

**PENGARUH RESILIENSI TERHADAP KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS PADA GURU DI SEKOLAH INKLUSI**



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2025**

**PENGARUH RESILIENSI TERHADAP KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS PADA GURU DI SEKOLAH INKLUSI**



Oleh:

Kayla Aurelya Maharani Putri

1801621230

SKRIPSI

**Ditulis 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**

**PENGARUH RESILIENSI TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS
PADA GURU DI SEKOLAH INKLUSI**

Nama Mahasiswa : Kayla Aurelya Maharani Putri
NIM : 1801621230
Program Studi : Psikologi

Tanggal Ujian : 23 Juni 2025

Pembimbing I

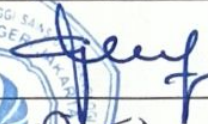
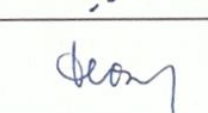
Pembimbing II




Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi., Psikolog
NIP. 198107262008122003

Salsabila Mayang Sari, M.Psi., Psikolog
NIP. 199310012024062001

Panitia Ujian/Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar F.R., M.Si (Dekan/Penanggungjawab)*		15/7 2025
Mira Ariyani, Ph. D (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)**		21/7/2025
Mira Ariyani, Ph. D (Ketua Penguji)***		21/7/2025
Deasyanti, Ph.D., Psikolog (Anggota)****		07/07 2025
Adhissa Qonita, M.Psi, Psikolog (Anggota)****		03/07 2025

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Kayla Aurelya Maharani Putri

NIM : 1801621230

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh Resiliensi terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Guru di Sekolah Inklusi” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Februari sampai 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, 11 Agustus 2025

Yang Membuat Pernyataan



(Kayla Aurelya Maharani Putri)



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 : Kayla Aurelya Maharani Putri
NIM : 1801621230
Fakultas/Prodi : Psikologi/Psikologi
Alamat email : kaylaaurelya@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 :

Pengaruh Resiliensi terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Guru di Sekolah Inklusi

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

Penulis



(Kayla Aurelya Maharani Putri)

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN



Skripsi ini saya persembahkan dengan penuh rasa cinta kepada kedua orang tua saya, Bunda dan Papah yang menyertai perjalanan studi saya dengan dukungan dan pengorbanan. Skripsi ini juga saya persembahkan untuk diri saya sendiri, yang selalu berusaha untuk bertahan dan berproses dalam perjalanan panjang yang penuh dengan tantangan.

KAYLA AURELYA MAHARANI PUTRI
PENGARUH RESILIENSI TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS
PADA GURU DI SEKOLAH INKLUSI

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi,

Universitas Negeri Jakarta

2025

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh resiliensi terhadap kesejahteraan psikologis pada guru di sekolah inklusi. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan uji hipotesis yang digunakan yaitu uji regresi linear sederhana. Instrumen yang digunakan adalah Ryff's Psychological Well-Being Scales untuk mengukur kesejahteraan psikologis dan Connor-Davidson Resilience Scale untuk mengukur resiliensi. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *non-probability purposive sampling*. Penelitian ini melibatkan 119 responden yang merupakan guru di sekolah inklusi wilayah DKI Jakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh resiliensi terhadap kesejahteraan psikologis pada guru di sekolah inklusi. Pengaruh yang diberikan resiliensi terhadap kesejahteraan psikologis yaitu sebesar 26,1%. Arah pengaruh bersifat positif, sehingga semakin tinggi resiliensi guru di sekolah inklusi, maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologisnya.

Kata Kunci : Kesejahteraan Psikologis, Resiliensi, Guru di Sekolah Inklusi

KAYLA AURELYA MAHARANI PUTRI
THE INFLUENCE OF RESILIENCE ON PSYCHOLOGICAL WELL-BEING
AMONG TEACHERS IN INCLUSIVE SCHOOLS

Undergraduate Thesis

Jakarta: Psychology Study Program, Faculty of Psychology,

State University of Jakarta

2025

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of resilience on psychological well-being among teachers in inclusive schools. This is a quantitative study using hypothesis testing through simple linear regression analysis. The instruments used were the Ryff's Psychological Well-Being Scales to measure psychological well-being and the Connor-Davidson Resilience Scale to measure resilience. The sampling technique used was non-probability purposive sampling. A total of 119 teachers from inclusive schools in the DKI Jakarta area participated in this study. The results showed that resilience has an influence on psychological well-being among inclusive school teachers. The contribution of resilience to psychological well-being was 26.1%. The direction of the influence is positive, indicating that the higher the resilience of teachers in inclusive schools, the higher their psychological well-being.

Keywords : Psychological Well-Being, Resilience, Teachers in Inclusive Schools

KATA PENGANTAR

Segala puji dan Syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Resiliensi Terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Guru di Sekolah Inklusi” dengan baik. Penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada program studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.

Berbagai dukungan, bimbingan, dan doa sangat berarti bagi penulis dalam proses penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam kepada:

1. Bapak Dr. Gumgum Gumelar F.R., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Mira Ariyani, PhD selaku Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni.
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd selaku Wakil Dekan Bidang Sumber Daya dan Keuangan.
4. Bapak Herdijan Maulana, PhD selaku Wakil Dekan Bidang Riset, Sistem Informasi, Inovasi & Kerja sama.
5. Ibu Irma Rosalinda Lubis, M.Si., Psikolog selaku Koordinator Program Studi Sarjana Psikologi.
6. Ibu Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada Ibu Ririn atas segala bimbingan, ilmu, motivasi, dan bantuan yang telah diberikan.
7. Mba Salsabila Mayang Sari, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada Mba Mayang atas segala bimbingan, ilmu, motivasi, dan bantuan yang telah diberikan.
8. Ibu Ratna Dyah Suryaratri, PhD selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan arahan kepada penulis selama menjalani masa perkuliahan.

9. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan berbagai ilmu yang begitu bermakna kepada penulis selama masa perkuliahan.
10. Seluruh staf administrasi dan karyawan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah membantu penulis dalam memenuhi kebutuhan selama perkuliahan.
11. Seluruh Bapak dan Ibu guru yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini, serta turut membantu dalam penyebaran kuesioner.
12. Bunda dan Papah yang selalu mengiringi setiap langkah penulis dengan pengorbanan, dukungan, dan doa yang tiada henti. Penulis berharap pencapaian ini dapat menjadi kebanggaan bagi Bunda dan Papah.
13. Adek Zahra yang selalu bersedia menjadi tempat penulis berbagi cerita, mulai dari keluh kesah hingga tawa.
14. Chella, Devi, Via, Voya, dan Zizah, teman-teman seperjuangan penulis selama menjalani masa perkuliahan dari semester awal hingga akhir. Kehadiran mereka mewarnai masa perkuliahan dengan penuh kebersamaan dan cerita yang tidak terlupakan.
15. Nadin, Syifa, dan Kak Nadhira, yang telah kebersamaian penulis sejak awal bergabung dalam organisasi dan berbagai kepanitiaan, bahkan hingga saat ini masih saling memberikan dukungan satu sama lain.
16. Abiyyah, Nadya, Shofi, dan Syifa, yang telah menjadi teman baik penulis selama menjalani masa magang di Hacktiv8. Semester enam yang penulis jalani di luar kampus terasa sangat bermakna.
17. Jennifer, Keysa, Monique, Naya, Nazhifa dan Susan, teman-teman bimbingan penulis yang selalu aktif berdiskusi bersama, saling mengingatkan, dan membantu selama proses penyusunan skripsi.
18. Diri sendiri, yang selalu berproses untuk terus belajar dan berkembang dalam menghadapi setiap tantangan. Semoga pencapaian ini dapat menjadi pembuka jalan untuk hal-hal baik di kemudian hari.

Jakarta, 20 Juni 2025

Kayla Aurelya Maharani Putri

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.1 Identifikasi Masalah	8
1.2 Pembatasan Masalah	9
1.3 Rumusan Masalah	9
1.4 Tujuan Penelitian	9
1.5 Manfaat Penelitian	9
1.6.1 Manfaat Teoritis	9
1.6.2 Manfaat Praktis	9
BAB II	11
TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 Kesejahteraan Psikologis	11
2.1.1 Definisi Kesejahteraan Psikologis	11
2.1.2 Aspek-Aspek Kesejahteraan Psikologis	12
2.1.3 Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kesejahteraan Psikologis	13
2.2 Resiliensi	14
2.2.1 Definisi Resiliensi	14
2.2.2 Aspek-Aspek Resiliensi	15
2.2.3 Faktor-Faktor Pembentuk Resiliensi	16
2.3 Guru di Sekolah Inklusi	17
2.3.1 Guru	17
2.3.2 Sekolah Inklusi	17
2.3.3 Guru di Sekolah Inklusi	18
2.4 Dinamika Antar Variabel	19
2.5 Kerangka Konseptual/Kerangka Pemikiran	20
2.6 Hipotesis Penelitian	21
2.7 Hasil Penelitian yang Relevan	21
BAB III	23
METODE PENELITIAN	23
3.1 Tipe Penelitian	23

3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	23
3.2.1 Definisi Konseptual.....	23
3.2.1.1 Definisi Konseptual Kesejahteraan Psikologis	23
3.2.1.2 Definisi Konseptual Resiliensi	24
3.2.2 Definisi Operasional.....	24
3.2.2.1 Definisi Operasional Kesejahteraan Psikologis	24
3.2.2.2 Definisi Operasional Resiliensi.....	24
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	24
3.3.1 Populasi	24
3.3.2 Sampel Penelitian.....	25
3.3.3 Teknik Sampling	25
3.4 Teknik Pengumpulan Data	25
3.4.1 Teknik Pengambilan Data	25
3.4.2 Instrumen Penelitian.....	26
3.4.2.1 Ryff's Psychological Well-Being Scales.....	26
3.4.2.2 Connor-Davidson Resilience Scale.....	28
3.5 Uji Coba Instrumen	31
3.5.1 Validitas	31
3.5.1.1 Hasil Uji Validitas Butir Instrumen Kesejahteraan Psikologis	31
3.5.1.2 Hasil Uji Validitas Butir Instrumen Resiliensi	33
3.5.2 Reliabilitas.....	34
3.5.2.1 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Kesejahteraan Psikologis	34
3.5.2.2 Hasil Reliabilitas Instrumen Resiliensi	35
3.6 Analisis Data	35
3.6.1 Uji Normalitas.....	35
3.6.2 Uji Linearitas.....	35
3.6.3 Uji Heteroskedastisitas.....	36
3.6.4 Uji Homogenitas	36
3.6.5 Uji Korelasi	36
3.6.6 Uji Regresi	37
3.6.7 Uji Beda	38
BAB IV	39
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	39
4.1 Gambaran Partisipan Penelitian	39
4.1.1 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	39
4.1.2 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Jenjang Sekolah Tempat Mengajar	40
4.1.3 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Wilayah Sekolah.....	41
4.1.4 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Pengalaman Lama Mengajar	42
4.1.5 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Jenis ABK yang Diajar	43
4.2 Prosedur Penelitian.....	45
4.2.1 Persiapan Penelitian	45
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	46
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian.....	47
4.3.1 Hasil Analisis Data Deskriptif.....	47
4.3.1.1 Hasil Analisis Data Deskriptif Kesejahteraan Psikologis	47
4.3.1.2 Kategorisasi Skor Kesejahteraan Psikologis.....	47

4.3.1.3 Hasil Analisis Data Deskriptif Resiliensi	48
4.3.1.4 Kategorisasi Skor Resiliensi	49
4.3.2 Hasil Uji Asumsi	49
4.3.2.1 Hasil Uji Normalitas	49
4.3.2.2 Hasil Uji Linearitas	49
4.3.2.3 Hasil Uji Heteroskedastisitas	50
4.3.2.4 Hasil Uji Korelasi.....	51
4.3.2.5 Hasil Uji Homogenitas	51
4.3.3 Hasil Uji Hipotesis	52
4.3.3.1 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana.....	52
4.3.4 Hasil Analisis Pendukung	53
4.3.4.1 Hasil Uji Beda.....	53
4.4 Pembahasan.....	55
4.5 Keterbatasan Penelitian.....	58
BAB V.....	59
KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	59
5.1 Kesimpulan	59
5.2 Implikasi.....	59
5.3 Saran dan Rekomendasi	59
DAFTAR PUSTAKA.....	61
LAMPIRAN.....	68
RIWAYAT HIDUP	88



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> Instrumen Kesejahteraan Psikologis	27
Tabel 3.2 Norma Skor Instrumen Kesejahteraan Psikologis.....	28
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Instrumen Resiliensi	29
Tabel 3.4 Norma Skor Instrumen Resiliensi	30
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Butir Instrumen Kesejahteraan Psikologis Berdasarkan <i>Corrected Item-Total Correlation</i>	32
Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Butir Instrumen Resiliensi Berdasarkan <i>Corrected Item-Total Correlation</i>	33
Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Kesejahteraan Psikologis.....	35
Tabel 4.1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	39
Tabel 4.2 Gambaran Responden Berdasarkan Jenjang Sekolah Tempat Mengajar	40
Tabel 4.3 Gambaran Responden Berdasarkan Wilayah Sekolah	41
Tabel 4.4 Gambaran Responden Berdasarkan Pengalaman Lama Mengajar....	42
Tabel 4.5 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis ABK yang Diajar.....	44
Tabel 4.6 Data Statistik Deskriptif Kesejahteraan Psikologis.....	47
Tabel 4.7 Hasil Kategorisasi Skor Kesejahteraan Psikologis.....	48
Tabel 4.8 Data Statistik Deskriptif Resiliensi	48
Tabel 4.9 Hasil Kategorisasi Skor Resiliensi	49
Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas	50
Tabel 4.11 Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	50
Tabel 4.12 Hasil Uji Korelasi	51
Tabel 4.13 Hasil Uji Homogenitas Kesejahteraan Psikologis.....	51
Tabel 4.14 Hasil Uji Homogenitas Resiliensi	52
Tabel 4.16 Hasil Koefisien Regresi Linear Sederhana.....	53
Tabel 4.17 Hasil Uji Beda One Way ANOVA Kesejahteraan Psikologis.....	54
Tabel 4.18 Hasil Uji Beda One Way ANOVA Resiliensi	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual/Kerangka Pemikiran	21
Gambar 4.1 <i>Chart</i> Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	40
Gambar 4.2 <i>Chart</i> Gambaran Responden Berdasarkan Jenjang Sekolah Tempat Mengajar	41
Gambar 4.3 <i>Chart</i> Gambaran Responden Berdasarkan Wilayah Sekolah	42
Gambar 4.4 <i>Chart</i> Gambaran Responden Berdasarkan Lama Mengajar	43
Gambar 4.5 <i>Chart</i> Gambaran Responden Berdasarkan Jenis ABK yang Diajar	45



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Bukti Izin penggunaan Instrumen Resiliensi.....	68
Lampiran 2 Surat Pernyataan <i>Expert Judgement</i> Instrumen Kesejahteraan Psikologis	69
Lampiran 3 Surat Pernyataan <i>Expert Judgement</i> Instrumen Resiliensi	70
Lampiran 4 Instruksi dan Item Final Instrumen Kesejahteraan Psikologis	71
Lampiran 5 Hasil Validitas dan Reliabilitas Instrumen Kesejahteraan Psikologis Berdasarkan Uji Coba	73
Lampiran 6 Hasil Validitas dan Realibilitas Instrumen Resiliensi Berdasarkan Uji Coba	74
Lampiran 7 Hasil Validitas Instrumen Kesejahteraan Psikologis Berdasarkan Uji Asli	75
Lampiran 8 Hasil Statistik Deskriptif Kesejahteraan Psikologis	75
Lampiran 9 Hasil Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis	75
Lampiran 10 Hasil Statistik Deskriptif Resiliensi.....	76
Lampiran 11 Hasil Kategorisasi Resiliensi	76
Lampiran 12 Hasil Uji Linearitas.....	76
Lampiran 13 Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	76
Lampiran 14 Hasil Uji Korelasi	77
Lampiran 15 Hasil Uji Homogenitas	77
Lampiran 16 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana	77
Lampiran 17 Hasil Uji Beda	78
Lampiran 18 Data Mentah Uji Asli Kesejahteraan Psikologis.....	79
Lampiran 19 Data Mentah Uji Asli Resiliensi	84