

**HUBUNGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DENGAN RESILIENSI
AKADEMIK PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA DI FAKULTAS
PENDIDIKAN PSIKOLOGI UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

**Fitri Amalia
1801619098**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
AGUSTUS 2023**

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

“Hubungan Kesejahteraan Psikologis dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Tahun
Pertama di Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta”

Nama Mahasiswa : Fitri Amalia
 Nomor Registrasi : 1801619098
 Jurusan/Program Studi : Psikologi
 Tanggal Ujian : 16 Agustus 2023

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi.
 NIP. 198304182008122006

Liza Yudhita Widyastuti, M.Psi.
 NIP. 199104252022032009

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tanda tangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Penanggungjawab)*		07/09/23
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		26/08/23
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Ketua Penguji)***		26 Agustus 2023
Irma Rosalinda, M.Si (Anggota)****		26 Agustus 2023
Adhissa Qonita, M.Psi (Anggota)****		26 Agustus 2023

Catatan:

- *Dekan FPPsi
- **Wakil Dekan I
- ***Ketua Penguji
- ****Dosen Penguji selain pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Fitri Amalia

NIM : 1801619098

Prodi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Hubungan Kesejahteraan Psikologis dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian dari bulan Juli tahun 2023 sampai dengan bulan Agustus tahun 2023.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi atau karya inovasi yang pernah dibuat oleh orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

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

Jakarta, 8 Agustus 2023

Yang Membuat Pernyataan,



Fitri Amalia

NIM. 1801619098



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Fitri Amalia
NIM : 1801619098
Fakultas/Prodi : Pendidikan Psikologi/Psikologi
Alamat email : amaliaftr8@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

“Hubungan Kesejahteraan Psikologis dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta”

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 14 September 2023
Penulis

(Fitri Amalia)

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Sometimes there were moments filled with tears, but this will be a long journey that will outshine the past – Girl’s Generation”

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada orang tua saya.
Terima kasih atas doa dan dukungannya.

Skripsi ini saya persembahkan juga kepada diri saya sendiri.
Terima kasih telah menyelesaikan skripsi.

FITRI AMALIA

**HUBUNGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DENGAN RESILIENSI
AKADEMIK PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA DI FAKULTAS
PENDIDIKAN PSIKOLOGI UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

Skripsi

**Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi
Universitas Negeri Jakarta
2023**

ABSTRAK

Penelitian kuantitatif ini bertujuan untuk meneliti hubungan kesejahteraan psikologis dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tahun pertama di Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Penelitian ini melibatkan sebanyak 146 responden mahasiswa tahun pertama di FPPsi UNJ yang berusia 17-21 tahun. Alat ukur yang digunakan adalah *Psychological Well-Being Scale* (PWBS) yang dikonstruksi oleh Ryff (1989) dan *Academic Resilience Scale* (ARS) yang dikonstruksi oleh Cassidy (2016). Pengumpulan data menggunakan teknik *random sampling* dan diolah menggunakan uji korelasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesejahteraan psikologi dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tahun pertama di Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta, dengan sig. 0.000 (sig. < α) dan skor r sebesar 0.668. Artinya, apabila kesejahteraan psikologis yang dimiliki semakin tinggi, maka resiliensi akademik juga semakin tinggi. Begitu pula sebaliknya, apabila kesejahteraan psikologis semakin rendah, maka resiliensi akademik pun semakin rendah.

Kata kunci: Resiliensi akademik, Kesejahteraan psikologis

FITRI AMALIA

**CORRELATION BETWEEN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING WITH
ACADEMIC RESILIENCE OF PSYCHOLOGY FIRST YEAR STUDENT IN
STATE UNIVERSITY OF JAKARTA**

Undergraduate Thesis

**Jakarta: Major of Psychology, Faculty of Psychology Education
State University of Jakarta
2023**

ABSTRACT

This quantitative research aims to determine the relationship between psychological well-being and academic resilience among first-year students at the Faculty of Psychology Education, State University of Jakarta. The study involved a total of 146 first-year student respondents at the Faculty of Psychology Education, State University of Jakarta, aged 17-21 years. The measurement tools used were the Psychological Well-Being Scale (PWBS), constructed by Ryff (1989), and the Academic Resilience Scale (ARS), constructed by Cassidy (2016). Data collection was conducted using random sampling technique and analysed using correlation tests. The results of the study indicate a positive and significant relationship between psychological well-being and academic resilience among first-year students at the Faculty of Psychology Education, State University of Jakarta, with sig. 0.000 (sig. < α), and r score of 0.668. This implies that if the psychological well-being of first-year students at the Faculty of Psychology, State University of Jakarta, increases, their academic resilience also increase, and if their psychological well-being decreases, their academic resilience decreases as well.

Keyword: *Academic resilience, Psychological well-being*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan hidayah-Nya, peneliti dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul "Hubungan Kesejahteraan Psikologis dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta" dengan tepat waktu.

Skripsi ini diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi. Selain itu, skripsi ini juga bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan yang terjalin antara kesejahteraan psikologis dengan resiliensi akademik bagi para pembaca dan juga bagi peneliti. Dalam proses penyusunan skripsi ini tentunya dibutuhkan bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti ingin menyampaikan terima kasih kepada pihak-pihak yang terlibat, yaitu:

1. Prof. Dr. Yufiarti, M.Si selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si. selaku Wakil Dekan I Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D. selaku Wakil Dekan II Fakultas Pendidikan Psikologi di Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Mira Ariyani, Ph.D. selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi. selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta sekaligus selaku Dosen Pembimbing I yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk dapat membimbing, memberikan dorongan, dan semangat kepada peneliti dalam menulis skripsi.

6. Ibu Liza Yudhita Widyastuti, M.Psi. selaku Dosen Pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk dapat memberikan bimbingan, masukan, dorongan, dan semangat kepada peneliti dalam menulis skripsi.
7. Seluruh dosen pengajar dan staff Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
8. Keluarga peneliti yang selalu memberikan doa dan dukungan untuk peneliti selama menjalani perkuliahan hingga menyelesaikan skripsi.
9. Ghina Afifah yang telah memberikan waktu dan tenaganya untuk mencurahkan dukungan, masukan, serta berbagi cerita suka dan duka selama menjalani perkuliahan hingga menyelesaikan skripsi. Terima kasih atas kepercayaan dan kehangatannya, sehingga peneliti tidak merasa sedang berjalan sendiri.
10. Teman seperjuangan dalam menulis skripsi, yaitu Icha dan Fefe, yang selalu bekerjasama dan berdiskusi dalam penelitian payung serta memberikan dukungan untuk satu sama lain; Naurah, yang selalu meluangkan waktu dan tenaga untuk berdiskusi serta memberikan dukungan dan bantuan; serta Zija, Titis, Fifa, Enno, dan Alvan, yang telah berbagi cerita dan semangat selama proses bimbingan skripsi.
11. Lia, Hani, dan Zuniy, yang juga telah berbagi pengetahuan, cerita, dan semangat selama menyelesaikan skripsi.
12. Teman-teman mahasiswa psikologi Angkatan 2022 yang telah membantu proses penelitian.

Peneliti menyadari ada banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini baik dari segi isi maupun teknik penulisan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun, sehingga peneliti dapat menyempurnakan skripsi ini menjadi lebih baik dari sebelumnya. Semoga skripsi yang telah ditulis ini dapat membantu dalam menambah pengetahuan dan pengalaman, sehingga dapat bermanfaat untuk peneliti, pembaca, dan kita semua.

Jakarta, 8 Agustus 2023



Peneliti



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	6
1.3 Pembatasan Masalah	7
1.4 Rumusan Masalah	7
1.5 Tujuan Penelitian	7
1.6 Manfaat Penelitian	7
1.6.1 Manfaat Teoretis.....	7
1.6.2 Manfaat Praktis.....	8
1.6.2.1 Mahasiswa Tahun Pertama.....	8
1.6.2.2 Universitas	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
2.1 Resiliensi Akademik.....	9
2.1.1 Definisi Resiliensi Akademik	9

2.1.2	Dimensi Resiliensi Akademik.....	10
2.1.3	Faktor yang Memengaruhi Resiliensi Akademik	11
2.1.4	Pengukuran Resiliensi Akademik.....	12
2.2	Kesejahteraan Psikologis.....	13
2.2.1	Definisi Kesejahteraan Psikologis	13
2.2.2	Dimensi Kesejahteraan Psikologis.....	14
2.2.3	Faktor yang Memengaruhi Kesejahteraan Psikologis	16
2.2.4	Pengukuran Kesejahteraan Psikologis	17
2.3	Mahasiswa Tahun Pertama	18
2.3.1	Definisi Mahasiswa Tahun Pertama.....	18
2.3.2	Karakteristik Mahasiswa Tahun Pertama.....	18
2.3.3	Permasalahan Mahasiswa Tahun Pertama	19
2.4	Hubungan Kesejahteraan Psikologis dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Tahun Pertama	19
2.5	Kerangka Konseptual.....	21
2.6	Hipotesis	22
2.7	Hasil Penelitian yang Relevan	22
BAB III METODE PENELITIAN.....		25
3.1	Tipe Penelitian	25
3.2	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	25
3.2.1	Identifikasi Variabel Penelitian	25
3.2.2	Definisi Konseptual	25
3.2.2.1	Definisi konseptual resiliensi akademik.....	25
3.2.2.2	Definisi konseptual kesejahteraan psikologis.....	26
3.2.3	Definisi Operasional.....	26
3.2.3.1	Definisi operasional resiliensi akademik	26
3.2.3.2	Definisi operasional kesejahteraan psikologis	26
3.3	Populasi dan Sampel.....	26
3.3.1	Populasi	26

3.3.2	Sampel.....	27
3.4	Teknik Pengambilan Sampel	27
3.5	Teknik Pengumpulan Data.....	27
3.5.1	Instrumen penelitian resiliensi akademik	28
3.5.2	Instrumen penelitian kesejahteraan psikologis.....	30
3.6	Uji Coba Instrumen	33
3.6.1	Uji Coba Instrumen Resiliensi Akademik	33
3.6.2	Uji Coba Instrumen Kesejahteraan Psikologis	37
3.7	Analisis Data	39
3.7.1	Uji Normalitas.....	39
3.7.2	Uji Linearitas	39
3.7.3	Uji Hipotesis	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		41
4.1	Gambaran Responden/Subjek Penelitian	41
4.1.1	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin....	41
4.1.2	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Usia	42
4.1.3	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Prestasi Akademik	42
4.1.4	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Tinggal	43
4.1.5	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Pendapatan/Uang Saku	43
4.1.6	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Tahun Lulus SMA/Sederajat	44
4.1.7	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Kegiatan di Luar Perkuliahan.....	45
4.2	Prosedur Penelitian.....	46
4.2.1	Persiapan Penelitian	46
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian	47
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian	47



4.3.1	Data Deskriptif Variabel Resiliensi Akademik	47
4.3.1.1	Kategorisasi Skor Variabel Resiliensi Akademik	48
4.3.2	Data Deskriptif Variabel Kesejahteraan Psikologis	49
4.3.2.1	Kategorisasi Skor Variabel Kesejahteraan Psikologis	50
4.3.3	Uji Normalitas.....	51
4.3.4	Uji Linearitas	52
4.3.5	Uji Hipotesis	53
4.4	Pembahasan.....	54
4.5	Keterbatasan Penelitian	56
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN		57
5.1	Kesimpulan	57
5.2	Implikasi.....	57
5.3	Saran	58
5.3.1	Mahasiswa Tahun` Pertama	58
5.3.2	Universitas	58
5.3.3	Penelitian Selanjutnya	59
DAFTAR PUSTAKA.....		60
LAMPIRAN.....		65

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skala Respon Instrumen <i>Academic Resilience Scale</i>	29
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Instrumen <i>Academic Resilience Scale</i>	29
Tabel 3.3 Skala Respon Instrumen <i>Psychological Well-Being Scale</i>	31
Tabel 3.4 <i>Blueprint</i> Instrumen <i>Psychological Well-Being Scale</i>	31
Tabel 3.5 Hasil Perhitungan Uji Validitas Instrumen <i>Academic Resilience Scale</i> (ARS)	33
Tabel 3.6 Hasil Perubahan Pernyataan <i>Item</i> Instrumen <i>Academic Resilience Scale</i> (ARS).....	35
Tabel 3.7 Hasil Perhitungan Uji Reliabilitas Instrumen <i>Academic Resilience Scale</i> (ARS).....	36
Tabel 3.8 Hasil Perhitungan Uji Validitas Instrumen <i>Psychological Well-Being Scale</i> (PWBS).....	37
Tabel 3.9 Hasil Perhitungan Uji Reliabilitas Instrumen <i>Psychological Well-Being Scale</i> (PWBS).....	38
Tabel 4.1 Gambaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	41
Tabel 4.2 Gambaran Subjek Berdasarkan Usia.....	42
Tabel 4.3 Gambaran Subjek Berdasarkan Perkembangan Prestasi Akademik	42
Tabel 4.4 Gambaran Subjek Berdasarkan Jenis Tinggal.....	43
Tabel 4.5 Gambaran Subjek Berdasarkan Pendapatan/Uang Saku	44
Tabel 4.6 Gambaran Subjek Berdasarkan Tahun Lulus SMA/Sederajat .	44
Tabel 4.7 Gambaran Subjek Berdasarkan Pernah/Tidaknya Berkuliah Sebelumnya.....	45
Tabel 4.8 Gambaran Subjek Berdasarkan Ada/Tidaknya Organisasi/Kepanitiaan yang Diikuti	45
Tabel 4.9 Gambaran Subjek Berdasarkan Bekerja/Tidak Bekerja	46
Tabel 4.10 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Resiliensi Akademik.....	48

Tabel 4.11 Hasil Kategorisasi Skor Variabel Resiliensi Akademik.....	49
Tabel 4.12 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Kesejahteraan Psikologis...	50
Tabel 4.13 Hasil Kategorisasi Skor Variabel Kesejahteraan Psikologis...	51
Tabel 4.14 Hasil Perhitungan Uji Normalitas	52
Tabel 4.15 Hasil Perhitungan Uji Linearitas	52
Tabel 4.16 Hasil Perhitungan Uji Korelasi.....	53



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir..... 22



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Uji Coba Instrumen Resiliensi Akademik	65
Lampiran 2 Uji Coba Instrumen Kesejahteraan Psikologis	66
Lampiran 3 Hasil Data Deskriptif.....	67
Lampiran 4 Hasil Uji Normalitas.....	68
Lampiran 5 Hasil Uji Linearitas	68
Lampiran 6 Hasil Uji Korelasi	68
Lampiran 7 Surat Validasi Instrumen Penelitian	69
Lampiran 8 Kuesioner Penelitian	73

