

**PENGARUH RESILIENSI TERHADAP GEJALA *POST-
TRAUMATIC STRESS DISORDER* (PTSD) PADA
PENYINTAS BENCANA BANJIR DI SUMATRA**



Disusun oleh :

Indah Kurnia

1801622026

SKRIPSI

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JULI 2026**

**PENGARUH RESILIENSI TERHADAP GEJALA *POST-
TRAUMATIC STRESS DISORDER* (PTSD) PADA
PENYINTAS BENCANA BANJIR DI SUMATRA**



Disusun oleh :

Indah Kurnia

1801622026

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JULI 2026**

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

"Pengaruh Resiliensi terhadap Gejala *Post-Traumatic Stress Disorder*
(PTSD) pada Penyintas Bencana Banjir Di Sumatra"

Nama Mahasiswa : Indah Kurnia
NIM : 1801622026
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 2 Juli 2026

Pembimbing 1



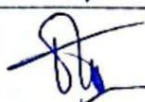
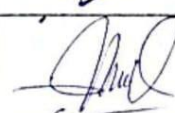
Ernita Zakiah, M.Psi., Psikolog
NIP. 198703242024212001

Pembimbing 2



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

Panitia Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si (Dekan/Penanggungjawab)		27/7/2026
Mira Ariyani, Ph.D. (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)		27/7/2026
Mira Ariyani, Ph.D. (Ketua Penguji)		27/7/2026
Santi Yudhistira, M.Psi., Psikolog (Dosen Penguji I)		10/7/2026
Salsabila Mayangsari, S.Psi., M.Psi., Psikolog (Dosen Penguji II)		10/7/2026

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Indah Kurnia
NIM : 1801622026
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang saat buat dengan judul **“Pengaruh Resiliensi terhadap Gejala *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) pada Penyintas Bencana Banjir Di Sumatra”** adalah :

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian yang saya lakukan dari bulan Februari 2026 sampai dengan bulan Juli 2026.
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 tidak benar.

Jakarta, 01 Juli 2026

Yang Membuat Pernyataan,



Indah Kurnia

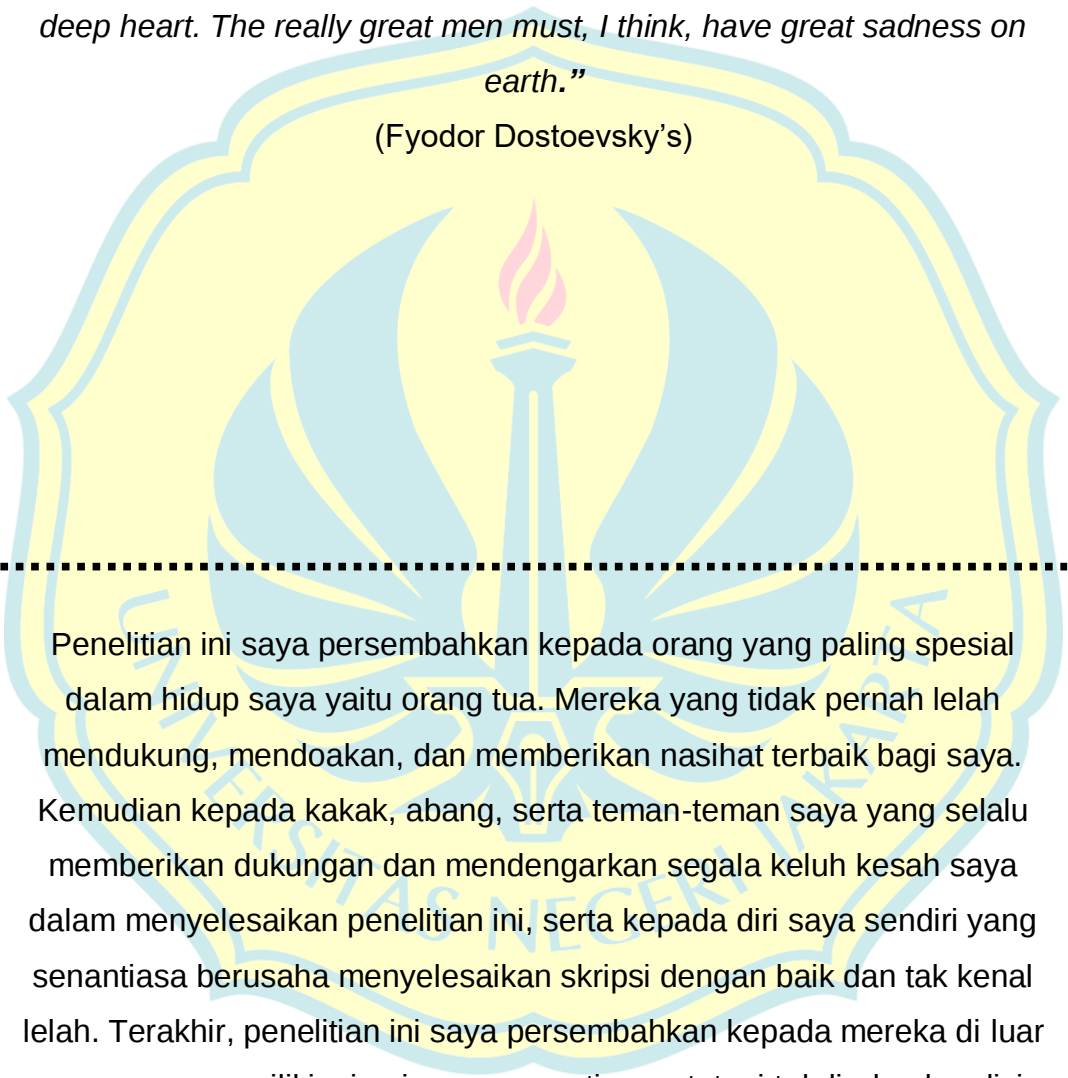
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“God does not burden any soul with more than it can bear”

(Al-Baqarah : 286)

“Pain and suffering are always inevitable for a large intelligence and a deep heart. The really great men must, I think, have great sadness on earth.”

(Fyodor Dostoevsky's)



Penelitian ini saya persembahkan kepada orang yang paling spesial dalam hidup saya yaitu orang tua. Mereka yang tidak pernah lelah mendukung, mendoakan, dan memberikan nasihat terbaik bagi saya. Kemudian kepada kakak, abang, serta teman-teman saya yang selalu memberikan dukungan dan mendengarkan segala keluh kesah saya dalam menyelesaikan penelitian ini, serta kepada diri saya sendiri yang senantiasa berusaha menyelesaikan skripsi dengan baik dan tak kenal lelah. Terakhir, penelitian ini saya persembahkan kepada mereka di luar sana yang memiliki mimpi sama seperti saya tetapi takdir dan kondisi berkata lain.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

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 : Indah Kurnia

NIM : 1801622026

Fakultas/Prodi : Psikologi

Alamat email : indahkurnia3000@gmail.com

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

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

yang berjudul : Pengaruh Resiliensi terhadap Gejala *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) pada Penyintas Bencana Banjir di Sumatra

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan 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, 6 Agustus 2026

Penulis

(Indah Kurnia)

INDAH KURNIA

**PENGARUH RESILIENSI TERHADAP GEJALA POST-TRAUMATIC
STRESS DISORDER (PTSD) PADA PENYINTAS BENCANA BANJIR DI
SUMATRA**

Skripsi

Jakarta, Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi

Universitas Negeri Jakarta

2026

ABSTRAK

Bencana banjir di Sumatra merupakan salah satu bencana alam yang menimbulkan banyak dampak negatif secara fisik ataupun psikologis, salah satu dampak psikologis yang dirasakan penyintas yaitu munculnya kecenderungan gejala *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD). Resiliensi sebagai karakteristik yang membantu individu beradaptasi sering kali dipandang sebagai faktor pelindung terhadap munculnya gejala PTSD tetapi hubungan keduanya masih menunjukkan inkonsistensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh resiliensi terhadap gejala PTSD pada penyintas bencana banjir di Sumatra. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional* terhadap 204 penyintas banjir dengan menggunakan *purposive sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan *Resilience Scale* dan *PTSD Checklist for DSM-5* (PCL-5) yang kemudian dianalisis menggunakan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi tidak berpengaruh secara signifikan terhadap kecenderungan gejala PTSD pada penyintas bencana banjir di Sumatra ($p > 0.05$), dengan kontribusi sebesar 0,5% terhadap variasi kecenderungan gejala PTSD. Temuan ini menunjukkan bahwa kecenderungan gejala PTSD pada penyintas bencana banjir kemungkinan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor kontekstual maupun personal lain di luar resiliensi.

Kata kunci : Resiliensi, gejala PTSD, penyintas bencana banjir, banjir di Sumatra.

INDAH KURNIA

**THE EFFECT OF RESILIENCE ON POST-TRAUMATIC STRESS
DISORDER (PTSD) SYMPTOMS AMONG FLOOD SURVIVORS IN
SUMATRA**

Skripsi

Jakarta, Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi

Universitas Negeri Jakarta

2026

ABSTRACT

Floods in Sumatra are among the natural disasters that cause numerous adverse physical and psychological consequences. One of the psychological impacts experienced by survivors is the emergence of symptoms of Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD). Resilience, as a characteristic that helps individuals adapt, is often regarded as a protective factor against the development of PTSD symptoms; however, the relationship between resilience and PTSD remains inconsistent across previous studies. This study aimed to examine the effect of resilience on PTSD symptoms among flood survivors in Sumatra. A quantitative approach with a cross-sectional design was employed, involving 204 flood survivors selected through purposive sampling. Data were collected using the Resilience Scale and the PTSD Checklist for DSM-5 (PCL-5) and were analyzed using simple linear regression. The results indicated that resilience did not have a significant effect on PTSD symptoms among flood survivors in Sumatra ($p > .05$), accounting for only 0.5% of the variance in PTSD symptoms. These findings suggest that PTSD symptoms among flood survivors may be influenced by various contextual and personal factors beyond resilience.

Keywords: *resilience, post-traumatic stress disorder symptoms, flood survivors, floods, Sumatra.*

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT. Atas rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan, bimbingan, bantuan, dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta
2. Mira Ariyani, Ph.D., selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta
3. Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd., selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta, dan Dosen Pembimbing Akademik
4. Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D., selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Irma Rosalinda Lubis, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Koordinasi Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta
6. Ernita Zakiah, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta masukan yang sangat berharga selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas waktu, kesabaran, dan perhatian yang telah diberikan kepada penulis.
7. Dr. phil. Zarina Akbar, M. Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II, yang juga telah banyak membantu penulis melalui saran, koreksi, serta dukungan yang membangun sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan lebih baik.
8. Seluruh dosen, staf administrasi, dan tenaga pekerja di Fakultas Psikologi yang telah membantu penulis selama proses perkuliahan hingga selesai penyusunan skripsi.
9. Mama, Ayah, kakak serta abang yang penulis tidak bisa sebutkan satu persatu. Namun, penulis sangat berterima kasih karena sudah selalu

mendoakan yang terbaik, memberikan dukungan, serta bantuan selama proses perkuliahan dan proses penyusunan skripsi.

10. Teman-teman seperjuangan selama masa perkuliahan, yaitu Chota Beem: Qonita, Lia, Salsa, dan Gladyz, yang selalu memberikan dukungan, menjadi tempat berbagi cerita dan berkeluh kesah, serta senantiasa saling menguatkan, mendukung, dan membantu selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini selesai. *Life may be hard on us, but I hope we all find happiness, love, and peace wherever life takes us.*
11. Teman-teman kelas E lainnya, yaitu Ervah, Jennifer, Azka, Sindy, dan Callista, yang telah memberikan dukungan dan bantuannya selama proses perkuliahan dan penyusunan skripsi.
12. Teman-teman bimbingan Mba Zakiah dan Bu Za yang namanya tidak bisa sebutkan satu persatu. Penulis mengucapkan terima kasih kepada kalian karena telah saling mendukung, memberikan bantuan, serta menguatkan sejak awal proses penyusunan skripsi.
13. Para responden penyintas banjir di Sumatra, yang telah mau untuk terbuka berbagi cerita, serta meluangkan waktu dan tenaga untuk mengisi kuesioner ini meskipun masih mengalami kesulitan pasca banjir.
14. Diri sendiri, yang telah bertahan dan berjuang selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih karena tidak menyerah dan terus melangkah hingga akhirnya skripsi ini dapat diselesaikan.

Jakarta, 29 Juni 2026

Indah Kurnia

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	12
1.3 Pembatasan Penelitian.....	13
1.4. Rumusan Masalah	13
1.5. Tujuan Penelitian	13
1.6. Manfaat Penelitian	13
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	13
1.6.2 Manfaat Praktis.....	14
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	15
2.1 Gejala <i>Post-Traumatic Stress Disorder</i>	15
2.2.1. Pengertian Gejala <i>Post-Traumatic Stress Disorder</i>	15
2.1.2 Kriteria atau Aspek Gejala <i>Post-Traumatic Stress Disorder</i>	16
2.1.3 Faktor-Faktor yang Memengaruhi Gejala PTSD	18
2.1.4 Gejala PTSD Pascabencana Banjir	20
2.2 Resiliensi	23
2.2.1 Pengertian Resiliensi	23

2.2.2 Aspek Resiliensi	24
2.2.3 Faktor-Faktor yang Memengaruhi Resiliensi	24
2.2.4 Proses Resiliensi	27
2.2.5 Model atau Pendekatan Resiliensi	30
2.3 Penyintas Bencana Banjir	31
2.4. Pengaruh Resiliensi terhadap Gejala <i>Post-Traumatic Stress Disorder</i>	32
2.5 Kerangka Berpikir	34
2.6 Hipotesis	36
2.7 Hasil Penelitian yang Relevan	36
BAB III METODE PENELITIAN.....	42
3.1 Tipe Penelitian	42
3.2 Identifikasi dan Operasional Variabel Penelitian	42
3.2.1 Definisi Konseptual	43
3.2.2 Definisi Operasional	43
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	44
3.3.1 Populasi.....	44
3.3.2 Sampel	44
3.3.3 Teknik <i>Sampling</i>	45
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	46
3.4.1 Teknik Pengambilan Data	46
3.4.2 Instrumen Gejala <i>Post-Traumatic Stress Disorder</i> (PTSD)	46
3.4.3 Instrumen Resiliensi	51
3.5 Analisis Data.....	57
3.5.1 Analisis Deskriptif	57
3.5.2 Uji Normalitas	57
3.5.3 Uji Linearitas.....	57
3.5.4 Uji Korelasi	57
3.5.5 Analisis Regresi Linear	58
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	59
4.1 Gambaran Partisipan	59
4.1.2 Gambaran Demografis Berdasarkan Usia	60

4.1.3 Gambaran Demografis Berdasarkan Provinsi	60
4.1.4 Gambaran Demografis Berdasarkan Tingkat Pendidikan.....	61
4.1.5 Gambaran Demografis Berdasarkan Pekerjaan	61
4.1.6 Gambaran Partisipan Berdasarkan Frekuensi Bencana Banjir	62
4.2 Prosedur Penelitian.....	63
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	63
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian	65
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian	66
4.3.1 Hasil Analisis Deskriptif	66
4.3.2 Hasil Uji Asumsi.....	69
4.3.3 Hasil Uji Hipotesis.....	69
4.3.4 Analisis Tambahan	71
4.4 Pembahasan.....	72
4.5 Keterbatasan	75
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....	77
5.1 Kesimpulan.....	77
5.2 Implikasi.....	77
5.3 Saran dan Rekomendasi	78
5.3.1 Saran Bagi Relawan atau Lembaga Kemanusiaan	78
5.3.2 Saran Bagi Penelitian Selanjutnya	78
DAFTAR PUSTAKA.....	80
DAFTAR LAMPIRAN	94

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skala Respons Instrumen PCL-5	48
Tabel 3. 2 Blueprint Instrumen PCL-5	48
Tabel 3. 3 Reliabilitas Instrumen PCL-5	50
Tabel 3. 4 Validitas Instrumen PCL-5	51
Tabel 3. 5 Skala Respons Instrumen Resilience Scale	53
Tabel 3. 6 Blueprint Instrumen Resilience Scale	53
Tabel 3. 7 Reliabilitas Instrumen Resilience Scale	55
Tabel 3. 8 Validitas Instrumen Resilience Scale	56
Tabel 4. 1 Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin	59
Tabel 4. 2 Gambaran Data Deskriptif Partisipan Berdasarkan Usia	60
Tabel 4. 3 Gambaran Partisipan Berdasarkan Usia	60
Tabel 4. 4 Gambaran Partisipan Berdasarkan Provinsi	60
Tabel 4. 5 Gambaran Partisipan Berdasarkan Tingkat Pendidikan	61
Tabel 4. 6 Gambaran Partisipan Berdasarkan Pekerjaan	62
Tabel 4. 7 Gambaran Partisipan Berdasarkan Frekuensi Bencana Banjir	62
Tabel 4. 8 Data Deskriptif Gejala PTSD	66
Tabel 4. 9 Kategorisasi Skor Gejala PTSD	67
Tabel 4. 10 Data Deskriptif Resiliensi	67
Tabel 4. 11 Kategorisasi Skor Resiliensi	68
Tabel 4. 12 Hasil Uji Linearitas	69
Tabel 4. 14 Hasil Uji Korelasi	70
Tabel 4. 15 Hasil Uji Regresi	70
Tabel 4. 16 Hasil Koefisien Regresi	71
Tabel 4. 17 Hubungan Frekuensi Bencana Banjir dengan Gejala PTSD ..	71
Tabel 4. 18 Crosstab Rentang Usia dengan Tingkat Resiliensi	72

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir.....	36
------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Korespondensi Izin Penggunaan Alat Ukur.....	94
Lampiran 2. Instrumen Gejala PTSD (PCL-5).....	94
Lampiran 3. Instrumen Resiliensi.....	95
Lampiran 4. Validasi Expert Judgement	97
Lampiran 5. Uji Reliabilitas dan Daya Beda Instrumen PCL-5.....	99
Lampiran 6. Uji Reliabilitas dan Daya Beda Instrumen Resiliensi.....	100
Lampiran 7. Data Demografis Partisipan	101
Lampiran 8. Hasil Uji Asumsi	103
Lampiran 9. Hasil Uji Statistik dan Analisis Tambahan	104
Lampiran 10. Pedoman Wawancara Preliminary Study.....	105
Lampiran 11. Riwayat Hidup.....	107

