun-tahun sebelumnya, pada masa remaja akhir sudah lebih tenang. Struktur dan penampilan fisik sudah menetap dan harus diterima sebagaimana adanya. Kekecewaan karena kondisi fisik tertentu tidak lagi mengganggu dan sedikit demi sedikit mulai menerima keadaannya.
2. Memperoleh kebebasan emosional; masa remaja akhir sedang pada masa proses melepaskan diri dari ketergantungan secara emosional dari orang yang dekat dalam hidupnya (orangtua). Kehidupan emosi yang sebelumnya banyak mendominasi sikap dan tindakannya mulai terintegrasi dengan fungsi-fungsi lain sehingga lebih stabil dan lebih terkendali. Dia mampu mengungkapkan pendapat dan perasaannya dengan sikap yang sesuai dengan lingkungan dan kebebasan emosionalnya.
3. Mampu bergaul; dia mulai mengembangkan kemampuan mengadakan hubungan sosial baik dengan teman sebaya maupun orang lain yang berbeda tingkat kematangan sosialnya. Dia mampu menyesuaikan dan memperlihatkan kemampuan bersosialisasi dalam tingkat kematangan sesuai dengan norma sosial yang ada.
4. Menemukan model untuk identifikasi; dalam proses ke arah kematangan pribadi, tokoh identifikasi sering kali menjadi faktor penting, tanpa tokoh identifikasi

timbul keaburan akan model yang ingin ditiru dan memberikan pengarahan bagaimana bertingkah laku dan bersikap sebaik-baiknya.

5. Mengetahui dan menerima kemampuan sendiri; pengertian dan penilaian yang objektif mengenai keadaan diri sendiri mulai terpupuk. Kekurangan dan kegagalan yang bersumber pada keadaan kemampuan tidak lagi mengganggu fungsinya kepribadian dan menghambat prestasi yang ingin dicapai.
6. Memperkuat penguasaan diri atas dasar skala nilai dan norma; nilai pribadi yang tadinya menjadi norma dalam melakukan sesuatu tindakan bergeser ke arah penyesuaian terhadap norma di luar dirinya. Baik yang berhubungan dengan nilai sosial ataupun nilai moral. Nilai pribadi adakalanya harus disesuaikan dengan nilai-nilai umum (positif) yang berlaku dilingkungannya.
7. Meninggalkan reaksi dan cara penyesuaian keanak-kanakan; dunia remaja mulai ditinggalkan dan dihadapannya terbentang dunia dewasa yang akan dimasuki. Ketergantungan secara psikis mulai ditinggalkan dan ia mampu mengurus dan menentukan sendiri. Dapat dikatakan masa ini ialah masa persiapan ke arah tahapan perkembangan berikutnya yakni masa dewasa muda.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa karakteristik mahasiswa ialah pada penampilan fisik tidak lagi mengganggu aktifitas dikampus, mulai memiliki intelektualitas yang tinggi dan kecerdasan berpikir yang matang untuk masa depannya, memiliki kebebasan emosional untuk memiliki pergaulan dan menentukan kepribadiannya. Mahasiswa juga ingin meningkatkan prestasi dikampus, memiliki tanggung jawab dan kemandirian dalam menyelesaikan tugas-tugas kuliah, serta mulai memikirkan nilai dan norma-norma di lingkungan kampus maupun di lingkungan masyarakat dimana dia berada.

#### **2.4. Hubungan antara *Self-esteem* dengan Resiliensi**

Resiliensi merupakan suatu kemampuan di mana individu mampu beradaptasi dalam situasi ketidakberuntungan. Resiliensi juga mencerminkan perbedaan individu dalam mengatasi keadaan stres. Ada individu yang dapat mengatasi keadaan stres dan

ada juga individu yang tidak dapat mengatasi keadaan stress. Apabila individu mampu beradaptasi saat berhadapan dengan situasi yang memberi tekanan kepada individu tersebut dapat dikatakan bahwa individu tersebut memiliki sikap resilien, sedangkan individu yang tidak mampu dalam beradaptasi dalam kesulitan dapat dikatakan bahwa individu tersebut tidak memiliki sikap resilien.

Rodhes dan Brown (dalam Isaacson, 2002) mengatakan bahwa individu yang resilien mampu beradaptasi dalam berbagai situasi dengan cepat, bertindak fleksibel, dan selalu memandang dirinya dengan cara yang positif. Hal tersebut berarti apabila individu memiliki sikap yang resilien membantu individu tersebut semakin siap dalam menghadapi situasi dan tantangan yang akan terjadi, dan berusaha untuk menghindari respon-respon negatif yang merugikan dirinya sendiri.

Untuk mencapai resiliensi, dibutuhkan kekuatan yang berasal dari dalam diri. Kekuatan yang dimaksud yaitu dengan memiliki *self-esteem* yang tinggi. Individu yang resilien memiliki *self-esteem* yang tinggi karena individu tersebut menghargai dan mengevaluasi kemampuan mereka (Kumpfer dalam Glantz & Johnson, 1999). Individu yang memiliki *self-esteem* yang rendah berusaha menghindari tantangan yang ada di hadapannya, hal ini menyebabkan individu tersebut sulit untuk mengembangkan sikap resilien (Schunk & Carbonari, dalam Glantz & Johnson, 1999).

Apabila individu memiliki *self-esteem* yang tinggi, maka tingkat resiliensi yang dimiliki pun akan tinggi, kemudian sebaliknya, apabila individu tersebut memiliki *self-esteem* yang rendah, maka tingkat resiliensi yang dimiliki pun akan rendah. Dengan adanya *self-esteem* yang tinggi, hal tersebut dapat membantu individu mengevaluasi kemampuan dirinya secara positif.

## **2.5. Kerangka Konseptual**

Mahasiswa baru merupakan status yang disandang oleh seseorang di tahun pertama kuliahnya. Pada awal masa perkuliahan di perguruan tinggi, mahasiswa dihadapkan pada berbagai macam tantangan dan perubahan dalam hidup. Masalah

yang seringkali dialami oleh mahasiswa tahun pertama adalah pergeseran posisi atau yang disebut dengan *top-dog phenomenon*, yaitu pergeseran posisi sebagai siswa senior di SMA menjadi mahasiswa baru di Perguruan Tinggi. Hal lain yang menyebabkan mahasiswa baru melalui kesulitan pada tahun-tahun pertama perkuliahannya adalah karena adanya perbedaan sifat pendidikan yang meliputi perbedaan kurikulum dan sistem pembelajaran, kedisiplinan, hubungan dosen dengan mahasiswa, penyesuaian dalam hubungan sosial, masalah ekonomi serta pemilihan bidang studi dan jurusan, perubahan gaya hidup, perubahan gaya belajar, tugas-tugas perkuliahan, serta target-target pencapaian nilai.

Permasalahan dan tantangan serta kesulitan merupakan fenomena hidup yang tidak bisa dihindari. Reaksi setiap individu terhadap berbagai tantangan atau permasalahan dalam hidup nyatanya berbeda-beda. Perbedaan reaksi ini disebabkan oleh cara pandang yang berbeda terhadap permasalahan yang dihadapi. Salah satu faktor yang mempengaruhi perbedaan itu adalah Resiliensi. Resiliensi merupakan istilah psikologi yang digunakan untuk mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengatasi dan mencari makna dalam peristiwa yang berat dalam hidupnya. Resiliensi dapat dibentuk oleh lima dimensi yaitu dimensi keseimbangan batin (*equanimity*), ketekunan (*perseverance*), kemandirian (*self-reliance*), kebermaknaan hidup (*meaningfulness*), dan kesendirian eksistensial (*existential aloneness*). Kemampuan resiliensi yang optimal membuat seorang individu menjadi lebih kuat, memiliki tujuan, harapan, serta perencanaan masa depan. Kemampuan tersebut juga membantu para remaja seperti mahasiswa terhindar dari berbagai perilaku maladaptif.

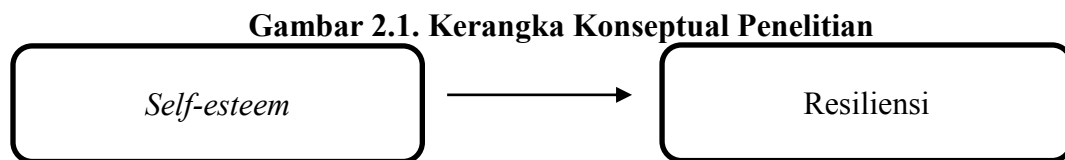
Proses menuju kemampuan resiliensi yang optimal dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti faktor hubungan saling mempercayai, dukungan emosional dari selain keluarga, *self-esteem* atau penghargaan diri, dorongan untuk mandiri, harapan, mengambil tanggung jawab dan resiko, rasa yang menimbulkan kasih sayang, prestasi sekolah, serta cinta yang tidak bersyarat. *Self-esteem* dipilih sebagai faktor yang mempengaruhi resiliensi dalam penelitian ini karena apabila seseorang telah



mampu menerima dirinya sendiri tanpa syarat serta menilai positif dirinya maupun kehidupan yang dia jalani, maka akan membantu individu tersebut untuk dapat beradaptasi secara positif dan dapat melepaskan diri dari kesulitan apapun yang sedang dialaminya.

*Self-esteem* merupakan karakteristik intrapersonal yang memainkan peran yang signifikan dalam perkembangan resiliensi pada individu. Individu dengan tingkat *self-esteem* yang tinggi melihat dirinya secara positif, memiliki pandangan yang positif mengenai lingkungannya, maupun kemampuannya dalam menghadapi dan mengatasi permasalahan hidup. Resiliensi merupakan hasil positif dari proses adaptasi individu terhadap tekanan. Salah satu hasil positif dari resiliensi adalah dengan memiliki kemampuan untuk menghargai diri sendiri sehingga penjelasan mengenai peran harga diri dapat dilihat pada konsep resiliensi.

Kerangka konseptual penelitian mengenai pengaruh *self-esteem* terhadap resiliensi tergambar dalam Gambar 2.1. berikut ini:



## 2.6. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan penjabaran dari latar belakang, tinjauan pustaka, serta kerangka berpikir peneliti, maka peneliti mengajukan hipotesis yang menyatakan bahwa *self-esteem* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program studi kedokteran.

## 2.7. Hasil Penelitian yang Relevan

Berikut ini merupakan beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian yang akan diuji, antara lain:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Andriani, Juniarti, dan Widiarti pada tahun 2017 yang berjudul “Gambaran Resiliensi Remaja di Kawasan Eks Lokalisasi Kota Bandung”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran tingkat resiliensi yang dimiliki oleh remaja yang tinggal di kawasan eks lokalisasi Kota Bandung. Hasil penelitian menyatakan bahwa remaja yang tinggal di kawasan eks lokalisasi Kota Bandung memiliki tingkat resiliensi yang berada pada kategori rendah..
2. Penelitian yang dilakukan oleh Alvina dan Dewi pada tahun 2016 yang berjudul “Pengaruh Harga Diri dan Dukungan Sosial terhadap Resiliensi Mahasiswa dengan Pengalaman *Bullying* di Perguruan Tinggi”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji pengaruh harga diri dan dukungan sosial terhadap resiliensi pada mahasiswa dengan pengalaman bullying di perguruan tinggi. Sampel yang diambil berjumlah 180 mahasiswa yang diambildengan teknik *snowball sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah *Rosenberg Self-Esteem Scale* untuk mengukur harga diri, *International Support Evaluation List Shortened Version* untuk mengukur dukungan sosial, dan untuk mengukur resiliensi, peneliti merancang alat ukur sendiri berdasarkan telaah pustaka. Analisis data dilakukan dengan menggunakan Multiple Regression Analysis pada taraf signifikansi 0,05. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara harga diri dan dukungan sosial terhadap resiliensi. Hasil penelitian menunjukkan proporsi varians dari resiliensi yang dipengaruhi oleh semua independent variabel adalah sebesar 66,9%, sedangkan sebesar 33,1% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian.
3. Penelitian lain dilakukan oleh Smestha pada tahun 2014 dengan judul “Pengaruh *Self-Esteem* dan Dukungan Sosial terhadap Resiliensi Mantan Pecandu Narkoba”. Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui signifikansi pengaruh *self-esteem* dan dukungan sosial terhadap resiliensi mantan pecandu narkoba. Sampel pada penelitian ini berjumlah 154 orang mantan pecandu

narkoba yang diambil dengan teknik *nonprobability sampling* yaitu *purposive sampling*. Untuk mengukur *self-esteem*, skala yang diambil adalah hasil adaptasi dari skala Minchinton (1993), sedangkan untuk mengukur dukungan sosial, skala yang digunakan adalah berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Sarafino dan Smith dengan dimensi dukungan emosi atau penghargaan, dukungan nyata atau dukungan instrumen, dukungan informasi, dan dukungan persahabatan. CFA (*Confirmatory Factor Analysis*) digunakan untuk menguji validitas alat ukur dan *Multiple Regression* digunakan untuk menguji hipotesis penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model *self-esteem*, dukungan sosial, dan pekerjaan yang mempengaruhi resiliensi mantan pecandu narkoba *fit* dengan data ( $P > 0,05$ ) dan memberikan kontribusi sebesar 58,2% dari bervariasinya resiliensi mantan pecandu narkoba dalam satuan logit. Namun, dilihat dari tabel koefisien regresi, dari keseluruhan delapan variabel independen, hanya terdapat empat variabel independen yang berpengaruh signifikan terhadap resiliensi mantan pecandu narkoba, yaitu dimensi perasaan tentang hidup, perasaan tentang orang lain, orang yang memiliki pekerjaan, dan yang bekerja sebagai konselor ( $P > 0,05$ ).

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1. Tipe Penelitian**

Berdasarkan tujuannya, metode penelitian dapat diklasifikasikan menjadi tiga jenis, yaitu penelitian dasar (*basic research*), penelitian pengembangan (*research and development*), dan penelitian terapan (*applied research*). Penelitian ini termasuk dalam penelitian dasar (*basic research*) yang bertujuan untuk mengembangkan teori dan tidak memperhatikan kegunaan yang langsung bersifat praktis (Gay, 1997 dalam Sugiyono, 2011). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif. Metode kuantitatif merupakan metode penelitian berupa angka dan analisis data yang bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesa yang telah ditetapkan sebelum melaksanakan penelitian.

#### **3.2. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian**

Terdapat dua variabel dalam penelitian ini yakni variabel terikat dan variabel bebas. Variabel terikat (*dependent variable*) merupakan variabel yang disebabkan atau dipengaruhi oleh variabel yang lain. Dalam penelitian ini, yang menjadi variabel terikat adalah resiliensi. Adapun, variabel bebas (*independent variable*) merupakan variabel yang menyebabkan atau mempengaruhi variabel yang lain. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *self-esteem*.

##### **3.2.1. Definisi Konseptual**

###### **1. Definisi Konseptual Resiliensi**

Resiliensi merupakan suatu stamina emosional yang digunakan untuk menggambarkan orang-orang yang menunjukkan keberanian dan kemampuan beradaptasi di tengah kemalangan hidup yang memiliki lima dimensi yaitu keseimbangan batin (*equanimity*), ketekunan (*perseverance*), kemandirian (*self-*

*reliance*), kebermaknaan hidup (*meaningfulness*), dan kesendirian eksistensial (*existential aloneness*).

## 2. Definisi Konseptual *Self-Esteem*

*Self-esteem* merupakan evaluasi yang dilakukan oleh seseorang terhadap setiap unsur dirinya yang berdasarkan penilaian yang dikembangkan selama masa kanak-kanak hingga remaja.

### 3.2.2. Definisi Operasional

#### 1. Definisi Operasional Resiliensi

Resiliensi merupakan suatu stamina emosional yang digunakan untuk menggambarkan orang-orang yang menunjukkan keberanian dan kemampuan beradaptasi di tengah kemalangan hidup dan skor total yang diperoleh diukur melalui lima dimensi, yang mencakup; keseimbangan batin (*equanimity*), ketekunan (*perseverance*), kemandirian (*self-reliance*), kebermaknaan hidup (*meaningfulness*), dan kesendirian eksistensial (*existential aloneness*). Semakin tinggi skor yang diperoleh, menunjukkan bahwa subjek semakin dapat bertahan dan beradaptasi di tengah kemalangan hidup, kemudian begitu pula sebaliknya.

#### 2. Definisi Operasional *Self-Esteem*

*Self-esteem* merupakan evaluasi yang dilakukan oleh seseorang terhadap setiap unsur dirinya yang berdasarkan penilaian yang dikembangkan selama masa kanak-kanak hingga remaja yang dapat diukur melalui skala harga diri dari Rosenberg yang merupakan suatu alat ukur unidimensional atau alat ukur global yang mengukur *self-esteem* secara menyeluruh dan tidak terpisah dalam mengukur aspek tertentu. Dengan rentang skala satu sampai dengan empat, semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula tingkat harga diri subjek, sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh, maka semakin rendah pula tingkat harga diri subjek.

### 3.3. Populasi dan Sampel

#### 3.3.1. Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2011). Adapun populasi yang

diambil dalam penelitian ini adalah mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran Universitas Indonesia. Peneliti memilih Universitas Indonesia sebagai sasaran populasi karena universitas tersebut memiliki *passing grade* tertinggi untuk program studi kedokteran dibanding dengan universitas lainnya. Hal ini menyebabkan persaingan di antara pendaftarannya menjadi lebih tinggi, kemudian peneliti berasumsi dengan tingginya tingkat persaingan, maka tinggi pula *self-esteem* mahasiswa yang berhasil masuk.

### **3.3.2.Sampel**

Sampel adalah bagian dari populasi yang representative dan mencerminkan ciri-ciri populasinya (Rangkuti & Wahyuni, 2017). Menurut Sugiyono (2011) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan waktu, tenaga dan uang, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi tersebut. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa sampel merupakan bagian dari populasi yang memiliki karakteristik yang benar-benar mewakili populasi. Dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah sebagian mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran Universitas Indonesia.

### **3.3.3.Teknik Pengambilan Sampel**

Teknik pengambilan sampel disebut juga sebagai teknik sampling. Teknik sampling merupakan cara untuk menentukan sampel yang jumlahnya sesuai dengan ukuran sampel yang akan dijadikan sumber data sebenarnya, dengan memperhatikan sifat-sifat dan penyebaran populasi agar diperoleh sampel yang representatif (Margono, 2004).

Pada penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah teknik *probability sampling*. Teknik *probability sampling* merupakan teknik sampling yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. Teknik ini terdiri dari beberapa jenis, yaitu: *simple random sampling*, *systematic random sampling*, *stratified random sampling*, *cluster random sampling*, dan *multi stage sampling*. Jenis yang digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling*. Teknik ini dinyatakan sederhana (*simple*) karena pengambilan sampel

anggota populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada di dalam populasi tersebut.

Pada penelitian ini, sampel yang diambil adalah berjumlah 139 mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran di Universitas Indonesia. Sampel ditentukan berdasarkan pedoman perhitungan sampel dari Isaac dan Michael, untuk tingkat kesalahan 5%. Rumus untuk menghitung ukuran sampel dari populasi yang diketahui jumlahnya adalah sebagai berikut:

$$s = \frac{\lambda^2 \cdot N \cdot P \cdot Q}{d^2(N - 1) + \lambda^2 \cdot P \cdot Q}$$

### 3.4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner (angket). Menurut sugiono (2011), kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk kemudian dijawab. Responden penelitian hanya perlu memilih jawaban yang menurutnya sesuai karena peneliti merancang kuesioner tertutup.

Penelitian ini menggunakan tujuh alternatif jawaban untuk instrumen resiliensi yang dibuat oleh Wagnild dan Young pada tahun 1993. Kemudian untuk instrumen *self-esteem* dalam penelitian ini menggunakan skala Guttman dengan empat alternatif jawaban yang dibuat oleh Rosenberg.

#### 3.4.1. Instrumen Resiliensi

Skala yang digunakan untuk mengukur resiliensi merupakan skala yang diadopsi dari *Resilience Scale* yang dibuat oleh Wagnild dan Young pada tahun 1993 yang kemudian dikembangkan oleh Lundman, dkk pada tahun 2007. Skala ini juga digunakan oleh Andriani, Juniarti, dan Widiarti pada tahun 2017 untuk meneliti mengenai gambaran resiliensi pada remaja yang tinggal di kawasan eks lokalisasi Kota Bandung. Skala ini kemudian diterjemahkan oleh peneliti dengan melalui tiga kali *expert judgement*. *Resilience Scale* terdiri dari 25 butir yang mendukung pernyataan (*favorable*). Penskorangan skala ini dilakukan dengan menggunakan skala yang terdiri dari 7 pilihan jawaban dimulai dari “Sangat Sesuai” sampai dengan

“Sangat Tidak Sesuai”. Cara skoring yang digunakan untuk 25 pernyataan *favorable* tersebut adalah skor 7 untuk jawaban Sangat Sesuai, skor 6 untuk jawaban 6, skor 5 untuk jawaban 5, skor 4 untuk jawaban 4, skor 3 untuk jawaban 3, skor 2 untuk jawaban 2, dan skor 1 untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai. Berikut *blueprint* skala resiliensi:

**Tabel 3.1. *Blueprint* Skala Resiliensi**

Dimensi	Indikator	Pernyataan	Butir
Kebermaknaan Hidup	Merasakan hidup yang bermakna	Hidup saya bermakna	21
	Mampu melakukan apa yang ingin dilakukan	Saya memiliki energi untuk melakukan apa yang harus saya lakukan	24
Keseimbangan Batin	Tidak terlalu mencemaskan masa depan	Saya tidak terlalu mencemaskan masa depan saya	12
	Tidak terus memikirkan hal-hal di luar kendali	Saya tidak memikirkan hal-hal yang tidak bisa saya lakukan secara berlarut-larut	22
Kemandirian	Tekun	Saya adalah orang yang tekun	10
	Keyakinan diri untuk bisa melalui masa-masa sulit	Keyakinan pada diri sendiri membuat saya mampu melewati masa-masa sulit	17
Ketekunan	Mampu memaksa diri melakukan sesuatu	Terkadang saya memaksa diri saya melakukan hal-hal yang tidak ingin saya lakukan	20
	Bisa melewati masa-masa sulit	Saya bisa melewati masa-masa sulit karena saya pernah mengalami kesulitan sebelumnya	13
Kesendirian Eksistensial	Bisa melakukan sesuatu sendirian bila memang diharuskan	Saya bisa mandiri bila keadaan mengharuskan seperti itu	5
	Lebih mandiri daripada orang lain	Saya bergantung pada diri sendiri daripada orang lain	3

### 3.4.2. Instrumen *Self-Esteem*

Pengukuran *self-esteem* pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES). Instrumen ini juga digunakan oleh Alvina dan Dewi pada tahun 2016 untuk meneliti mengenai pengaruh harga diri dan dukungan



sosial terhadap resiliensi mahasiswa dengan pengalaman *bullying* diperguruan tinggi. Instrumen ini terdiri dari 10 pernyataan tentang diri. *Rosenberg Self-Esteem Scale* diukur dengan menggunakan skala Guttman. Respon harga diri yang tergolong rendah adalah apabila menjawab “tidak sesuai” atau “sangat tidak sesuai” pada butir nomor 1, 3, 4, 7, dan 10 sebab butir-butir tersebut merupakan butir *favorable*. Respon harga diri yang tergolong rendah juga diwakilkan dengan menjawab “sangat sesuai” atau “sesuai” pada butir nomor 2, 5, 6, 8, dan 9 sebab butir-butir tersebut merupakan butir *unfavorable*. Pernyataan *favorable* merupakan pernyataan yang berisi hal-hal yang positif atau mendukung terhadap objek. Pernyataan *unfavorable* merupakan pernyataan yang berisi hal-hal yang negatif, tidak mendukung, atau kontra terhadap objek yang hendak diungkap. Pada butir *favorable*, apabila jawaban yang dipilih subjek adalah sangat tidak sesuai, maka diberikan skor 1, untuk jawaban sangat sesuai diberikan skor 4. Adapun pada butir *unfavorable*, apabila jawaban yang dipilih subjek adalah sangat tidak sesuai, maka diberikan skor 4, untuk jawaban sangat sesuai diberikan skor 1. Berikut *blueprint* skala *self-esteem*:

**Tabel 3.2. Blueprint Skala Self-Esteem**

Aspek	Butir	Fav	Unfav
<i>Global Self-Esteem</i>	Kadang-kadang saya berpikir bahwa saya tidak baik sama sekali		2
	Saya dapat melakukan hal-hal yang sama baiknya dengan kebanyakan orang	4	
	Saya merasa tidak memiliki banyak hal untuk dibanggakan		5
	Saya merasa bahwa saya adalah orang yang berharga, setidaknya setara dengan orang lain	7	
	Secara keseluruhan, saya cenderung merasa bahwa saya orang yang gagal		9
	Saya mengambil sikap positif terhadap diri sayasendiri	10	

### 3.4.3. Uji Coba Instrumen

Uji coba instrumen resiliensi dan *self-esteem* dilakukan untuk mengetahui validitas dan reliabilitas dari kedua instrument tersebut. Uji coba kedua instrumen ini dilakukan setelah peneliti melakukan *expert judgement* pada tiga dosen. Uji coba

instrumen dilakukan pada 54 mahasiswa Program Studi Kedokteran dari berbagai universitas di Indonesia melalui kuesioner kertas yang diberikan langsung pada responden dan sebagian lain melalui *google form*. Penyebaran kuesioner untuk uji coba instrumen dilakukan mulai pada tanggal 17 Juli 2019, uji coba ini dilaksanakan selama tiga hari sampai dengan tanggal 19 Juli 2019. Uji validitas dalam penelitian ini dilakukan dengan cara melakukan *expert judgement* untuk validitas isi dan melakukan perhitungan menggunakan SPSS 22 untuk validitas butir. Dalam modul yang ditulis oleh Rangkuti dan Wahyuni (2016), dikatakan bahwa terdapat beberapa kriteria butir yang dapat dikatakan memiliki validitas yang baik dan dapat dipertahankan, di antaranya:

- Korelasi butir total positif dan memiliki nilai koefisien korelasinya lebih besar dari  $r$  kriteria yang telah ditetapkan yaitu sebesar 0,3, maka butir dapat dikatakan memiliki validitas tinggi.
- Korelasi butir total positif dan nilai koefisien korelasinya lebih besar daripada  $r$  table yang telah ditetapkan, maka butir dapat dikatakan memiliki validitas tinggi.
- Butir dikatakan memiliki validitas yang tinggi ketika nilai *alpha if item deleted* lebih kecil daripada  $\alpha$  per dimensi instrumen.

Perhitungan uji reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan dengan perhitungan *Alpha Cronbach* menggunakan bantuan program software SPSS 22. Berikut terdapat beberapa kaidah yang ditetapkan oleh Guildford (dalam Rangkuti, 2017) untuk interpretasi koefisien reliabilitas:

**Tabel 3.3. Interpretasi Koefisien Reliabilitas Guilford**

Koefisien Reliabilitas	Kriteria
>0,9	Sangat Reliabel
0,7 – 0,9	Reliabel
0,4 – 0,69	Cukup Reliabel
0,2 – 0,39	Kurang Reliabel
<0,2	Tidak Reliabel

#### 3.4.4. Uji Validitas

Dalam sebuah penelitian, validitas suatu instrument merupakan hal yang penting karena instrument yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid (Sugiyono, 2011). Valid sendiri berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur (Sugiyono, 2015). Pengujian validitas instrument dalam penelitian ini dapat dilakukan dengan cara pengujian validitas konstruk dan validitas butir instrumen.

##### a. Uji Validitas Konstruk

Validitas konstruk dapat dilihat dengan menggunakan pendapat dari ahli atau dinamakan dengan kegiatan *expert judgement* (Sugiyono, 2015). Dalam hal ini, setelah seseorang membuat atau mengkonstruksi butir pernyataan sesuai dengan aspek yang ada pada teori, kemudian dikonsultasikan pada ahli. Para ahli kemudian akan memberi keputusan apakah instrument tersebut dapat digunakan, perlu diadakan perbaikan, ataupun tidak dapat digunakan sama sekali. Jumlah tenaga ahli (*expert judger*) yang digunakan adalah minimal tiga orang (Sugiyono, 2011).

Validitas konstruk dalam penelitian ini dilakukan dengan melakukan *expert judgement* terhadap tiga orang dosen Psikologi Universitas Negeri Jakarta, baik untuk variabel *self-esteem*, maupun variabel resiliensi. Setelah menerima feedback berupa kritik dan saran pada beberapa butir pernyataan yang harus diperbaiki, langkah selanjutnya yang peneliti lakukan adalah memperbaiki butir pernyataan tersebut, setelah memperbaiki pernyataan pada instrumen, peneliti kemudian melakukan uji coba instrumen tersebut kepada mahasiswa.

##### b. Uji Validitas Butir

Uji validitas butir dilakukan dengan cara konsultasi kepada ahli dan juga melakukan uji coba instrument (Sugiyono, 2011). Uji validitas butir dalam penelitian ini dilakukan dengan cara mengkorelasikan skor butir dengan total skalanya (atau dalam hasil program SPSS dinamakan *Corrected Item-Total Correlation*) dengan  $r$  kriteria sebesar 0,3. Butir instrument dapat dikatakan valid apabila butir pernyataan tersebut memiliki nilai  $r$  yang lebih besar dari 0,3. Begitupun sebaliknya, jika suatu

butir instrument memiliki nilai  $r$  yang lebih rendah daripada 0,3, maka butir pernyataan tersebut dianggap tidak valid dan sebaiknya digugurkan.

#### 1) Instrumen *Self-Esteem*

Pada instrumen *self-esteem*, jumlah butir pernyataan yang diujicobakan adalah sebanyak sepuluh butir. Setelah uji coba, tidak terdapat butir yang gugur, yang mana artinya seluruh butir dipertahankan atau dapat digunakan. Berikut adalah table blue print instrument *self-esteem* setelah uji coba:

**Tabel 3.4. Blueprint Skala *Self-Esteem* setelah Uji Coba**

Aspek	Fav	Unfav	Jumlah butir
<i>Global Self-Esteem</i>	1,3,4,7,10	2,5,6,8,9	10

#### 2) Instrumen Resiliensi

Pada instrumen resiliensi, jumlah butir pernyataan yang diujicobakan adalah sebanyak 25 butir. Setelah uji coba, tidak terdapat butir yang gugur, yang mana artinya seluruh butir dipertahankan atau dapat digunakan. Berikut adalah table blue print 39instrumen39 resiliensi setelah uji coba:

**Tabel 3.5. Blueprint Skala Resiliensi setelah Uji Coba**

Aspek	Fav	Jumlah Butir
Keseimbangan Batin	12,22, 7, 11, 23, 25	6
Ketekunan	19, 13, 20	3
Kemandirian	10, 14, 1, 18, 9, 17	6
Kebermaknaan Hidup	21, 16, 8, 6, 4, 15, 24	7
Kesendirian Eksistensial	5, 2, 3	3

#### 3.4.5. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah suatu indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya dan diandalkan. Sugiyono (2015) mengatakan bahwa instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Metode yang digunakan untuk

mengukur reliabilitas instrumen adalah dengan metode *Cronbach's Alpha* dengan bantuan program *software SPSS 22 for windows*. Penentuan apakah nilai reliabilitas alat ukur *self-esteem* dan resiliensi reliabel atau tidaknya pada penelitian ini dilihat berdasarkan tabel reliabilitas Guilford. Hasil uji reliabilitas *Cronbach's Alpha* pada masing-masing instrumen adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.6. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen**

Skala	Dimensi	Nilai Alpha Cronbach	Keterangan
<i>Self-Esteem</i>	<i>Global Self-Esteem</i>	0,843	Reliabel
	Kebermaknaan Hidup	0,797	Reliabel
	Keseimbangan Batin	0,851	Reliabel
Resiliensi	Kemandirian	0,805	Reliabel
	Ketekunan	0,847	Reliabel
	Kesendirian Eksistensial	0,807	Reliabel

### 3.5. Analisis Data

#### 3.5.1. Uji Statistik

##### a. Uji Normalitas

Uji ini digunakan untuk menguji bahwa data sampel berasal dari populasi yang terdistribusi secara normal (Rangkuti, 2017). Perhitungan uji normalitas dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan uji *kolmogorov smirnov*. Apabila nilai sig (*p-value*) lebih besar dari taraf signifikansi ( $\alpha = 0,05$ ), maka data tersebut berdistribusi normal.

##### b. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk melihat hubungan antara dua variabel yang tergolong linear atau tidak. Jika nilai  $p < \alpha$ , maka kedua variabel tersebut bersifat linear satu sama lain.

##### c. Uji Korelasi

Rangkuti (2017) menyatakan bahwa uji korelasi digunakan untuk membuktikan bagaimana hubungan antara variabel-variabel melalui pengujian hipotesis instrumen dan menunjukkan hubungan timbal balik antar variabel.

#### d. Analisis Regresi

Uji ini digunakan untuk mencapai tujuan penelitian yang belum dapat diperoleh jika hanya dengan uji korelasi saja. Jika variabel memiliki hubungan dengan variabel lainnya, maka analisis dapat dilanjutkan dengan mengetahui bagaimana prediksi suatu variabel terhadap variabel lainnya serta bagaimana hubungan sebab akibat antar variabel. Analisis uji regresi yang dilakukan pada penelitian ini adalah Analisa regresi linear satu predictor karena hanya memiliki satu variabel predictor yakni *self-esteem* untuk memprediksi variabel kriterium yakni resiliensi.

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

Y = resiliensi

X = *self-esteem*

a = Konstanta

b = Koefisien *self-esteem*

#### 3.5.2.Hipotesis Statistik

Ho :  $r = 0$

Ho : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara *self-esteem* terhadap resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program studi kedokteran.

Ha :  $r \neq 0$

Ha : Terdapat pengaruh yang signifikan antara *self-esteem* terhadap resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program studi kedokteran.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### 4.1. Gambaran Responden Penelitian

Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran yang berada di Universitas Indonesia. Secara keseluruhan responden merupakan laki-laki dan perempuan yang berjumlah 120 orang dan berada pada rentang usia 17-20 tahun. Pada pengambilan data dalam penelitian ini tidak terdapat responden yang jawabannya tidak sesuai atau responden yang jawabannya di luar kebiasaan (*outliers*). Oleh sebab itu tidak perlu ada responden yang digugurkan dan artinya seluruh responden dengan presentase 100% dapat dianalisis.

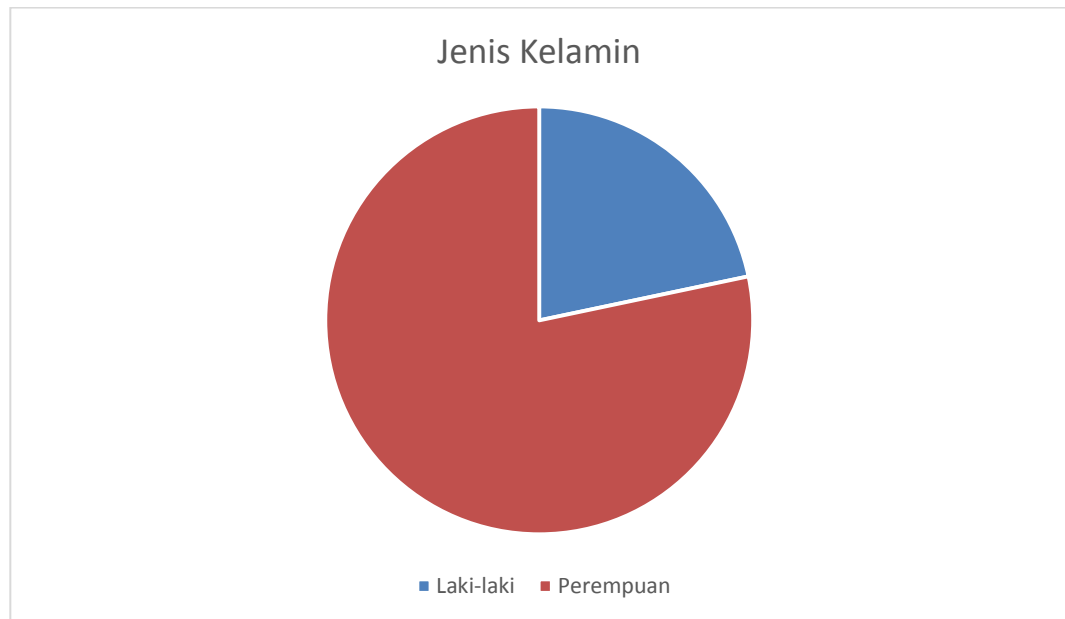
##### 4.1.1. Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Data jumlah responden penelitian berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel 4.1 berikut ini:

**Tabel 4.1. Responden Penelitian berdasarkan Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
Laki-laki	26	21,7%
Perempuan	94	78,3%
Total	120	100%

Dari tabel 4.1 dapat dilihat bahwa dari 120 responden dalam penelitian ini didominasi oleh perempuan sebanyak 94 mahasiswa dengan presentase 78,3%, sedangkan untuk responden laki-laki adalah sebanyak 26 mahasiswa dengan presentase 21,7%. Untuk distribusi lebih jelas dapat dilihat pada gambar 4.1



**Gambar 4.1. Responden Penelitian berdasarkan Jenis Kelamin**

#### 4.1.2. Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Usia

Data jumlah responden penelitian apabila dilihat berdasarkan usia terdapat pada tabel 4.2 berikut ini:

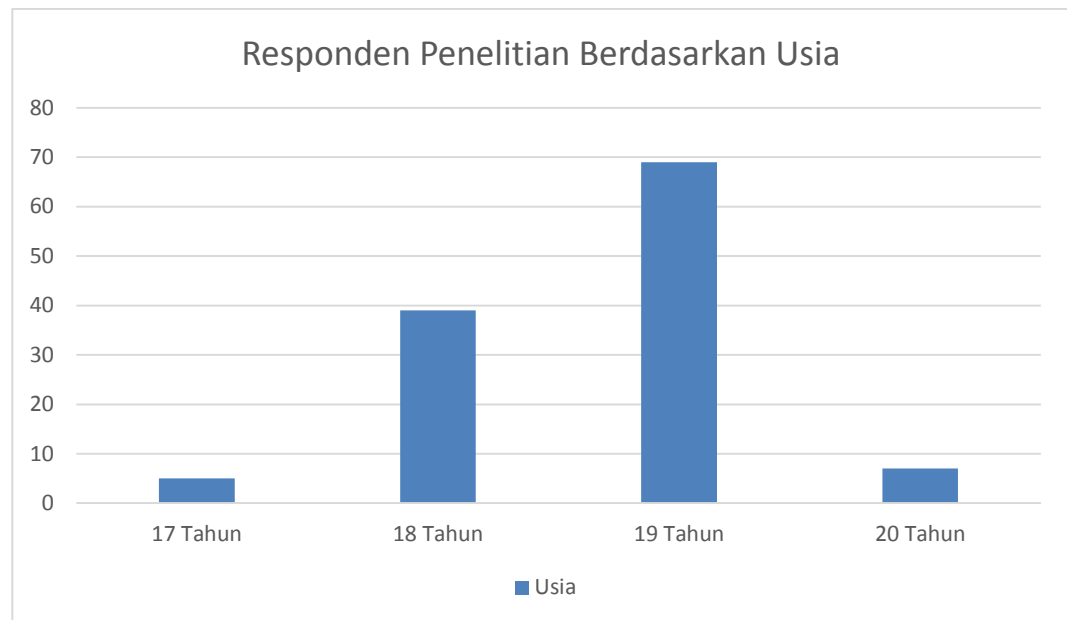
**Tabel 4.2. Responden Penelitian berdasarkan Usia**

Usia	Jumlah	Presentase
17 tahun	5	4,2%
18 tahun	39	32,5%
19 tahun	69	57,5%
20 tahun	7	5,8%
Total	120	100%

Berdasarkan tabel 4.2, dapat dilihat bahwa *range* usia responden penelitian adalah mulai dari usia 17 tahun sampai dengan usia 20 tahun. Responden penelitian didominasi oleh mahasiswa yang berusia 19 tahun yaitu sebanyak 69 mahasiswa dengan presentase 57,5% dari keseluruhan responden. Responden penelitian yang berusia 17 tahun adalah sebanyak 5 mahasiswa dengan presentase 4,2%. Responden penelitian yang berusia 18 tahun adalah sebanyak 39 mahasiswa dengan presentase 32,5%. Responden penelitian yang berusia 20 tahun adalah sebanyak 7 mahasiswa



dengan presentase 5,8%. Berikut diagram responden penelitian apabila dilihat dari usia:



**Gambar 4.2. Responden Penelitian berdasarkan Usia**

## 4.2. Prosedur Penelitian

### 4.2.1. Persiapan Penelitian

Penelitian ini dimulai dengan Ujian Akhir Semester mata kuliah Teknik Penulisan Skripsi pada semester tujuh yang berupa tugas akhir menyusun bab I untuk mata kuliah Skripsi di semester delapan. Peneliti membuat bab I dengan judul “Hubungan *Self-Esteem* terhadap Resiliensi pada Remaja yang tinggal di Panti Asuhan”. Pada pertemuan pertama bimbingan skripsi dengan dosen pembimbing, peneliti mengumpulkan judul yang telah dibuat pada mata kuliah Teknik Penulisan Skripsi sebelumnya, kemudian dosen pembimbing menyetujui judul tersebut dengan catatan mengganti kata “hubungan” menjadi kata “pengaruh” karena sudah ada beberapa penelitian yang meneliti tentang hubungan dan hasilnya memang terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan resiliensi. Peneliti kemudian meneruskan rancangan penelitian tersebut hingga sampai ke metode penelitian. Peneliti kemudian mengikuti sidang proposal skripsi. Pada sidang proposal tersebut, peneliti mendapat

beberapa masukan dari *reviewer* hingga pada akhirnya peneliti mengubah subjek penelitian menjadi mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran. Peneliti kemudian sempat melakukan survei terhadap beberapa dokter muda yang sedang menjalani koas maupun yang baru mendapat gelar dokter untuk memperkuat fenomena yang hendak peneliti angkat dalam penelitian. Peneliti mewawancarai kurang lebih 15 orang dari universitas-universitas yang berbeda, dan dari hasil wawancara tersebut peneliti mengetahui beberapa fenomena yang memang terjadi pada mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran di Indonesia. Salah satu contohnya adalah seperti terdapat perbedaan yang drastis dalam hal jumlah soal dan lamanya waktu mengerjakan ujian ketika di SMA dengan di Perguruan Tinggi, hal-hal seperti inilah yang membuat mahasiswa kedokteran membutuhkan tingkat resiliensi yang lebih tinggi dibanding mahasiswa jurusan lainnya. Oleh sebab itu, peneliti akhirnya menetapkan judul penelitian yakni “Pengaruh *Self-Esteem* terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Kedokteran”.

Peneliti kemudian mencari berbagai literatur mengenai alat ukur yang paling tepat untuk mengukur *self-esteem* dan resiliensi. Alat ukur yang dipilih peneliti untuk mengukur resiliensi yakni *Resilience Scale* yang dikembangkan oleh Wagnild dan Young, kemudian untuk mengukur *self-esteem* peneliti memilih *Rosenberg Self-Esteem Scale* yang dikembangkan oleh Rosenberg. Peneliti selanjutnya melakukan adaptasi dengan mentranslasi terlebih dahulu ke dalam Bahasa Indonesia, kemudian *back translate* ke dalam Bahasa Inggris dilakukan oleh seorang guru Bahasa Inggris dari sebuah lembaga kursus Bahasa Inggris. Setelah selesai dengan translasi, peneliti melakukan *expert judgement* terhadap tiga dosen di Universitas Negeri Jakarta. Setelah *expert judgement* selesai, peneliti melakukan beberapa penyesuaian terhadap butir-butir dalam instrumen sesuai dengan *feedback* yang diberikan dosen-dosen pada saat *expert judgement*.

Langkah selanjutnya yang peneliti lakukan setelah memperbaiki instrumen adalah melakukan uji coba terhadap kedua instrumen tersebut. Uji coba dilakukan terhadap mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran di berbagai Universitas di Indonesia. Jumlah responden ketika uji coba adalah sebanyak 54

mahasiswa. Tahap terakhir dari persiapan penelitian adalah mengolah data hasil uji coba yang telah diperoleh. Peneliti mengolah data dengan menggunakan software SPSS 22.0 sehingga peneliti memperoleh hasil validitas dan reliabilitas dari butir-butir yang terdapat pada kedua instrumen penelitian.

#### **4.2.2. Pelaksanaan Penelitian**

Setelah selesai melakukan persiapan penelitian, langkah selanjutnya yang harus ditempuh adalah pengambilan data final. Peneliti melaksanakan pengambilan data final langsung di Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia dengan menggunakan instrumen final. Pengambilan data dilakukan dalam kurun waktu delapan hari mulai dari tanggal 22 Juli 2019 sampai dengan tanggal 29 Juli 2019. Selain pengambilan data langsung dengan mendatangi Universitas Indonesia, peneliti juga melakukan pengambilan data melalui *googleform*. Peneliti melakukan pengambilan data melalui *googleform* dengan cara mengontak satu per satu responden melalui *direct message*, kemudian meminta mereka untuk mengisi kuesioner yang ada di dalam *link* yang peneliti kirimkan.

Ketika merancang metode penelitian pada bab tiga, peneliti telah mencari tahu jumlah populasi yang akan menjadi responden peneliti. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 230 mahasiswa. Dari jumlah tersebut, peneliti menghitung jumlah sampel ideal yang sebaiknya diambil dan hasilnya adalah 139 responden. Peneliti berencana mengambil data sampel sebanyak 139, namun kenyataannya di lapangan peneliti hanya mampu mengambil data sebanyak 120 responden.

Setelah selesai mendapatkan data final penelitian, yang selanjutnya dilakukan oleh peneliti adalah mengolah data dengan melakukan penskoran pada setiap butir yang telah diisi. Ketika peneliti sudah selesai menskor seluruh butir pada setiap instrumen, yang selanjutnya dilakukan adalah menginput data ke *Microsoft excel*, baru kemudian dilanjutkan dengan proses analisis data dengan menggunakan software SPSS 22.0.

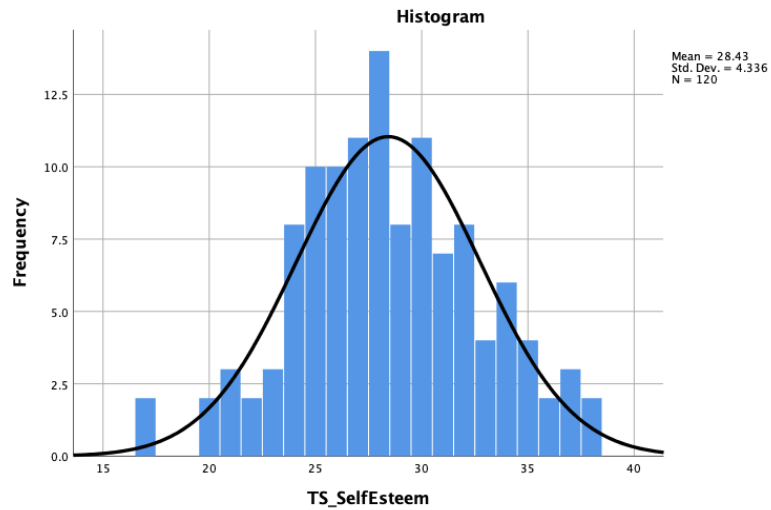
### 4.3. Hasil Analisis Data Penelitian

#### 4.3.1. Data Deskriptif *Self-Esteem*

Data deskriptif *self-esteem* yang diperoleh dari 10 butir dengan jumlah responden sebanyak 120 mahasiswa, dapat dilihat pada tabel 4.3. Pada tabel tersebut dapat diketahui bahwa nilai mean variabel *self-esteem* adalah sebesar 28,43 dengan nilai median sebesar 28,00 dan nilai modus sebesar 28. Selain itu, variabel ini memiliki nilai standar deviasi sebesar 4,336, nilai varians sebesar 18,801, nilai minimum sebesar 17, dan nilai maksimum sebesar 38. Berikut adalah tabel dan grafik histogram data variabel *self-esteem*:

**Tabel 4.3. Data Deskriptif Variabel *Self-Esteem***

N	Valid	120
	Missing	0
Mean		28.43
Median		28.00
Mode		28
Std. Deviation		4.336
Variance		18.801
Skewness		-.008
Std. Error of Skewness		.221
Kurtosis		-.066
Std. Error of Kurtosis		.438
Range		21
Minimum		17
Maximum		38
Sum		3411
Percentiles	25	25.25
	50	28.00
	75	31.00



**Gambar 4.3. Data Deskriptif Variabel *Self-Esteem***

#### 4.3.1.1. Kategorisasi Skor Variabel *Self-Esteem*

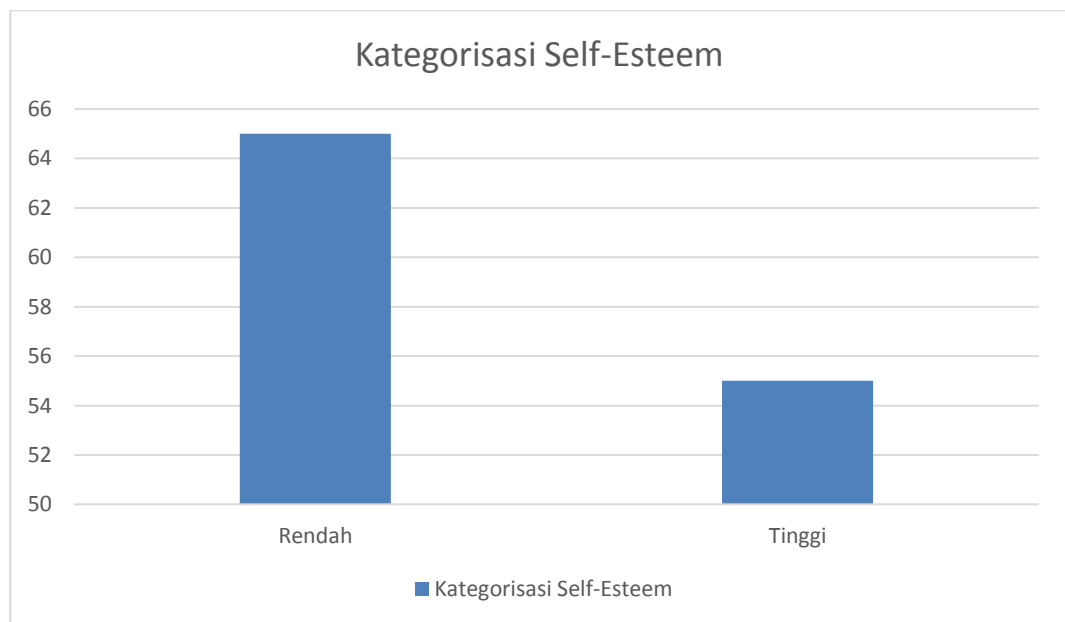
Kategori variabel *self-esteem* memiliki tiga kategori skor, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Pengkategorian dilakukan menggunakan mean empirik karena data yang terdapat dalam variabel *self-esteem* adalah berdistribusi normal. Berikut kategorisasi skor dapat dilihat pada tabel 4.4:

**Tabel 4.4. Kategorisasi Skor Variabel *Self-Esteem***

Kategori	Skor	Jumlah	Presentase
Tinggi	$X > 28,43$	55	45,83%
Rendah	$X < 28,43$	65	54,17%
Total		120	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa sebanyak 65 responden memiliki tingkat *self-esteem* yang rendah dengan presentase 54,17% dari seluruh responden, kemudian sebanyak 55 responden memiliki tingkat *self-esteem* yang tinggi dengan presentase 45,83%. Data ini menunjukkan bahwa responden dalam penelitian ini memiliki tingkat *self-esteem* yang cenderung rendah, kemudian perbedaan antara jumlah responden yang memiliki *self-esteem* rendah dan tinggi adalah sebanyak sepuluh responden. Distribusi kategorisasi skor *self-esteem* dapat dilihat pada histogram dalam gambar 4.4.

Berdasarkan hasil analisis lebih lanjut yang dilakukan terhadap data responden berdasarkan jenis kelamin, dapat diketahui bahwa responden laki-laki yang memiliki tingkat *self-esteem* tinggi adalah sebanyak 10 mahasiswa, kemudian yang memiliki tingkat *self-esteem* rendah adalah sebanyak 16 mahasiswa. Untuk responden perempuan, yang memiliki tingkat *self-esteem* tinggi adalah sebanyak 45 mahasiswa, kemudian yang memiliki tingkat *self-esteem* rendah adalah sebanyak 49 mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa baik responden perempuan maupun laki-laki, keduanya memiliki tingkat *self-esteem* yang cenderung rendah, namun dengan perbedaan jumlah responden yang sedikit antar kategori.



**Gambar 4.4. Kategorisasi Skor Variabel *Self-Esteem***

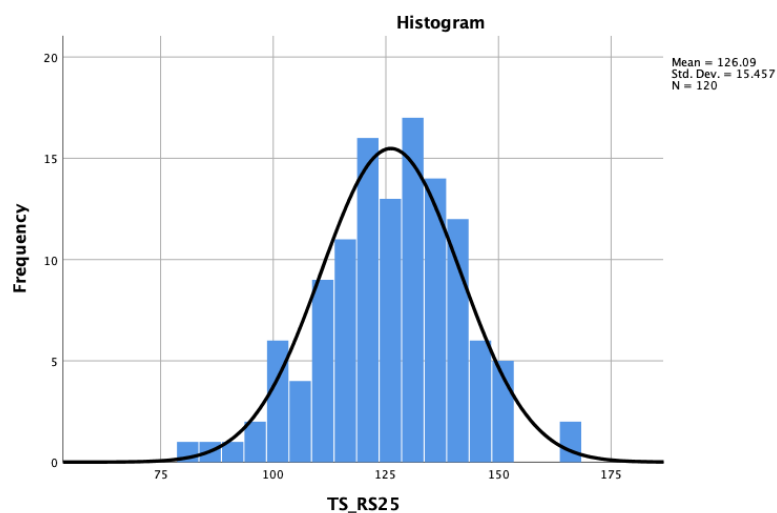
#### 4.3.2. Data Deskriptif Resiliensi

Data deskriptif resiliensi yang diperoleh dari 25 butir dengan jumlah responden sebanyak 120 mahasiswa, dapat dilihat pada tabel 4.5. Pada tabel tersebut dapat diketahui bahwa nilai mean variabel resiliensi adalah sebesar 126,09 dengan nilai median sebesar 127,00 dan nilai modus sebesar 121. Selain itu, variabel ini memiliki nilai standar deviasi sebesar 15,457, nilai varians sebesar 238,924, nilai

minimum sebesar 81, dan nilai maksimum sebesar 168. Berikut adalah tabel dan grafik histogram data variabel resiliensi:

**Tabel 4.5. Data Deskriptif Variabel Resiliensi**

N	Valid	120
	Missing	0
Mean		126.09
Median		127.00
Mode		121
Std. Deviation		15.457
Variance		238.924
Skewness		-.267
Std. Error of Skewness		.221
Kurtosis		.377
Std. Error of Kurtosis		.438
Range		87
Minimum		81
Maximum		168
Sum		15131
Percentiles	25	117.00
	50	127.00
	75	137.00



**Gambar 4.5. Data Deskriptif Variabel Resiliensi**

#### 4.3.2.1. Kategorisasi Skor Variabel Resiliensi

Kategori variabel resiliensi memiliki tiga kategori skor, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Pengkategorian dilakukan menggunakan mean empirik karena data yang terdapat dalam variabel resiliensi adalah berdistribusi normal. Berikut kategorisasi skor dapat dilihat pada tabel 4.6:

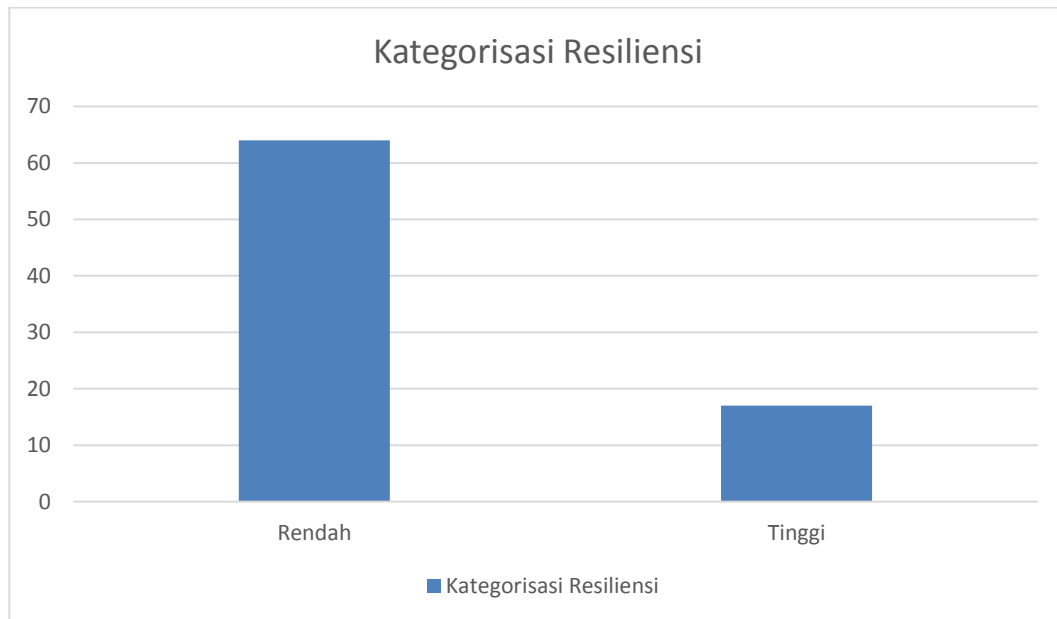
**Tabel 4.6. Kategorisasi Skor Variabel Resiliensi**

Kategori	Skor	Jumlah	Presentase
Tinggi	$X > 126,09$	56	46,67%
Rendah	$X < 126,09$	64	53,33%
Total		120	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa terdapat 64 responden yang memiliki tingkat resiliensi yang rendah dengan presentase 53,33% dari seluruh responden, kemudian sebanyak 56 responden memiliki tingkat resiliensi yang tinggi dengan presentase 46,67%. Data ini menunjukkan bahwa responden dalam penelitian ini memiliki tingkat resiliensi yang cenderung rendah, kemudian perbedaan antara jumlah responden yang memiliki tingkat resiliensi rendah dan tinggi adalah sebanyak delapan responden. Distribusi kategorisasi skor resiliensi dapat dilihat pada histogram pada gambar 4.6.

Berdasarkan hasil analisis lebih lanjut yang dilakukan terhadap data responden berdasarkan jenis kelamin, dapat diketahui bahwa responden laki-laki yang memiliki tingkat resiliensi tinggi adalah sebanyak 12 mahasiswa, kemudian yang memiliki tingkat resiliensi rendah adalah sebanyak 14 mahasiswa. Untuk responden perempuan, yang memiliki tingkat resiliensi tinggi adalah sebanyak 44 mahasiswa, kemudian yang memiliki tingkat resiliensi rendah adalah sebanyak 50 mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa baik responden perempuan maupun laki-laki, keduanya memiliki tingkat resiliensi yang cenderung rendah, namun dengan perbedaan jumlah responden yang sedikit antar kategori.





**Gambar 4.6. Kategorisasi Skor Variabel Resiliensi**

#### 4.3.3. Uji Normalitas

Uji normalitas ini dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh berdistribusi normal atau tidak. Pengukuran ini juga dilakukan untuk memenuhi syarat menggunakan analisis regresi sederhana guna mengetahui pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Cara perhitungannya beracuan pada kaidah penghitungan *kolmogorov-smirnov*, di mana apabila nilai sig (*p-value*) lebih besar dari taraf signifikansi ( $\alpha = 0,05$ ), maka data tersebut berdistribusi normal. Berikut ini adalah hasil perhitungan uji normalitas pada penelitian ini terlihat pada tabel 4.7:

**Tabel 4.7. Uji Normalitas**

Variabel	Sig ( <i>p-value</i> )	$\alpha$	Interpretasi
<i>Self-Esteem</i>	0,053	0,05	Berdistribusi Normal
Resiliensi	0,200	0,05	Berdistribusi Normal

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa nilai sig (*p-value*) variabel *self-esteem* adalah sebesar 0,053 dan nilai sig (*p-value*) variabel resiliensi adalah sebesar 0,200 di mana nilai sig (*p-value*) kedua variabel tersebut lebih besar dari taraf signifikansi ( $\alpha$ ), yaitu 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa data yang diperoleh dari variabel *self-esteem* maupun variabel resiliensi adalah berdistribusi normal.

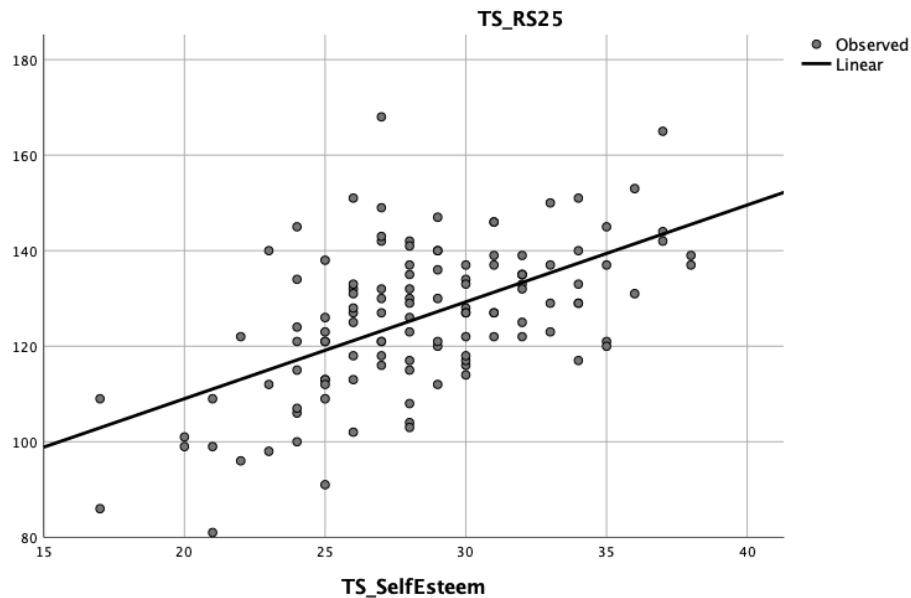
#### 4.3.4. Uji Linieritas

Uji linieritas ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat apakah hubungan antara variabel independen dan variabel dependen tergolong linier atau tidak linier. Pengukuran uji linieritas merupakan pengujian yang harus terpenuhi untuk melakukan uji hipotesis menggunakan teknik analisis regresi linier (Rangkuti, 2016). Hubungan kedua variabel tergolong linier jika nilai sig ( $p$ -value) lebih kecil daripada nilai taraf signifikansi ( $\alpha = 0,05$ ). Berikut ini adalah tabel 4.8 yang menunjukkan hasil perhitungan linieritas dari kedua variabel penelitian:

**Tabel 4.8. Uji Linieritas**

Variabel	Sig ( $p$ -value)	$\alpha$	Interpretasi
<i>Self-Esteem</i>	0,000	0,05	Linier
Resiliensi			

Berdasarkan hasil perhitungan uji linieritas pada tabel 4.7 di atas, diketahui bahwa nilai sig ( $p$ -value) adalah sebesar 0,00 yang mana artinya nilai  $p$  lebih kecil daripada taraf signifikansi ( $\alpha = 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa hubungan yang dimiliki oleh variabel *self-esteem* dengan variabel resiliensi adalah tergolong hubungan yang linier. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 4.7 yang menunjukkan linieritas melalui grafik *scatter plot* kedua variabel penelitian:



**Gambar 4.7. Grafik Scatter Plot Uji Linieritas**

#### 4.3.5. Uji Korelasi

Uji korelasi pada penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah terdapat hubungan yang signifikan antara variabel independen dengan variabel dependen. Perhitungan uji korelasi yang dilakukan pada variabel *self-esteem* dan resiliensi menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,569 dengan nilai  $p = 0,00$  di mana apabila nilai  $p$  lebih kecil dari taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ , maka hal ini menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara variabel *self-esteem* dengan variabel resiliensi. Berikut tabel 4.9 yang merupakan tabel hasil perhitungan uji korelasi kedua variabel penelitian:

**Tabel 4.9. Uji Korelasi**

Variabel	Sig ( <i>p-value</i> )	$\alpha$	Interpretasi
<i>Self-Esteem</i>	0,000	0,05	Terdapat korelasi yang signifikan
Resiliensi			

#### 4.3.6. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik analisis regresi. Analisis regresi dilakukan dalam rangka untuk mengetahui tujuan-tujuan penelitian yang belum dapat diperoleh jika hanya dengan uji korelasi saja. Analisis regresi dengan uji korelasi saling berkaitan. Jika suatu variabel memiliki hubungan dengan variabel-variabel lainnya, maka analisis dapat dilanjutkan untuk mengetahui bagaimana prediksi suatu variabel terhadap variabel lainnya serta bagaimana hubungan sebab akibat antara variabel tersebut. Dengan kata lain, uji statistik dengan analisis regresi hanya dapat dilakukan jika telah diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antar variabel yang bersangkutan.

Adapun hipotesis yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah:

Ho : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara *self-esteem* terhadap resiliensi pada mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran

Ha : Terdapat pengaruh yang signifikan antara *self-esteem* terhadap resiliensi pada mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran

Penghitungan uji korelasi antar variabel telah dilakukan sehingga memperoleh hasil yang menyatakan bahwa terdapat hubungan atau korelasi yang signifikan antara *self-esteem* dengan resiliensi. Setelah diperoleh hubungan yang signifikan, penghitungan analisis dilanjutkan untuk mengetahui bagaimana hubungan sebab dan akibat antar variabel dalam penelitian ini melalui teknik analisis regresi linier satu prediktor dengan bantuan software SPSS 22.0. Hasil uji hipotesis dengan analisis regresi dapat dilihat pada tabel 4.10 berikut ini:

**Tabel 4.10. Hasil Uji Signifikansi Keseluruhan**

Variabel	$p$	$\alpha$	F hit	F tabel	Interpretasi
<i>Self-Esteem</i> Resiliensi	0,000	0,05	56,427	3,92	Ho ditolak, Ha diterima

F tabel (n:118, df:1) = 3,92

**Kriteria Pengujian:**

- $H_0$  ditolak jika  $F_{hitung} > F_{tabel}$  dan nilai  $p < 0,05$
- $H_0$  diterima jika  $F_{hitung} < F_{tabel}$  dan nilai  $p > 0,05$

Berdasarkan tabel hasil penghitungan analisis regresi di atas, dapat dilihat bahwa nilai  $F_{hitung}$  adalah sebesar 56,247 dan angka tersebut lebih besar dibandingkan nilai  $F_{tabel}$  yang sebesar 3,92. Kemudian dapat dilihat pula nilai  $p$  adalah 0,000 di mana nilai tersebut lebih kecil apabila dibandingkan dengan taraf signifikansi atau nilai  $\alpha$  yang sebesar 0,05. Kesimpulan yang dapat diambil dari hasil penghitungan tersebut adalah  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, sebab nilai  $F_{hitung}$  lebih besar dibandingkan dengan nilai  $F_{tabel}$ , dan nilai  $p$  lebih kecil dibandingkan dengan nilai  $\alpha$ . Dengan demikian dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel *self-esteem* terhadap variabel resiliensi pada mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran.

Setelah mengetahui bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel *self-esteem* dengan variabel resiliensi, yang selanjutnya dilakukan oleh peneliti adalah menguji seberapa besar pengaruh variabel *self-esteem* terhadap variabel resiliensi. Hal ini dapat dilihat pada tabel 4.11 berikut ini:

**Tabel 4.11. Model Summary**

<i>Model</i>	<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>	<i>Std. Error of the Estimate</i>
1	.569	.323	.318	12,767

Predictors: (Constant), TS\_SelfEsteem  
 Dependent Variable: TS\_RS25

Tabel 4.9 di atas menunjukkan hasil penghitungan analisis korelasi ganda ( $R$ ). Indeks korelasi ganda ( $R$ ) yang diperoleh adalah sebesar 0,569 dengan nilai  $R Square$  sebesar 0,323. Hasil  $R Square$  tersebut menunjukkan bahwa variabel *self-esteem* mempengaruhi variabel resiliensi sebanyak 32,3% sedangkan sisanya sebanyak 67,7% dipengaruhi oleh faktor lain di luar variabel *self-esteem*.

Setelah mengetahui besaran pengaruh antara variabel independen terhadap variabel dependen, yang selanjutnya ingin diketahui peneliti adalah bagaimana arah pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Hal tersebut dapat diketahui melalui tabel 4.12 berikut ini:

**Tabel 4.12. Persamaan Regresi**

Model		Unstandardized		Standardized	t	Sig.
		Coefficients		Coefficients		
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	68,458	7,760		8,821	0,000
	TS_SelfEsteem	2,028	0,270	0,569	7,512	0,000

a. Dependent Variable: TS\_RS25

Berdasarkan tabel 4.10 di atas, dapat dilihat bahwa konstanta variabel resiliensi adalah sebesar 68,458 sedangkan koefisien regresi variabel *self-esteem* adalah sebesar 2,028. Berdasarkan data tersebut, maka dapat diketahui persamaan regresi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 68,458 + 2,028X$$

$$\text{Resiliensi} = 68,458 + 2,028 \text{ Self-Esteem}$$

Interpretasi dari persamaan regresi di atas adalah jika variabel *self-esteem* (X) mengalami kenaikan sebesar satu-satuan, maka akan mempengaruhi besaran variabel resiliensi (Y) sebesar 2,028. Hal ini berarti menunjukkan bahwa arah pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen adalah positif. Berdasarkan hasil tersebut, dapat diketahui pula bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel *self-esteem* terhadap variabel resiliensi pada mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran.

#### 4.4. Pembahasan

Berdasarkan hasil perhitungan analisis dengan menggunakan regresi linier satu prediktor, dapat diketahui bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa hipotesis alternatif dalam penelitian ini diterima, yaitu terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel *self-esteem* terhadap variabel

resiliensi pada mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran. Pengaruh yang dihasilkan variabel *self-esteem* terhadap variabel resiliensi bersifat positif, dalam artian bahwa semakin tinggi tingkat *self-esteem* yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensinya. Sebaliknya, jika terdapat penurunan tingkat *self-esteem* pada mahasiswa, maka terjadi pula penurunan pada tingkat resiliensinya.

Gambaran tingkat resiliensi yang dimiliki oleh mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran yang dapat dikategorikan ke dalam tingkat resiliensi yang tinggi adalah sebanyak 56 mahasiswa dengan presentase 46,67%, dan mahasiswa yang memiliki tingkat resiliensi yang dikategorikan dalam tingkat resiliensi yang rendah adalah sebanyak 64 mahasiswa dengan presentase 53,33%. Dengan demikian, dapat terlihat bahwa gambaran tingkat resiliensi yang dimiliki mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran adalah cenderung rendah.

Gambaran selanjutnya adalah mengenai tingkat *self-esteem* yang dimiliki. Gambaran tingkat *self-esteem* yang dimiliki oleh mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran yang dapat dikategorikan ke dalam tingkat *self-esteem* yang tinggi adalah sebanyak 55 mahasiswa dengan presentase 45,83%, dan mahasiswa yang memiliki tingkat *self-esteem* yang dikategorikan dalam tingkat *self-esteem* yang rendah adalah sebanyak 65 mahasiswa dengan presentase 54,17%. Dengan demikian, dapat terlihat bahwa gambaran tingkat *self-esteem* yang dimiliki mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran adalah cenderung rendah.

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan terhadap data responden menurut jenis kelamin, diketahui bahwa baik perempuan maupun laki-laki, keduanya memiliki tingkat resiliensi yang cenderung rendah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sunarti, Islamia, Rochimah, dan Ulfa mengenai perbedaan resiliensi remaja dilihat dari wilayah, kemiskinan, jenis kelamin, dan jenis sekolah. Hasil penelitian tersebut mengatakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang nyata antara resiliensi remaja laki-laki dan perempuan, namun secara khusus kerjasama dan komunikasi remaja laki-laki lebih tinggi dibandingkan remaja perempuan, sementara remaja perempuan memiliki *problem solving* dan *empathy* yang lebih tinggi dibanding remaja laki-laki. Selain itu, diketahui pula bahwa baik perempuan maupun

laki-laki, keduanya memiliki tingkat *self-esteem* yang cenderung rendah. Meskipun tidak terlihat perbedaan yang berarti antara *self-esteem* perempuan dan laki-laki, namun Rosenberg menjelaskan bahwa terdapat kemungkinan hubungan antara harga diri dengan jenis kelamin, wanita memiliki pengalaman yang lebih kuat terhadap penerimaan dan penolakan diri, sementara laki-laki memiliki pengalaman yang lebih kuat terhadap kesuksesan dan kegagalan. Tercatat pula dari berbagai penelitian menemukan perbedaan harga diri pada jenis kelamin akan terus bertahan di dalam siklus kehidupan.

Pada hasil uji hipotesis, nilai F hitung adalah sebesar 56,427 sedangkan nilai F tabel adalah sebesar 3,92, terlihat bahwa nilai F hitung lebih besar dibandingkan nilai F tabel. Kemudian hal ini juga sejalan dengan perbandingan antara nilai p yang lebih kecil daripada nilai  $\alpha$ , di mana nilai p adalah sebesar 0,000 sedangkan nilai  $\alpha$  nya adalah sebesar 0,05. Dengan demikian hasil penelitian dapat dikatakan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara tingkat *self-esteem* terhadap tingkat resiliensi pada mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran. Penelitian serupa milik Pricillia Risca Pah (2016) yang meneliti pengaruh *self-esteem* terhadap resiliensi pada remaja memperoleh hasil yang menunjukkan bahwa *self-esteem* berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap resiliensi.

Besaran pengaruh dari *self-esteem* terhadap resiliensi terlihat dari besaran nilai *R Square* yang sebesar 0,323 yang mana artinya variabel *self-esteem* memberi sumbangan sebesar 32,3% terhadap tingkat resiliensi mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran. Dengan kata lain, *self-esteem* mempengaruhi resiliensi sebesar 32,3% dan sisanya terdapat 67,7% faktor lain yang dapat pula mempengaruhi tingkat resiliensi seperti *self-efficacy*, *self-compassion*, dukungan sosial, dan variabel lainnya yang berpengaruh.

Selanjutnya apabila dilihat dari persamaan regresi, persamaan tersebut menunjukkan bahwa jika variabel *self-esteem* (X) mengalami kenaikan satu-satuan, maka akan mempengaruhi besaran variabel resiliensi (Y) sebesar 2,028. Berdasarkan hasil tersebut, dapat diartikan bahwa kenaikan dari *self-esteem* yang dirasakan



mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran akan memprediksi kenaikan tingkat resiliensi mahasiswa tersebut pula. Pengaruh positif ini juga sesuai dengan hasil uji korelasi yang menunjukkan adanya hubungan positif antara kedua variabel, yang dilihat berdasarkan *pearson correlation* sebesar 0,569. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa jika tingkat *self-esteem* yang dimiliki mahasiswa tinggi, maka tingkat resiliensi yang dimiliki pun juga tinggi. Sebaliknya, ketika *self-esteem* mahasiswa rendah, maka rendah pula tingkat resiliensinya.

Berdasarkan hasil penelitian yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh antara *self-esteem* terhadap resiliensi pada mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran, hal ini sejalan dengan teori-teori yang dikemukakan pada bab dua. Seperti teori dari Resnick, Gwyther dan Roberto (2011) yang mengatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi di antaranya adalah harga diri, dukungan sosial, spiritualitas, dan emosi positif. Grotberg juga mengatakan hal-hal yang mempengaruhi resiliensi di antaranya adalah *self-esteem*, dukungan sosial, hubungan saling mempercayai, dukungan emosi selain keluarga, dorongan untuk mandiri, dan cinta yang tidak bersyarat.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Muhammad Iqbal (2011) mengenai hubungan antara *self-esteem* dan religiusitas terhadap resiliensi pada remaja di Yayasan Himmata. Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dan religiusitas dengan resiliensi pada remaja, di mana jika remaja memiliki *self-esteem* yang tinggi, maka resiliensinya akan tinggi pula, begitu pula sebaliknya dan begitu juga dengan religiusitas. Penelitian lain yang dilakukan oleh Bias Rembulan Smestha (2015) tentang pengaruh *self-esteem* dan dukungan sosial terhadap resiliensi mantan pecandu narkoba, menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara *self-esteem* dan dukungan sosial terhadap resiliensi. Semakin tinggi tingkat *self-esteem* maupun tingkat dukungan sosial yang dimiliki, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi yang dimiliki oleh mantan pecandu narkoba tersebut.

Dengan demikian, hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, bahwa *self-esteem* memiliki pengaruh yang

signifikan terhadap resiliensi. Hal ini berarti semakin tinggi tingkat *self-esteem* yang dimiliki mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi yang dimilikinya. Sebaliknya, semakin rendah tingkat *self-esteem* yang dimiliki mahasiswa tersebut, maka semakin rendah pula tingkat resiliensi yang dimilikinya.

#### **4.5.Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini tidak luput dari kekurangan. Penelitian ini memiliki berbagai keterbatasan selama proses pelaksanaannya. Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan pedoman perhitungan sampel dari Isaac dan Michael dengan taraf kesalahan sebesar 5%. Dari total 230 populasi, dengan pedoman perhitungan tersebut, sampel ideal yang sebaiknya diambil dalam penelitian ini adalah sebanyak 139 mahasiswa, namun peneliti hanya berhasil memperoleh sampel sebanyak 120 mahasiswa. Hal ini dikarenakan keterbatasan waktu peneliti yang bersinggungan dengan tanggal waktu masuk Universitas yang menjadi sasaran sampel peneliti, hal ini membuat peneliti kekurangan waktu untuk memperoleh sampel yang sesuai dengan rencana awal.

Selain itu, karena keterbatasan waktu pula peneliti jadi harus mengambil sebagian data melalui *google form*, sehingga sebagian data diperoleh peneliti tanpa melakukan tatap muka dengan responden dan membuat peneliti tidak dapat mengontrol responden.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN**

#### **5.1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 120 mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran, diketahui bahwa mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran cenderung memiliki tingkat *self-esteem* dan tingkat resiliensi yang tergolong rendah. Jumlah mahasiswa yang memiliki tingkat *self-esteem* dan tingkat resiliensi yang tergolong tinggi dan rendah pun tidak berbeda jauh. Selain itu, berdasarkan pengujian hipotesis secara statistik yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel *self-esteem* terhadap variabel resiliensi pada mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran. Pengaruh yang dihasilkan variabel *self-esteem* terhadap variabel resiliensi bersifat positif, yakni semakin tinggi tingkat *self-esteem* yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensinya. Sebaliknya, jika terdapat penurunan tingkat *self-esteem* pada mahasiswa, maka terjadi pula penurunan pada tingkat resiliensinya.

#### **5.2. Implikasi**

Permasalahan dan tantangan serta kesulitan merupakan fenomena hidup yang tidak bisa dihindari. Reaksi setiap individu terhadap permasalahan tersebut berbeda-beda, tergantung bagaimana tingkat resiliensi yang dimiliki setiap individu. Permasalahan juga dialami oleh kalangan mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran yang harus bertahan dengan segala kesulitan di tahun pertama perkuliahannya agar dapat mencapai kelulusan. Oleh sebab itu, mereka membutuhkan tingkat resiliensi yang tinggi.

Sesuai hasil kesimpulan penelitian yang telah diungkapkan, bahwa tingkat *self-esteem* mempengaruhi tingkat resiliensi pada mahasiswa tahun pertama Program

Studi Kedokteran. Kemudian diketahui pula gambaran tingkat *self-esteem* maupun gambaran tingkat resiliensi para mahasiswa tahun pertama Program Studi Kedokteran berada pada tingkat yang tergolong sedang. Dengan diketahuinya hal-hal tersebut, maka sebaiknya para pengajar atau dosen di universitas yang mengajar dalam Program Studi Kedokteran mampu mendorong atau meningkatkan *self-esteem* yang ada pada diri mahasiswa, sehingga mahasiswa mampu melewati berbagai kesulitan dengan memiliki tingkat resiliensi yang tinggi. Para mahasiswa juga diharapkan dapat membantu dirinya sendiri dengan memberi penilaian sikap yang tinggi terhadap dirinya, dengan meningkatkan *self-esteem* yang dimiliki sehingga menjadi lebih individu yang lebih resilien.

### **5.3. Saran**

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi yang telah diungkapkan di atas, peneliti memiliki beberapa saran dalam penelitian ini yang akan dipaparkan di antaranya bagi subjek penelitian dan bagi peneliti selanjutnya.

#### **5.3.1. Bagi Subjek Penelitian**

Para mahasiswa tahun pertama program studi kedokteran diharapkan dapat lebih menghargai diri sendiri, kemudian memberi penilaian yang baik terhadap diri sendiri sehingga dapat meningkatkan *self-esteem*. Dengan meningkatnya *self-esteem*, mahasiswa diharapkan dapat menjadi lebih resilien, lebih tangguh dalam menghadapi berbagai kesulitan yang dialami selama tahun pertama masa perkuliahan. Pihak universitas seperti dosen yang mengajar pun diharapkan dapat membantu meningkatkan *self-esteem* para mahasiswanya seperti misalnya melalui gaya mengajarnya.

#### **5.3.2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti dengan jumlah sampel yang lebih banyak dan tidak hanya di satu wilayah saja, agar hasil yang diperoleh bisa dapat lebih digeneralisasi. Selain itu, peneliti selanjutnya diharapkan agar dapat melakukan penelitian dengan variabel independen lain yang mungkin berpengaruh terhadap resiliensi selain *self-esteem*, sehingga dapat diperoleh pengetahuan yang lebih banyak terkait variabel resiliensi. Peneliti selanjutnya juga dapat meneliti kedua

variabel dalam penelitian ini namun dengan subjek yang berbeda. Misalnya, pada remaja di panti asuhan, pada dokter muda yang sedang menjalankan koas, pada korban bencana alam, dan lain sebagainya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahern, N. R., Ark, P., & Byers, J. (2006). A Review of Instruments Measuring Resilience. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 103-125.
- Alvina, S., & Dewi, F. I. (2016). Pengaruh Harga Diri dan Dukungan Sosial terhadap Resiliensi Mahasiswa dengan Pengalaman Bullying di Perguruan Tinggi. *Jurnal Psikologi Psibernetika*, 156-162.
- Amaliyah, N., & Prihastuti. (2014). Perbedaan Self Esteem Remaja Panti Asuhan di Surabaya Ditinjau dari Persepsinya terhadap Pola Asuh. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 03(03).
- Amelia, S., Asni, E., & Chairilisyah, D. (2014, Oktober). Gambaran Ketangguhan Diri (Resiliensi) pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau. *JOMFK*, 1(2), 1.
- Andriani, A., Juniarti, N., & Widiarti, E. (2017). Gambaran Resiliensi Remaja di Kawasan Eks Lokalisasi Kota Bandung. *NurseLine Journal*, 2(2).
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Desmita. (2009). Mengembangkan Resiliensi Remaja dalam Upaya Mengatasi Stres Sekolah. *Ta'dib*, 12 (1).
- Desmita. (2009). *Psikologi Pengembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Dewi, G. K., & Cahyani, B. H. (2015). Resiliensi pada Remaja Yatim Piatu yang Tinggal di Panti Asuhan. *Jurnal SPIRITS*, 5(2).
- Ekasari, A., & Andriyani, Z. (2013). Pengaruh Peer Group Support dan Self Esteem terhadap Resilience pada Siswa SMAN Tambun Utara Bekasi. *Jurnal Soul*, 6(1).
- Everall, R. D., Altrows, K. J., & Paulson, B. L. (2006). Creating a Future: A Study of Resilience in Suicidal Female Adolescents. *Journal of Counseling and Development*, 461-470.

- Fadhilah, A. (2014). Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Meningkatkan Harga Diri (Self-Esteem) Peserta Didik Universitas Pendidikan Indonesia. *Skripsi*, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Gordon, K. A., Padilla, A. M., Ford, M., & Thoresen, C. (1994). Resilient Students' Beliefs About Their Schooling Environment: A Possible Role in Developing Goals and Motivation. *Paper presented at the Annual Association*.
- Grotberg, E. (1995). *A Guide to Promoting Resilience in Children: Strengthening the Human Spirit*. Birmingham: Bernard van Leer Foundation.
- Grotberg, E. (1999). Countering Depression with the Five Building Blocks of Resilience. *Reaching Today's Youth*, 66-72.
- Grotberg, E. (1999). *Tapping Your Inner Strength*. Oakland, CA: New Harbinger Publications.
- Gunarsa, S. D., & Gunarsa, Y. S. (2001). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Harning, A. D. (2018). Hubungan antara Self Compassion dengan Resiliensi pada Remaja dari Keluarga Bercerai. *Skripsi*.
- Hartaji, D. A. (2012). Motivasi Berprestasi pada Mahasiswa yang Berkuliah dengan Jurusan Pilihan Orang Tua. *Jurnal Psikologi*.
- Hartini, N. (2001). Deskripsi Kebutuhan Psikologis pada Anak Panti Asuhan. *Jurnal INSAN Media Psikologi*, 3(2).
- Hauser, S. T. (1999). Understanding Resilience Outcomes: Adolescent Lives Across Time and Generations. *Journal of Research on Adolescence*, 1-24.
- Henderson, V. L., & Dweck, C. S. (1990). *Motivation and Achievement*. Cambridge: Harvard University Press.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Hidayati, N. L. (2014). Hubungan Antara Self-Esteem dengan Resiliensi pada Remaja di Panti Asuhan Keluarga Yatim Muhammadiyah Surakarta. *Jurnal Psikologi*.

- Iqbal, M. (2011). Hubungan antara Self Esteem dan Religiusitas terhadap Resiliensi pada Remaja di Yayasan Himmata. *Skripsi*, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Kwan, M. (2013). Hubungan antara Religiusitas dengan Resiliensi. *Skripsi*.
- Larasati, A. E. (2016, December 9). *Sepertiga Mahasiswa Kedokteran di Dunia Mengalami Depresi*. Retrieved from CNN Indonesia: [www.cnnindonesia.com](http://www.cnnindonesia.com)
- Lundman, B., Stranberg, G., Eisemann, M., Gustafson, Y., & Brulin, C. (2007). Psychometric Properties of the Swedish Version of the Resilience Scale. *Journal Compilation*, 229-237.
- Luthar, S. (2003). *Resilience and Vulnerability, Adaptation in the Context of Childhood Adversities*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Matsumoto, D. (2009). *The Cambridge Dictionary of Psychology*. Cambridge: Cambridge University Press.
- McCubbin, L. (2001). *Challenges to the Definition of Resilience*. California: Journal of American Psychological Association.
- Minchinton, J. (2003). *Maximum Self-Esteem; The Handbook for Reclaiming Your Sense of Self-Worth*. Kuala Lumpur: Golden Books Centre SDN, BHD.
- Nisa, M. K., & Muis, D. (2016). Studi tentang Daya Tangguh (Resiliensi) Anak di Panti Asuhan Sidoarjo. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*.
- Nur, A. R. (2015). Hubungan Antara Kemandirian dengan Penyesuaian Diri dalam Lingkungan Kampus pada Mahasiswa. 3.
- Oktaliza, F. (2015). Hubungan antara Harga Diri terhadap Resiliensi (Ketangguhan Diri) pada Remaja di SMA Kartika I-5 Padang. *Jurnal Keperawatan Jiwa*.
- Pah, P. R. (2016). Pengaruh Self Esteem terhadap Resiliensi Remaja. *Skripsi*, Universitas Sanata Dharma.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Paramita, F. P. (2012). Hubungan antara Resiliensi dan Coping pada Remaja Akhir yang Memiliki Orangtua Penderita Penyakit Kronis. *Skripsi*.



- Perdhana, T. S., Hartati, S., & Fauziah, N. (2012). Hubungan antara Self-Esteem dengan Penyesuaian Diri pada Siswa Tahun Pertama SMA Krista Mitra Semarang. *Jurnal Psikologi*, 47-82.
- Pramesti, A. (2015). Hubungan antara Self Esteem terhadap Prestasi Belajar Mata Pelajaran Makanan Kontinental pada Siswa Jurusan Tata Boga Konsentrasi Jasa Boga. *Skripsi*.
- Rahmawati, B. D., Listiyandini, R. A., & Rahmatika, R. (2018). Gambaran Resiliensi Psikologis Remaja Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi*.
- Rangkuti, A. A., & Wahyuni, L. D. (2017). *Analisis Data Penelitian Kuantitatif Berbasis Classical Test Theory dan Item Response Theory (Rasch Model)*. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.
- Reich, J. W., Zautra, A. J., & Hall, J. S. (2010). *Handbook of Adult Resilience*. New York: The Guilford Press.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. New York: Broadway Books.
- Resnick, B., Gwyther, L. P., & Roberto, K. A. (2011). *Resilience in Aging: Concepts, Research, and Outcomes*. New York: Springer.
- Richardson, G. E. (2002). The Metatheory of Resilience and Resiliency. *Journal of Clinical Psychology*.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and The Adolescent Self-Image*. New Jersey: Princeton University Press.
- Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the Self*. New York: Basic Books.
- Rutter, M. (1987). Psychosocial Resilience and Protective Mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 316-331.
- Sandha, T., Hartati, S., & Fauziah, N. (2012). Hubungan antara Self Esteem dengan Penyesuaian Diri pada Siswa Tahun Pertama SMA Krista Mitra Semarang. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 47-82.
- Santrock, J. (2007). *Adolescence (7th Edition)*. Boston: McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup (terjemahan)*. Jakarta: Penerbit Erlangga.

- Setyowati, A., Hartati, S., & Sawitri, D. R. (2010). Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Resiliensi pada Siswa Penghuni Rumah Damai. *Jurnal Psikologi Undip*, 7(1).
- Shally, R. D., & Prasetyaningrum, J. (2017). Resiliensi pada Penderita Kanker Serviks Stadium Lanjut. *Jurnal Indigeneous*, 2(1).
- Siswoyo, D. (2007). *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Smestha, B. R. (2015). Pengaruh Self Esteem dan Dukungan Sosial terhadap Resiliensi Mantan Pecandu Narkoba. *Skripsi*, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Tsuraya, F. (2017). Hubungan antara Resiliensi dengan Subjective Well-Being pada Remaja Panti Asuhan di Kabupaten Banyumas. *Skripsi*, Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Wagnild, G. M. (2010). Discovering Your Resilience Core.
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1990). Resilience Among Older Women. *Image: Journal of Nursing Scholarship*, 252-255.
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and Psychometric Evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 165-178.
- Walgito, B. (2010). *Bimbingan dan Konseling (Studi & Karier)*. Yogyakarta: Andi Yogyakarta.
- Walsh, F. (2006). *Strengthening Family Resilience*. New York: The Guilford Press.
- Widarto. (2013). Penelitian Ex Post Facto.
- Zubir, D. M. (2012). Hubungan Antara Psychological Well-Being dan College Adjustment pada Mahasiswa Tahun Pertama. *Universitas Indonesia*, 1-3.

## LAMPIRAN

### Lampiran 1. Kutipan Verbatim Wawancara *Preliminary Study*

1. Subjek 1: “Hmm paling susah sih di awal pas jadi maba, yang pertama mungkin karena adaptasi kali yaa, tapi yang paling kerasa ujiannya sih yang beda banget. Kalo di SMA kan yaudah paling banyak kita ngerjain soal yaa 50-60 lah dengan waktu kurang lebih dua jam. Di kedokteran kita sekali ujian soalnya bisa 100-200 soal dan waktunya biasanya cuma dikasih satu menit untuk satu soal. Belum lagi ada ujian yang namanya OSCE sama SOCA yang menurut anak kedokteran biasanya paling susah, OSCE tuh ujian praktik, SOCA ujian lisan. Tapi lebih susah SOCA sih, soalnya kita kayak disuruh hafalin kasus-kasus gitu, banyak, tapi nanti waktu ujian yang di tes cuma satu kasus aja, random, jadi mau gamau kita harus hafal semua kasusnya, terus kalo nilainya jelek waktu ngulang nilai maksimalnya tuh C. Kalo OSCE walaupun susah tapi nilainya pasti bagus, walaupun jelek bisa diulang dan nilai maksimalnya A, jadi aman. Pokoknya aku tuh stress banget awal masuk kuliah, nangis mulu aku hahaha.”
2. Subjek 2: “Susah sih dibandinginnya, menurut aku susah semua hehehe. Fluktuatif sih sebenarnya, cuma kalo disuruh sebutin semester paling berat hmm mungkin antara semester satu sampe semester tiga. Kaget sih aku karena sebelumnya di SMA ga biasa belajar yang keras banget, serius banget, tiba-tiba masuk FK temen-temen belajarnya pada giat banget, aku harus nyeimbangin, adaptasinya susah buat ngikutin budaya belajarnya karena aku kan tahun pertama di asrama ya tinggalnya satu angkatan. Terus ujiannya banyak banget, beda banget sama waktu di SMA. Ada ujian tulis yang bias sampe ratusan soal, terus ujian lisan kayak hafalin kasus gitu dan makin naik semester, makin banyak kasusnya, terus ada ujian praktik juga. Beda sih kalo sama koas yang biasanya kita udah tau jenis-jenis ujian dosen A dosen B gitu, jadi gak se deg-degan waktu ujian jaman masih maba.”

3. Subjek 3: “Jauh lebih sulit semester satu dua gitu sih menurut gue dibanding koas. Kalo koas kan biasanya kita ujian satu satu tuh sama dokternya, terus temen-temen lain juga ada yang udah pernah misalnya di stase yang akan diujiin, nah kita biasanya bisa tanya satu sama lain gimana sih ujian sama dokter ini, gimana ujian sama dokter itu yang ditanya apaan aja, jadi udah tau kisi-kisinya lah ya istilahnya. Beda sama waktu semester awal kuliah, ujian tulis aja bias sampe 200 soal terus waktunya singkat banget, terus ada ujian praktik sama ujian lisan juga. Ujian lisan sih yang deg-degannya subhanallah, gak tidur biasanya tuh gue kalo mau ujian lisan, namanua SOCA. Stresful banget sih menurut gue awal-awal kuliah di FK, banyak banget temen-temen suka nangis di awal perkuliahan, termasuk gue juga hahaha. Menurut gue kalo mentally, lebih berat di semester awal perkuliahan, tapi kalo physically lebih berat waktu koas. Karena di koas biasanya kita harus siap sedia gitu kalo dipanggil ke rumah sakit misalnya buat belajar sama konsulen atau kalo di stase forensik tuh ada yang namanya on call, jadi jam berapapun kalo ada kecelakaan atau apa kita harus prepared banget pokoknya. Capek banget sih, tapi yaudah gitu aja.”

Lampiran 2. Kuesioner Uji Coba

**UJI COBA  
INSTRUMEN PENELITIAN**



**Oleh:**

**Chadiza Ayumas Hanani**

**(1125153993)**

**JURUSAN PSIKOLOGI  
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

## PENGANTAR

Dalam rangka penyelesaian tugas akhir, saya mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Jakarta akan mengadakan penelitian untuk memenuhi salah satu persyaratan wajib dalam menyelesaikan program sarjana. Oleh karena itu saya mengharapkan bantuan dari saudara/i untuk membantu memberikan informasi sebagai data penelitian dalam bentuk mengisi skala.

Perlu diketahui bahwa dalam pengisian skala ini hanya digunakan untuk kepentingan penelitian ilmiah dan tidak digunakan untuk maksud tertentu. Oleh karena itu, Saudara/i tidak perlu ragu-ragu untuk memberikan informasi melalui jawaban atas pernyataan yang disediakan. Jawablah dengan jujur dan sesuai kenyataan sebenarnya. Sebagai peneliti saya memegang etika penelitian guna menjamin kerahasiaan jawaban yang saudara/i berikan. Atas partisipasi dan bantuannya saya ucapkan terima kasih.

Jakarta, 16 Juli 2019

Peneliti

**IDENTITAS RESPONDEN**

Nama : .....

Jenis kelamin : .....

Usia : .....

Universitas : .....

Angkatan : .....

**SKALA 1**

Di bawah ini terdapat beberapa pernyataan. Anda diminta untuk menilai seberapa tinggi nilai pernyataan-pernyataan tersebut sesuai dengan diri Anda saat ini.

Berilah tanda silang (X) pada pilihan jawaban yang tersedia untuk setiap pernyataan yang diajukan. Silanglah kotak 1 apabila Anda merasa Sangat Tidak Sesuai dengan diri Anda. Semakin Anda merasa pernyataan tersebut sesuai dengan diri atau keadaan Anda saat ini, maka semakin tinggi angka yang Anda pilih. Pilihan jawaban:

**Sangat Tidak Sesuai**

1    2    3    4    5

**Sangat Sesuai**

6    7

**Skala:**

No.	Pernyataan	1	2	3	4	5	6	7
3.	Saya bergantung pada diri sendiri daripada orang lain							
5.	Saya bisa mandiri bila keadaan mengharuskan seperti itu							
10.	Saya adalah orang yang tekun							
12.	Saya tidak terlalu mencemaskan masa depan saya							
13.	Saya bisa melewati masa-masa sulit karena saya pernah mengalami kesulitan sebelumnya							
17.	Keyakinan pada diri sendiri membuat saya mampu melewati masa-masa sulit							
20.	Terkadang saya memaksa diri saya melakukan hal-hal yang tidak ingin saya lakukan							
21.	Hidup saya bermakna							
22.	Saya tidak memikirkan hal-hal yang tidak bisa saya lakukan secara berlarut-larut							
24.	Saya memiliki energi untuk melakukan apa yang harus saya lakukan							



## SKALA 2

Di bawah ini adalah daftar pernyataan yang berhubungan dengan perasaan umum Anda tentang diri Anda sebagai seorang mahasiswa tahun pertama program studi kedokteran.

Bacalah setiap pernyataan secara cermat. Tidak ada jawaban benar atau salah, yang penting adalah semua jawaban yang Anda berikan sesuai dengan keadaan diri Anda yang sebenarnya. Berilah tanda silang (X) pada pilihan jawaban yang tersedia.

### **Keterangan**

**SS** = Sangat Setuju

**TS** = Tidak Setuju

**S** = Setuju

**STS** = Sangat Tidak Setuju

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
2.	Kadang-kadang saya berpikir bahwa saya tidak baik sama sekali				
4.	Saya dapat melakukan hal-hal yang sama baiknya dengan kebanyakan orang				
5.	Saya merasa tidak memiliki banyak hal untuk dibanggakan				
7.	Saya merasa bahwa saya adalah orang yang berharga, setidaknya setara dengan orang lain				
9.	Secara keseluruhan, saya cenderung merasa bahwa saya orang yang gagal				
10.	Saya mengambil sikap positif terhadap diri saya sendiri				

### Lampiran 3. Uji Validitas

#### 1. Uji Validitas *Self-Esteem*

##### Item–Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item–Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item1	25.72	15.450	.476	.835
Item2	26.28	15.714	.401	.842
Item3	25.50	15.764	.655	.825
Item4	25.61	15.676	.510	.832
Item5	26.22	14.818	.472	.837
Item6	26.06	14.355	.526	.832
Item7	25.56	14.591	.708	.814
Item8	25.33	14.830	.606	.823
Item9	25.69	14.974	.488	.835
Item10	25.37	14.502	.699	.815

#### 2. Uji Validitas Resiliensi

##### Dimensi Kebermaknaan Hidup

##### Item–Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item–Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item4	31.11	29.459	.394	.794
Item6	32.07	28.372	.388	.799
Item15	32.28	26.921	.664	.749
Item16	31.93	30.938	.345	.800
Item21	31.63	24.011	.632	.750
Item24	31.96	26.451	.648	.749
Item8	31.91	25.331	.656	.745

**Dimensi Keseimbangan Batin****Item–Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item–Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item7	24.33	24.604	.762	.801
Item11	24.50	26.179	.640	.825
Item12	24.13	28.756	.506	.849
Item22	24.31	25.088	.745	.805
Item23	24.46	27.385	.643	.826
Item25	24.83	26.481	.538	.847

**Dimensi Kemandirian****Item–Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item–Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item1	24.20	23.939	.557	.775
Item9	25.06	24.204	.486	.793
Item10	24.61	23.299	.663	.752
Item14	25.02	22.471	.681	.746
Item17	23.81	25.663	.509	.786
Item18	24.52	24.632	.491	.790

**Dimensi Ketekunan****Item–Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item–Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item13	10.69	4.446	.871	.621
Item19	10.17	7.387	.467	.988
Item20	10.63	4.804	.864	.633

**Dimensi Kesendirian Eksistensial****Item–Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item–Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item2	10.22	6.478	.455	.915
Item3	10.74	3.969	.800	.567
Item5	10.63	4.804	.752	.633

#### Lampiran 4. Uji Reliabilitas

##### 1. Uji Reliabilitas *Self-Esteem*

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.843	10

##### 2. Uji Reliabilitas Resiliensi

#### Dimensi Kebermaknaan Hidup

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.797	7

#### Dimensi Keseimbangan Batin

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.851	6

#### Dimensi Kemandirian

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.805	6

**Dimensi Ketekunan****Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.847	3

**Dimensi Kesendirian Eksistensial****Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.807	3

## Lampiran 5. Surat Validasi Instrumen

### *Expert Judgement 1*

#### SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN EXPERT JUDGEMENT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ratna Dyah Suryaratri  
 NIP : 197512162006042001  
 Prodi : Psikologi  
 Pendidikan Terakhir : S3  
 Bidang Keahlian : Psikologi  
 No. Handphone : 081284595150

Menyatakan bahwa instrumen **harga diri** yang telah divalidasi: dapat digunakan / perlu perbaikan/tidak dapat digunakan\*) untuk penelitian oleh mahasiswi berikut:

Nama : Chadiza Ayumas Hanani  
 NIM : 1125153993  
 Prodi : Psikologi

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya. Atas kerja samanya diucapkan terima kasih.

Jakarta, 16/7 - 2019  
 Validator,

  
 Ratna D.S.

NIP. 197512162006042001

(\*) Lingkari salah satu

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN**  
**EXPERT JUDGEMENT**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ratna Dyah Suryaratri  
NIP : 197512162006042001  
Prodi : Psikologi  
Pendidikan Terakhir : S3  
Bidang Keahlian : Psikologi  
No. Handphone : 081284595150

Menyatakan bahwa instrumen <sup>resiliensi</sup> ~~harga diri~~ yang telah divalidasi: dapat digunakan perlu perbaikan/tidak dapat digunakan\*) untuk penelitian oleh mahasiswa berikut:

Nama : Chadiza Ayumas Hanani  
NIM : 1125153993  
Prodi : Psikologi

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya. Atas kerja samanya diucapkan terima kasih.

Jakarta, 16/7 - 2019  
Validator,

  
.....  
Ratna D.S. ....

NIP. 197512162006042001

(\*) Lingkari salah satu



**Expert Judgement 2**

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN  
EXPERT JUDGEMENT**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Gita Arianda Rizkyani Medella, M.Psi., Psi.  
 NIP : 198912192019032015  
 Prodi : Psikologi  
 Pendidikan Terakhir : S2 Magister Profesi Psikologi  
 Bidang Keahlian : Psikologi Sosial  
 No. Handphone : 08212101 0019


Menyatakan bahwa instrumen **harga diri** yang telah divalidasi: dapat digunakan/perlu-perbaikan/tidak dapat digunakan\*) untuk penelitian oleh mahasiswa berikut:

Nama : Chadiza Ayumas Hanani  
 NIM : 1125153993  
 Prodi : Psikologi

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya. Atas kerja samanya diucapkan terima kasih.

Jakarta, 10/07/2019

Validator,

  
 ..GITA ARIANDA R.M.  
 NIP. 198912192019032015

(\*) Lingkari salah satu

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN**  
**EXPERT JUDGEMENT**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Gita Irianda Rizkyani Medella, M.Psi, Psi.  
NIP : 198912192019032015  
Prodi : Psikologi  
Pendidikan Terakhir : S2 Magister Profesi Psikologi  
Bidang Keahlian : Psikologi Sosial  
No. Handphone : 082121010019

Menyatakan bahwa instrumen **resiliensi** yang telah divalidasi: dapat digunakan/perlu-perbaikan/tidak-dapat-digunakan\*) untuk penelitian oleh mahasiswa berikut:

Nama : Chadiza Ayumas Hanani  
NIM : 1125153993  
Prodi : Psikologi

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya. Atas kerja samanya diucapkan terima kasih.

Jakarta, 10/07/ 2019

Validator,



.....  
GITA IRIANDA R M

NIP. 198912192019032015

(\*) **Lingkari salah satu**

**Expert Judgement 3**

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN  
EXPERT JUDGEMENT**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Santi Yudhistira  
 NIP :  
 Prodi : Psikologi  
 Pendidikan Terakhir : S2 Profesi Psikologi  
 Bidang Keahlian : Psikologi Pendidikan  
 No. Handphone : 081291380221

Menyatakan bahwa instrumen **harga diri** yang telah divalidasi: dapat digunakan/perlu perbaikan/tidak dapat digunakan\*) untuk penelitian oleh mahasiswa berikut:

Nama : Chadiza Ayumas Hanani  
 NIM : 1125153993  
 Prodi : Psikologi

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya. Atas kerja samanya diucapkan terima kasih.

Jakarta, 15 Juli 2019  
 Validator,



Santi Yudhistira.....

NIP.

(\*) Lingkari salah satu

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN**  
**EXPERT JUDGEMENT**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Santi Yudhistira  
 NIP : —  
 Prodi : Psikologi  
 Pendidikan Terakhir : S2 Profesi Psikologi  
 Bidang Keahlian : Psikologi Pendidikan  
 No. Handphone : 0812 9138 0221

Menyatakan bahwa instrumen **resiliensi** yang telah divalidasi: dapat digunakan (perlu perbaikan/tidak dapat digunakan\*) untuk penelitian oleh mahasiswa berikut:

Nama : Chadiza Ayumas Hanani  
 NIM : 1125153993  
 Prodi : Psikologi

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Jakarta, 15 Juli 2019  
 Validator,



Santi Yudhistira

NIP.

(\*) Lingkari salah satu

**Lampiran 6. Instrumen Final Penelitian**

**INSTRUMEN PENELITIAN**



**Oleh:**

**Chadiza Ayumas Hanani**

**(1125153993)**

**JURUSAN PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

## PENGANTAR

Dalam rangka penyelesaian tugas akhir, saya mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Jakarta akan mengadakan penelitian untuk memenuhi salah satu persyaratan wajib dalam menyelesaikan program sarjana. Oleh karena itu saya mengharapkan bantuan dari saudara/i untuk membantu memberikan informasi sebagai data penelitian dalam bentuk mengisi skala.

Perlu diketahui bahwa dalam pengisian skala ini hanya digunakan untuk kepentingan penelitian ilmiah dan tidak digunakan untuk maksud tertentu. Oleh karena itu, Saudara/i tidak perlu ragu-ragu untuk memberikan informasi melalui jawaban atas pernyataan yang disediakan. Jawablah dengan jujur dan sesuai kenyataan sebenarnya. Sebagai peneliti saya memegang etika penelitian guna menjamin kerahasiaan jawaban yang saudara/i berikan. Atas partisipasi dan bantuannya saya ucapkan terima kasih.

Jakarta, 21 Juli 2019

Peneliti

**IDENTITAS RESPONDEN**

Nama : .....

Jenis kelamin : .....

Usia : .....

**SKALA 1**

Di bawah ini terdapat beberapa pernyataan. Anda diminta untuk menilai seberapa tinggi nilai pernyataan-pernyataan tersebut sesuai dengan diri Anda saat ini.

Berilah tanda silang (X) pada pilihan jawaban yang tersedia untuk setiap pernyataan yang diajukan. Silanglah kotak 1 apabila Anda merasa Sangat Tidak Sesuai dengan diri Anda. Semakin Anda merasa pernyataan tersebut sesuai dengan diri atau keadaan Anda saat ini, maka semakin tinggi angka yang Anda pilih. Pilihan jawaban:

**Sangat Tidak Sesuai**

1    2    3    4    5

**Sangat Sesuai**

6    7

**Skala:**

No.	Pernyataan	1	2	3	4	5	6	7
3.	Saya bergantung pada diri sendiri daripada orang lain							
5.	Saya bisa mandiri bila keadaan mengharuskan seperti itu							
10.	Saya adalah orang yang tekun							
12.	Saya tidak terlalu mencemaskan masa depan saya							
13.	Saya bisa melewati masa-masa sulit karena saya pernah mengalami kesulitan sebelumnya							
17.	Keyakinan pada diri sendiri membuat saya mampu melewati masa-masa sulit							
20.	Terkadang saya memaksa diri saya melakukan hal-hal yang tidak ingin saya lakukan							
21.	Hidup saya bermakna							
22.	Saya tidak memikirkan hal-hal yang tidak bisa saya lakukan secara berlarut-larut							
24.	Saya memiliki energi untuk melakukan apa yang harus saya lakukan							



## SKALA 2

Di bawah ini adalah daftar pernyataan yang berhubungan dengan perasaan umum Anda tentang diri Anda sebagai seorang mahasiswa tahun pertama program studi kedokteran.

Bacalah setiap pernyataan secara cermat. Tidak ada jawaban benar atau salah, yang penting adalah semua jawaban yang Anda berikan sesuai dengan keadaan diri Anda yang sebenarnya. Berilah tanda silang (X) pada pilihan jawaban yang tersedia.

### **Keterangan**

**SS = Sangat Setuju**

**TS = Tidak Setuju**

**S = Setuju**

**STS = Sangat Tidak Setuju**

### **Skala:**

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
2.	Kadang-kadang saya berpikir bahwa saya tidak baik sama sekali				
4.	Saya dapat melakukan hal-hal yang sama baiknya dengan kebanyakan orang				
5.	Saya merasa tidak memiliki banyak hal untuk dibanggakan				
7.	Saya merasa bahwa saya adalah orang yang berharga, setidaknya setara dengan orang lain				
9.	Secara keseluruhan, saya cenderung merasa bahwa saya orang yang gagal				
10.	Saya mengambil sikap positif terhadap diri saya sendiri				

## Lampiran 7. Uji Normalitas

### 1. Uji Normalitas *Self-Esteem*

#### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
TS_SelfEsteem	.081	120	.053	.988	120	.377

a. Lilliefors Significance Correction

### 2. Uji Normalitas

#### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
TS_RS25	.063	120	.200*	.990	120	.539

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

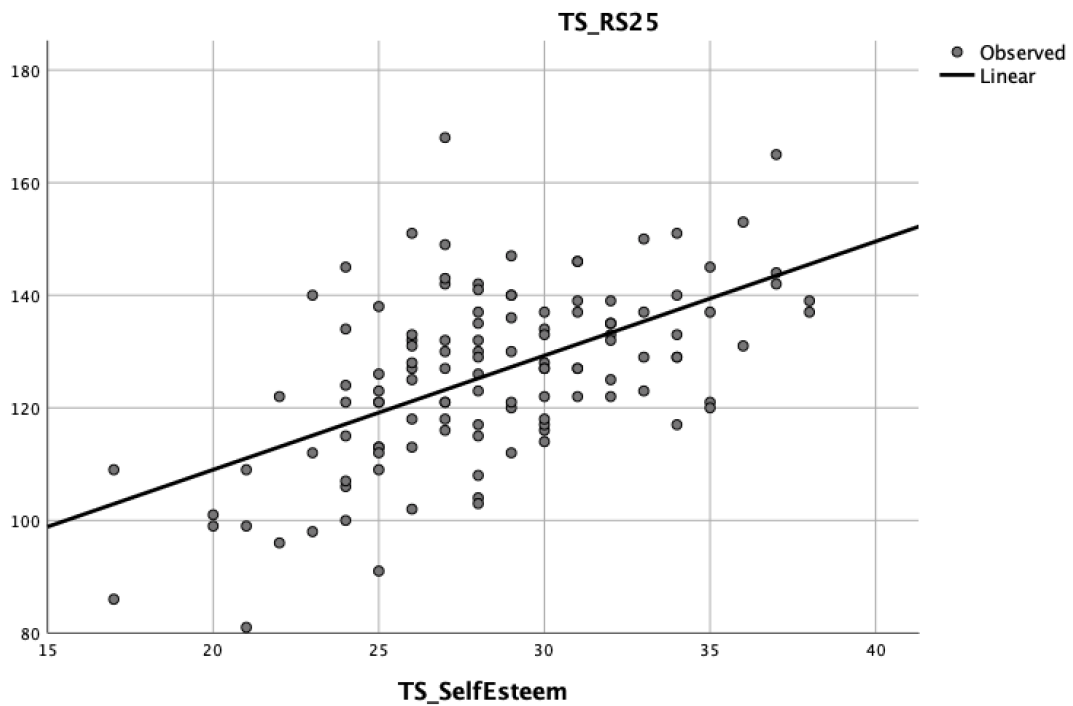
## Lampiran 8. Uji Linieritas

### Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable: TS\_RS25

Equation	R Square	Model Summary				Parameter Estimates	
		F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.323	56.427	1	118	.000	68.458	2.028

The independent variable is TS\_SelfEsteem.



## Lampiran 9. Uji Korelasi

**Correlations**

		TS_RS25	TS_SelfEsteem
TS_RS25	Pearson Correlation	1	.569**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	120	120
TS_SelfEsteem	Pearson Correlation	.569**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	120

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## Lampiran 10. Uji Hipotesis

### Model Summary<sup>D</sup>

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.569 <sup>a</sup>	.323	.318	12.767

a. Predictors: (Constant), TS\_SelfEsteem

b. Dependent Variable: TS\_RS25

### ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	9197.700	1	9197.700	56.427	.000 <sup>b</sup>
	Residual	19234.292	118	163.002		
	Total	28431.992	119			

a. Dependent Variable: TS\_RS25

b. Predictors: (Constant), TS\_SelfEsteem

### Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	68.458	7.760		8.821	.000
	TS_SelfEsteem	2.028	.270	.569	7.512	.000

a. Dependent Variable: TS\_RS25

### Lampiran 11. Saran-saran yang Disampaikan oleh Penguji

#### SARAN-SARAN YANG DISAMPAIKAN OLEH PENGUJI

Nama peserta : Chadiza Ayumas Hanani  
 Nomor registrasi : 1125153993  
 Program Studi : Psikologi  
 Nama penguji : R.A. FADHALAH  
 Program Studi : Psikologi  
 Fakultas : Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta

No	Isi Saran-Saran
01.	tata tulis.
02.	perbahani referensi.
03.	BAB I
04.	BAB II
05.	BAB III
06.	Pembahasan yg sesuai.
07.	
08.	
09.	
10.	

Jakarta, 16 Agustus 2019  
 Panitia Ujian Skripsi Sarjana  
 Fakultas Pendidikan Psikologi UNJ  
 Penguji,

*R. Fadhalah*

NIP. ....

## SARAN-SARAN YANG DISAMPAIKAN OLEH PENGUJI

Nama peserta : Chadriza Ayumas Hanani  
 Nomor registrasi : 1125153993  
 Program Studi : Psikologi  
 Nama penguji : Gita Irianda Rizkyani M, M.Psi.  
 Program Studi : Psikologi  
 Fakultas : Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta

No	Isi Saran-Saran
01.	Perbaiki <del>seperti</del> sistematika sesuai dengan kaidah buku acuan skripsi.
02.	Perdalam lagi penjelasan terutama terkait kategorisasi
03.	Perhatikan definisi konseptual
04.	
05.	
06.	
07.	
08.	
09.	
10.	

Jakarta, 16 Agustus 2019

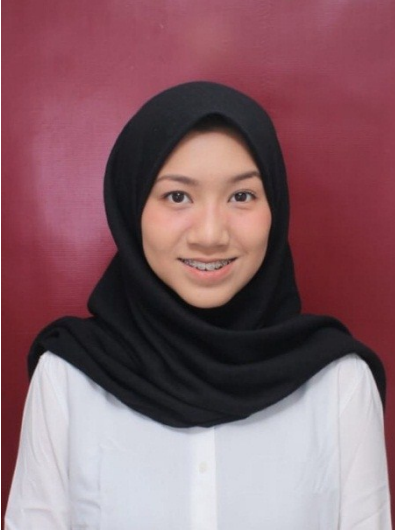
Panitia Ujian Skripsi Sarjana  
 Fakultas Pendidikan Psikologi UNJ  
 Penguji,



GITA IRIANDA R M, M.Psi.

NIP. 198912192019032015

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Chadiza Ayumas Hanani, lahir di Jakarta pada tanggal 20 Agustus 1997. Anak kedua dari empat bersaudara. Pendidikan formal yang sudah dijalani dimulai dari TK Islam Al-Azhar Kelapa Gading, SD Islam Tugasku, SD Kasih Ananda I, SMPN 30 Jakarta, dan MAN Insan Cendekia Gorontalo.

Pada tahun 2015 diterima menjadi mahasiswa Universitas Negeri Jakarta, Fakultas Pendidikan Psikologi, Program Studi Psikologi. Selama perkuliahan memiliki pengalaman Praktik Kerja Psikologi (PKP) selama dua bulan di Lembaga Perlindungan Anak Indonesia (LPAI). Kegiatan yang pernah diikuti selama perkuliahan adalah menjadi staff divisi seni dalam Departemen Bakat dan Minat Keluarga Mahasiswa Psikologi, kemudian menjadi kepala divisi seni dalam Departemen Bakat dan Minat BEM Fakultas Pendidikan Psikologi.

Kontak penulis yang dapat dihubungi melalui email: [chadizahanani@gmail.com](mailto:chadizahanani@gmail.com)