

**HUBUNGAN ANTARA OPTIMISME DENGAN  
RESILIENSI PADA PEKERJA YANG TERDAMPAK  
PHK COVID – 19 DI BEKASI**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Vika Marini Dwi Arista

201610515212



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA  
TAHUN 2022**



## LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Judul Skripsi : Hubungan Antara Optimisme Dengan,  
Resiliensi Pada Pekerja Yang Terdampak  
PHK Covid-19 Di Bekasi

Nama Mahasiswa : Vika Marini Dwi Arista

Nomor Pokok Mahasiswa : 201610515212

Program Studi Fakultas : Psikologi / Psikologi

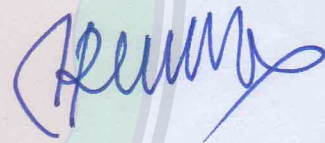
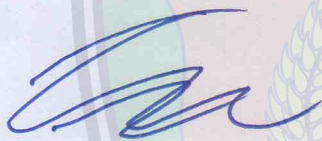
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 24 Januari 2022

Bekasi, 31 Januari 2022

MENYETUJUI,

Pembimbing I

Pembimbing II



Erik Saut H. Hutahaean, S.Psi., M.Si

Rijal Abdillah, S.Psi., M.A

NIDN. 0324087902

NIDN. 0320048501

## LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Optimisme Dengan,  
Resiliensi Pada Pekerja Yang Terdampak  
PHK Covid-19 Di Bekasi

Nama Mahasiswa : Vika Marini Dwi Arista

Nomor Pokok Mahasiswa : 201610515212

Program Studi Fakultas : Psikologi / Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 24 Januari 2022

Bekasi, 31 Januari 2022

MENYETUJUI,

Ketua Tim Penguji

: Dr. Netty Merdiaty, MM., M.Si

NIDN. 0321126303

Penguji I

: Rijal Abdillah, S.Psi., M.A

NIDN. 0320048501

Penguji II

: Erik Saut H. Hutahaean, S.Psi., M.Si

NIDN. 0324087902

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi

Yulia Fitriani, S.Psi., M.A

NIDN. 0314078503

Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog

NIDN. 0317128504

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

Skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Resiliensi Dengan Optimisme Pada Pekerja Yang Terdampak PHK Covid-19 Di Bekasi”

Ini benar – benar merupakan hasil karya saya sendiri tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan difoto copy melalui Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikan melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Bekasi, 31 Januari 2022

Yang membuat pernyataan



Vika Marini Dwi Arista

201610515212

## ABSTRAK

**Vika Marini Dwi Arista. 201610515212.** Hubungan antara optimisme dengan resiliensi pada pekerja yang terdampak PHK Covid 19 di Bekasi.

Pandemi Covid 19 yang terjadi memberikan dampak pada berbagai sektor termasuk pada sektor industri yang mengakibatkan banyaknya buruh yang di-PHK, Menyebabkan individu mengalami keterpurukan akan tetapi harus tetap optimis dan melanjutkan hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara optimisme dengan resiliensi pada pekerja yang terdampak PHK Covid 19 di Bekasi. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 100 orang, dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional. Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling purposive* dimana peneliti membuat kriteria khusus terhadap subjek penelitian. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara Optimisme dengan Resiliensi nilai korelasi ( $r = 0.480$ ,  $p = 0.000$ ). Artinya semakin tinggi Optimisme semakin tinggi juga Resiliensi yang dimiliki

Kata kunci : Optimisme, Resiliensi

## **ABSTRACT**

**Vika Marini Dwi Arista. 201610515212.** *relationship between optimism and resilience in workers affected by the covid 19 layoffs in Bekasi.*

*The covid 19 pandemic that occurred had an impact on various sectors including the industrial sector which resulted in many workers being laid off. Causing individuals to experience adversity but must remain optimistic and continue living. This study aims to determine the relationship between optimism and resilience in workers affected by the covid 19 layoffs in Bekasi. Subject in this study amounted to 100 people, using quantitative correlational research method. The sampling technique of the study used a purposive non-probability sampling technique where the researcher made specific criteria for the research subject. The result of this study indicate that there is a significant positive relationship between optimism and resilience, the correlation value ( $r = 0,480$ ,  $p = 0.000$ ). This means that the higher the optimism, the higher the resilience you have.*

**Keyword :** *Optimism, Resilience*

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga penulis mampu menyelesaikan laporan skripsi ini dengan judul "Hubungan Optimisme dengan Resiliensi pada pekerja yang terdampak PHK Covid-19 di Bekasi". Selama menyelesaikan laporan skripsi telah banyak bantuan dari berbagai pihak. Dengan segala kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang turut membantu, khususnya

1. Ibu Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Bapak Saut H. Hutahaean, S.Psi., M.Si selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan banyak waktunya, arahan, bimbingan serta nasihat-nasihat dalam penulisan laporan skripsi.
3. Serta saya ucapkan terima kasih kepada para responden yang telah meluangkan waktunya untuk mengisi kuisioner yang di berikan peneliti.
4. Bapak Rijal Abdillah, S.Psi., M.A selaku penguji sidang skripsi yang telah memberikan kritik, saran, dan nasehat yang membangun kepada penulis.
5. Ibu Dr. Netty Merdiaty, MM., M.Si selaku ketua penguji yang juga telah banyak memberikan masukan-masukan serta kritik terhadap skripsi penulis.
6. Teman serta sahabat saya, Okta Nurvia S.Psi dan Nurhayati S.Psi yang telah memberikan motivasi dan semangat kepada penulis, memberikan masukan serta dapat menjadi tempat untuk bertanya selama proses pengerjaan skripsi berlangsung.
7. Serta semua teman-teman yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu dalam kesempatan ini, yang telah memberikan bantuan moril dan materil dalam proses penyelesaian skripsi ini.

Selama proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari banyak kesulitan dan hambatan yang dihadapi. Namun, penulis banyak belajar mengenai hal tersebut.

Penulis juga menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Namun, penulis berharap agar skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak.

Bekasi, Januari 2022

Hormat Saya,

Vika Marini Dwi Arista

201610515212



## DAFTAR ISI

|                                                       |      |
|-------------------------------------------------------|------|
| LEMBAR PERSETUJUAN.....                               | i    |
| LEMBAR PENGESAHAN .....                               | ii   |
| LEMBAR PERNYATAAN .....                               | iii  |
| ABSTRAK .....                                         | iv   |
| ABSTRACT.....                                         | v    |
| KATA PENGANTAR .....                                  | vi   |
| DAFTAR ISI.....                                       | viii |
| DAFTAR TABEL.....                                     | xi   |
| DAFTAR GAMBAR .....                                   | xii  |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                                 | xiii |
| BAB I PENDAHULUAN.....                                | 1    |
| 1.1 Latar Belakang .....                              | 1    |
| 1.2 Rumusan Masalah.....                              | 7    |
| 1.3 Tujuan Penelitian .....                           | 7    |
| 1.4 Manfaat Penelitian .....                          | 7    |
| 1.5 Keaslian Penelitian.....                          | 8    |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....                          | 11   |
| 2.1 Resiliensi.....                                   | 11   |
| 2.1.1 Definisi Resiliensi .....                       | 11   |
| 2.1.2 Aspek – Aspek Resiliensi.....                   | 12   |
| 2.1.3 Faktor – Faktor Resiliensi .....                | 13   |
| 2.2 Optimisme.....                                    | 14   |
| 2.2.1 Definisi Optimisme .....                        | 14   |
| 2.2.2 Aspek – Aspek Optimisme.....                    | 15   |
| 2.2.3 Faktor – Faktor Optimisme .....                 | 16   |
| 2.3 Hubungan Antara Optimisme Dengan Resiliensi ..... | 17   |
| 2.4 Kerangka Berpikir.....                            | 19   |
| 2.5 Hipotesis Penelitian .....                        | 19   |

|                                                         |    |
|---------------------------------------------------------|----|
| 2.5.1 Hipotesis Alternatif (Ha) .....                   | 19 |
| 2.5.2 Hipotesis Null (Ho) .....                         | 19 |
| BAB III METODE PENELITIAN.....                          | 20 |
| 3.1 Tipe Penelitian .....                               | 20 |
| 3.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....               | 20 |
| 3.3 Definisi Oprasional Variabel Penelitian .....       | 21 |
| 3.3.1 Optimisme .....                                   | 21 |
| 3.3.2 Resiliensi .....                                  | 21 |
| 3.4 Populasi dan Sampel .....                           | 22 |
| 3.4.1 Populasi .....                                    | 22 |
| 3.4.2 Sampel.....                                       | 22 |
| 3.5 Teknik Pengumpulan Data.....                        | 24 |
| 3.5.1 Instrumen Penelitian.....                         | 24 |
| 3.5.2 Validitas dan Realibilitas .....                  | 26 |
| 3.6 Analisis Data.....                                  | 31 |
| 3.6.1 Uji Asumsi Dasar.....                             | 31 |
| 3.6.2 Uji Normalitas .....                              | 31 |
| 3.6.3 Uji Linieritas .....                              | 31 |
| 3.6.4 Uji Homogenitas .....                             | 32 |
| 3.6.5 Uji Korelasi .....                                | 32 |
| 3.6.6 Uji regresi linier sederhana.....                 | 33 |
| 3.6.7 Kategorisasi Penelitian.....                      | 34 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....                       | 35 |
| 4.1 Gambaran Konteks atau Ruang Lingkup Penelitian..... | 35 |
| 4.1.1 Lokasi Penelitian .....                           | 35 |
| 4.1.2 Subject Penelitian.....                           | 35 |
| 4.2 Pelaksanaan Penelitian.....                         | 36 |
| 4.2.1 Persiapan Penelitian .....                        | 36 |
| 4.2.2 Pelaksanaan Penelitian .....                      | 36 |
| 4.3. Hasil Penelitian .....                             | 37 |
| 4.3.1 Uji Asumsi Dasar .....                            | 37 |

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| 4.3.2 Kategorisasi penelitian ..... | 42 |
| 4.4 Pembahasan.....                 | 45 |
| Bab V KESIMPULAN DAN SARAN .....    | 47 |
| 5.1 Kesimpulan .....                | 47 |
| 5.1.1 Saran teoritis.....           | 47 |
| 5.1.2 Saran praktis .....           | 48 |
| DAFTAR PUSTAKA .....                | 49 |
| LAMPIRAN-LAMPIRAN.....              | 53 |



## DAFTAR TABEL

|                                                             |    |
|-------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 3.1 Rentang Skala Likert.....                         | 25 |
| Tabel 3.2 Blueprint Skala Resiliensi.....                   | 25 |
| Tabel 3.3 Blueprint Skala Optimisme.....                    | 26 |
| Tabel 3.4 Klasifikasi Validitas.....                        | 27 |
| Tabel 3.5 Blueprint Skala Resiliensi Setelah Uji Coba.....  | 28 |
| Tabel 3.6 Blueprint Skala Optimisme Setelah Uji Coba.....   | 29 |
| Tabel 3.7 Klasifikasi Reliabilitas.....                     | 30 |
| Tabel 3.8 Reliabilitas Skala Resiliensi.....                | 30 |
| Tabel 3.9 Reliabilitas Skala Optimisme.....                 | 30 |
| Tabel 3.10 Periantalo (2016).....                           | 33 |
| Tabel 4.1 Hasil Uji Normalitas.....                         | 37 |
| Tabel 4.2 Hasil Uji Linearitas.....                         | 38 |
| Tabel 4.3 Hasil Uji Homogenitas.....                        | 38 |
| Tabel 4.4 Hasil Uji Hipotesis Korelasi.....                 | 39 |
| Tabel 4.5 Hasil Uji T Regresi Linier Sederhana.....         | 40 |
| Tabel 4.6 Hasil Uji Analisis Koefisien Determinasi.....     | 40 |
| Tabel 4.7 Koefisien hasil uji regresi linier sederhana..... | 41 |
| Tabel 4.8 Statistik Deskriptif Skala Resiliensi.....        | 42 |
| Tabel 4.9 Rumus Tiga Kategori.....                          | 42 |
| Tabel 4.10 Rentang Skor Resiliensi.....                     | 43 |
| Tabel 4.11 Kategorisasi Resiliensi.....                     | 43 |
| Tabel 4.12 Rumus Tiga Kategori.....                         | 44 |
| Tabel 4.13 Rentang Skor Variabel Optimisme.....             | 44 |
| Tabel 4.14 Kategorisasi Variabel Optimisme.....             | 45 |

## DAFTAR GAMBAR

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| Gambar 2.1 kerangka berpikir..... | 19 |
|-----------------------------------|----|



## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                                                        |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| LAMPIRAN 1 KUISIONER PENELITIAN .....                                                                  | 53 |
| LAMPIRAN 2 HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS .....                                                  | 63 |
| LAMPIRAN 3 HASIL UJI PENELITIAN .....                                                                  | 67 |
| LAMPIRAN 4 TABULASI DATA TRY OUT RESILIENSI .....                                                      | 71 |
| LAMPIRAN 5 TABULASI DATA TRY OUT OPTIMISME .....                                                       | 74 |
| LAMPIRAN 6 TABULASI DATA SETELAH TRY OUT (AMBIL DATA)<br>RESILIENSI .....                              | 77 |
| LAMPIRAN 7 TABULASI DATA SETELAH TRY OUT (AMBIL DATA)<br>OPTIMISME .....                               | 82 |
| LAMPIRAN 8 SCREENSHOOT HASIL GOOGLE FORM UJI COBA DAN<br>AMBIL DATA SKALA RESILIENSI & OPTIMISME ..... | 87 |
| LAMPIRAN 9 SURAT RISET MAHASISWA .....                                                                 | 89 |
| LAMPIRAN 10 KARTU BIMBINGAN .....                                                                      | 91 |