

**GAMBARAN RESILIENSI MAHASISWA GENERASI Z YANG
MENGIKUTI ORGANISASI KEMAHASISWAAN DI UNIVERSITAS
NEGERI JAKARTA**



Oleh:

BINTANG ALHARITS

1801621156

SKRIPSI

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2025

**GAMBARAN RESILIENSI MAHASISWA GENERASI Z YANG
MENGIKUTI ORGANISASI KEMAHASISWAAN DI UNIVERSITAS
NEGERI JAKARTA**



Oleh:

BINTANG ALHARITS

1801621156

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam mendapatkan
Gelar Sarjana Psikologi

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2025

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

Gambaran Resiliensi Mahasiswa Generasi Z Yang Mengikuti Organisasi
Kemahasiswaan Di Universitas Negeri Jakarta

Nama Mahasiswa : Bintang Alharits
NIM : 1801621156
Program Studi : Psikologi

Tanggal Ujian : 30 Juni 2025

Pembimbing 1



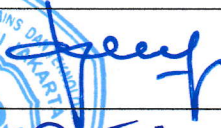
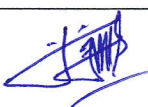
Prof. Dr. Yufiarti, M.Si.
NIP: 196402171986102001

Pembimbing 2



Vinna Ramadhany Sy, M.Psi., Psikolog.
NIP: 199004222020122012

Panitia Ujian/Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si. (Dekan/Penanggungjawab)		15/7/25
Mira Ariyani, Ph.D. (Wakil Dekan/ Wakil Penanggungjawab)		21/7/25
Irma Rosalinda Lubis, S.Psi., M.Si, Psikolog. (Ketua Sidang)		10 Juli 2025
Mauna, M.Psi., Psikolog. (Anggota)		9 Juli 2025
Fauziah Wijayanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog (Anggota)		9 Juli 2025

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Bintang Alharits

NIM : 1801621156

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Gambaran Resiliensi Mahasiswa Generasi Z Yang Mengikuti Organisasi Kemahasiswaan di Universitas Negeri Jakarta” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Februari sampai dengan bulan Juni 2025.
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 dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 2 Juli 2025



Bintang Alharits

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Hidup yang tak pernah diperjuangkan, tidak akan dimenangkan”

PERSEMBAHAN

Puji syukur kepada Allah SWT. yang telah memberikan nikmat sehat dan iman untuk saya selama proses pengerjaan skripsi. Skripsi ini saya persembahkan kepada kedua orang tua saya yang selalu hadir dan memberikan dukungan kepada saya. Juga kepada seluruh keluarga dan teman-teman yang selalu memberikan dorongan kepada saya untuk bisa yakin dalam penyelesaian skripsi ini. Saya juga mempersembahkan skripsi ini kepada orang spesial yang selalu hadir dalam proses pengerjaan skripsi ini. Juga kepada dosen pembimbing saya yang memberikan banyak dukungan dan pembelajaran untuk saya. Atas berkat doa dan dukungan dari mereka semua saya bisa berada di titik ini, menyelesaikan skripsi ini. Untuk diri saya sendiri, saya persembahkan skripsi ini sebagai hadiah terbaik setelah 4 tahun mengenyam pendidikan sarjana di Psikologi UNJ.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
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 : Bintang Alharits
NIM : 1801621156
Fakultas/Prodi : Psikologi / Psikologi
Alamat email : alharitsbintang8@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 :

Gambaran Resiliensi Mahasiswa Generasi Z Yang
Mengikuti Organisasi Kemahasiswaan Di 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, 11 Agustus 2025



(Bintang Alharits)
nama dan tanda tangan

BINTANG ALHARITS

**GAMBARAN RESILIENSI MAHASISWA GENERASI Z YANG MENGIKUTI
ORGANISASI KEMAHASISWAAN DI UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

SKRIPSI

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

2025

ABSTRAK

Penelitian ini mengeksplorasi resiliensi mahasiswa Generasi Z yang aktif mengikuti organisasi kemahasiswaan di Universitas Negeri Jakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat resiliensi dalam kelompok mahasiswa ini, dengan mempertimbangkan tantangan yang mereka hadapi dalam menyeimbangkan tanggung jawab akademik dan organisasi. Sebanyak 257 mahasiswa disurvei menggunakan Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) dengan tipe penelitian kuantitatif deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki tingkat resiliensi sedang hingga tinggi, yang memungkinkan mereka untuk beradaptasi dan mengatasi hambatan di lingkungan akademik dan organisasi. Faktor utama yang memengaruhi resiliensi antara lain dukungan sosial dari keluarga dan teman. Penelitian ini juga menunjukkan perbedaan signifikan dalam tingkat resiliensi berdasarkan jenis kelamin dan asal pendidikan, di mana mahasiswa laki-laki dan mereka yang berasal dari *boarding school* memiliki resiliensi yang lebih baik.

Kata Kunci: Resiliensi, Generasi Z, Organisasi Kemahasiswaan, Adaptasi.

BINTANG ALHARITS

**THE RESILIENCE PROFILE OF GENERATION Z STUDENTS INVOLVED IN
STUDENT ORGANIZATIONS AT UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

Undergraduate Thesis

Jakarta: Major of Psychology, Faculty of Psychology, State University of Jakarta

2025

ABSTRACT

This research explores the resilience of Generation Z students actively involved in student organizations at Universitas Negeri Jakarta. The study aims to identify the resilience levels within this student group, considering the challenges they face in balancing academic and organizational responsibilities. A total of 257 students were surveyed using the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) with a descriptive quantitative research approach. The findings indicate that the majority of students have moderate to high resilience, enabling them to adapt and overcome obstacles in both academic and organizational settings. Key factors influencing resilience include social support from family and friends. The study also reveals significant differences in resilience levels based on gender and educational background, with male students and those from boarding schools exhibiting higher resilience.

Keywords: Resilience, Generation Z, Student Organizations, Adaptation.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT. sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan baik serta penuh kemudahan dan kelancaran pada setiap prosesnya. Skripsi yang penulis susun berjudul “Gambaran Resiliensi Mahasiswa Generasi Z Yang Mengikuti Organisasi Kemahasiswaan di Universitas Negeri Jakarta” merupakan syarat tugas akhir yang harus dipenuhi untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi.) dalam Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.

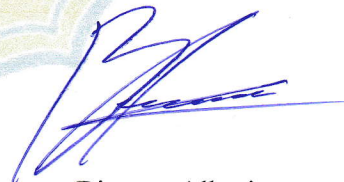
Penulis sangat menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini tidak dapat diselesaikan dengan baik tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak lain yang mendukung. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya, serta penghargaan yang setinggi-tingginya kepada seluruh pihak yang berkontribusi membantu, antara lain:

1. Bapak Dr. Gumgum Gumelar FR, M. Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Terima kasih penulis sampaikan kepada Bapak Dekan atas segala kebijakan dan arahan kepada seluruh mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Mira Ariyani, Ph.D., selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Terima kasih penulis sampaikan kepada Ibu Wakil Dekan atas segala kebijakan dan arahan kepada seluruh mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd., selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Terima kasih penulis sampaikan kepada Ibu Wakil Dekan atas segala kebijakan dan arahan kepada seluruh mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D. selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Terima kasih penulis sampaikan kepada Bapak Wakil Dekan atas segala kebijakan dan arahan kepada seluruh mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Irma Rosalinda Lubis, M.Psi., Psikolog. selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Terima kasih

penulis sampaikan kepada Ibu Koorprodi atas segala kebijakan dan arahan kepada seluruh mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Jakarta.

6. Prof. Dr. Yufiarti, M.Si. selaku Pembimbing 1. Terima kasih penulis sampaikan kepada pembimbing skripsi yang telah memberikan arahan dan masukan selama proses pembuatan skripsi yang penulis jalani.
7. Mbak Vinna Ramadhany Sy, M.Psi., Psikolog. selaku Pembimbing 2. Terima kasih penulis sampaikan kepada pembimbing skripsi yang telah memberikan arahan dan masukan selama proses pembuatan skripsi yang penulis jalani.
8. Kedua orang tua penulis, Mama Ninik dan Bapak Rizki. Penulis mengucapkan syukur dan terima kasih karena selalu hadir dan memberikan dukungan pada setiap langkah hidup penulis.
9. Kedua kakak dan kakak ipar penulis, Mas Alfa, Mbak Sela, Mbakya, dan Mas Rere. Penulis ucapkan banyak terima kasih karena terus memberikan dukungan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi penulis.
10. Orang-orang spesial bagi penulis Raffie, Hanif, Ibnu, Bedil, Bija, Nadya, Monique, Rere, Firza, Pupus, Dylan, Aziz, Nuzul, Dito, Temmy, Asyraf, Faris, Harsya, Bang Iyan, Zuhud, Rara, Sipa, Mustika, dan Nabilah. Penulis ucapkan terima kasih karena membuat masa perkuliahan penulis terasa menyenangkan.
11. Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah membentuk karakter penulis menjadi semakin lebih baik lagi.

Jakarta, 2 Juli 2025



Bintang Alharits

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Identifikasi Masalah	6
1.3. Pembatasan Masalah	6
1.4. Rumusan Masalah	6
1.5. Tujuan Penelitian	6
1.6. Manfaat Penelitian	7
1.6.1. Manfaat Teoritis	7
1.6.2. Manfaat Praktis	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1. Resiliensi.....	9
2.1.1. Definisi Resiliensi	9
2.1.2. Aspek-aspek Resiliensi	10
2.1.3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Resiliensi	13
2.1.4. Pengukuran Resiliensi.....	16
2.2. Hasil Penelitian yang Relevan	17
2.2.1. Penelitian 1.....	17
2.2.2. Penelitian 2.....	18
2.2.3. Penelitian 3.....	18
2.2.4. Penelitian 4.....	19
2.2.5. Penelitian 5.....	20
BAB III METODE PENELITIAN	21
3.1. Tipe Penelitian	22
3.2. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	22
3.2.1. Definisi Konseptual.....	22
3.2.2. Definisi Operasional.....	22
3.3. Populasi dan Sampel	22
3.3.1. Populasi.....	223

3.3.2. Sampel.....	23
3.4. Teknik Pengumpulan Data.....	24
3.4.1. Instrumen Resiliensi.....	24
3.5. Analisis Data.....	31
3.5.1. Uji Normalitas.....	31
3.5.2. Uji Homogenitas.....	31
3.5.3. Uji Beda.....	31
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	32
4.1. Gambaran Responden Penelitian.....	32
4.1.1. Gambaran Jenis Kelamin Responden.....	32
4.1.2. Gambaran Usia Responden.....	33
4.1.3. Gambaran Fakultas Responden.....	33
4.1.4. Gambaran Angkatan Responden.....	34
4.1.5. Gambaran Jabatan Responden.....	35
4.1.6. Gambaran Tingkatan Organisasi Yang Diikuti Responden.....	35
4.1.7. Gambaran Pendidikan Responden.....	35
4.1.8. Gambaran Asal Dukungan Sosial Responden.....	36
4.2. Hasil Analisis Uji Prasyarat.....	38
4.2.1. Uji Normalitas.....	38
4.3. Hasil Analisis Data Deskriptif.....	40
4.3.1. Data Deskriptif Resiliensi.....	40
4.4. Data Kategorisasi Skor Resiliensi.....	40
4.4.1. Kategorisasi Jenis Kelamin.....	42
4.4.2. Kategorisasi Usia.....	41
4.4.3. Kategorisasi Fakultas.....	42
4.4.4. Kategorisasi Angkatan.....	43
4.4.5. Kategorisasi Organisasi.....	44
4.4.6. Kategoriasi Jabatan.....	44
4.4.7. Kategorisasi Pendidikan.....	45
4.4.8. Kategorisasi Dukungan Sosial.....	46
4.5. Interpretasi Uji Beda.....	48
4.5.1. Uji Beda Jenis Kelamin.....	48
4.5.2. Uji Beda Usia.....	50
4.5.3. Uji Beda Jabatan.....	51

4.5.4.	Uji Beda Pendidikan	51
4.5.5.	Uji Beda Dukungan Sosial	52
4.6.	Prosedur Penelitian.....	54
4.6.1.	Persiapan Penelitian	54
4.6.2.	Pelaksanaan Penelitian	55
4.7.	Pembahasan.....	56
4.8.	Keterbatasan Penelitian	58
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN		60
5.1	Kesimpulan	60
5.2	Implikasi.....	60
5.3	Saran dan Rekomendasi	61



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Kisi-kisi instrumen resiliensi	26
Tabel 3. 2 Rentang jawaban instrumen resiliensi.....	28
Tabel 3. 3 Kategori reliabilitas.....	29
Tabel 3. 4 Nilai reliabilitas.....	30
Tabel 3. 5 Nilai korelasi antar <i>item</i> instrumen resiliensi.....	31
Tabel 4. 1 Jenis kelamin responden	33
Tabel 4. 2 Gambaran usia responden	34
Tabel 4. 3 Asal fakultas responden	34
Tabel 4. 4 Angkatan responden.....	35
Tabel 4. 5 Jabatan responden	35
Tabel 4. 6 Tingkatan organisasi responden.....	36
Tabel 4. 7 Tingkat Pendidikan responden.....	37
Tabel 4. 8 Dukungan Sosial responden.....	39
Tabel 4. 9 Hasil uji normalitas	40
Tabel 4. 10 Data deskriptif resiliensi	40
Tabel 4. 11 Kategorisasi resiliensi	41
Tabel 4. 12 Kategorisasi resiliensi berdasarkan jenis kelamin	42
Tabel 4. 13 Kategori resiliensi berdasarkan usia	43
Tabel 4. 14 Kategori resiliensi berdasarkan fakultas	44
Tabel 4. 15 Kategori resiliensi berdasarkan angkatan	45
Tabel 4. 16 Kategori resiliensi berdasarkan organisasi.....	45
Tabel 4. 17 Kategori resiliensi berdasarkan jabatan	46
Tabel 4. 18 Kategori resiliensi berdasarkan pendidikan	47
Tabel 4. 19 Kategori resiliensi berdasarkan dukungan sosial	48
Tabel 4. 20 Uji homogenitas skor total resiliensi dan data jenis kelamin.....	49
Tabel 4. 21 Nilai mean resiliensi antara laki-laki dan perempuan	49
Tabel 4. 22 Uji homogenitas skor total resiliensi dan data usia.....	50
Tabel 4. 23 Nilai mean resiliensi berdasarkan kategori usia.....	50
Tabel 4. 24 Uji homogenitas skor total resiliensi dan data jabatan.....	51
Tabel 4. 25 Mean kategori tiap jabatan.....	52
Tabel 4. 26 Uji homogenitas pendidikan	52

Tabel 4. 27 Mean kategori pendidikan.....	52
Tabel 4. 28 Uji homogenitas dukungan sosial	53
Tabel 4. 29 Mean kategori berdasarkan dukungan sosial	55



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Uji Reliabilitas Resiliensi.....	66
Lampiran 2 Hasil Uji Korelasi Antar <i>Item</i> Resiliensi	66
Lampiran 3 Data Demografis Jenis Kelamin	67
Lampiran 4 Data Demografis Usia	67
Lampiran 5 Data Demografis Fakultas	67
Lampiran 6 Data Demografis Angkatan	68
Lampiran 7 Data Demografis Organisasi.....	68
Lampiran 8 Data Demografis Jabatan.....	68
Lampiran 9 Data Demografis Pendidikan.....	68
Lampiran 10 Data Demografis Dukungan Sosial	69
Lampiran 11 Hasil Uji Normalitas	70
Lampiran 12 Data Deskriptif Resiliensi.....	70
Lampiran 13 Data Kategorisasi Skor Resiliensi	70
Lampiran 14 Tabulasi Silang Kategori Jenis Kelamin	70
Lampiran 15 Tabulasi Silang Kategori Usia.....	71
Lampiran 16 Tabulasi Silang Kategori Fakultas.....	71
Lampiran 17 Tabulasi Silang Kategori Angkatan.....	72
Lampiran 18 Tabulasi Silang Kategori Organisasi	72
Lampiran 19 Tabulasi Silang Kategori Jabatan	72
Lampiran 20 Tabulasi Silang Kategori Pendidikan	73
Lampiran 21 Tabulasi Silang Kategori Dukungan Sosial.....	74
Lampiran 22 Uji Homogenitas Jenis Kelamin	75
Lampiran 23 Uji beda Jenis Kelamin.....	75
Lampiran 24 Uji Homogenitas Usia	75
Lampiran 25 Uji beda Usia	76
Lampiran 26 Uji Homogenitas Fakultas	76
Lampiran 27 Uji beda Fakultas	76
Lampiran 28 Uji Homogenitas Angkatan	77
Lampiran 29 Uji beda Angkatan.....	78
Lampiran 30 Uji Homogenitas Organisasi.....	78
Lampiran 31 Uji beda Organisasi	78

Lampiran 32 Uji Homogenitas Jabatan.....	79
Lampiran 33 Uji beda Jabatan	80
Lampiran 34 Uji Homogenitas Pendidikan.....	80
Lampiran 35 Uji beda Pendidikan.....	81
Lampiran 36 Uji Homogenitas Dukungan Sosial	81
Lampiran 37 Uji beda Dukungan Sosial	82
Lampiran 38 Validasi Instrumen.....	83
Lampiran 39 Dokumentasi.....	85
Lampiran 40 Daftar Riwayat Hidup Penulis.....	85

