

**HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DENGAN *SELF
EFFICACY* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR
YANG BELUM BEKERJA**

SKRIPSI

Oleh:

Diyanti

201710515041



PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA

2022

**HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DENGAN *SELF*
EFFICACY PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR
YANG BELUM BEKERJA**

SKRIPSI



Oleh:

Diyanti

201710515041

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA

2022

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan antara Resiliensi dengan *Self Efficacy* pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Belum Bekerja

Nama Mahasiswa : Diyanti

Nomor Pokok Mahasiswa : 201710515041

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 24 Januari 2022

Bekasi, 3 Februari 2022

MENYETUJUI,

Pembimbing I

Pembimbing II



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

NIDN 0324087902



Rijal Abdillah, S.Psi., MA

NIDN 0320048501

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan antara Resiliensi dengan *Self Efficacy* pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Belum Bekerja

Nama Mahasiswa : Diyanti

Nomor Pokok Mahasiswa : 201710515041

Program Studi/Fakultas : Psikologi / Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 24 Januari 2022

Bekasi, 31 Januari 2022

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Andreas Corsini Widya N., S.Fil., MA
NIDN 0316028901

Penguji I : Rijal Abdillah, S.Psi., MA
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 menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul Hubungan antara Resiliensi dengan *Self Efficacy* pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Belum Bekerja ini adalah 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 dikemudian 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 diphoto-copy melalui Perpustakaan Bhayangkara Jakarta Raya.

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

Bekasi, 31 Januari 2022

Yang membuat pernyataan,



Diyanti

201710515041

ABSTRAK

Diyanti. 201710515041. Hubungan Antara Resiliensi Dengan *Self Efficacy* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Belum Bekerja.

Quarter Life Crisis merupakan periode setelah kelulusan perguruan tinggi sebagai masa yang tidak tenang, penuh tekanan, dan menimbulkan kecemasan, yang dapat menyebabkan perasaan ragu-ragu, tidak berdaya, dan panik. mahasiswa tingkat akhir yang mengalami *Quarter Life Crisis* cenderung merasa tidak dapat memasuki peran dewasa atau merasa terjebak dalam peran dewasa, dan perasaan ketidakmampuan tersebut berkaitan dengan *Self Efficacy*. Individu yang memiliki keyakinan bahwa ia mampu mengatasi kesulitan yang ia hadapi, serta keyakinan yang kuat untuk tetap bertahan dalam menghadapi kesulitan maka ia akan menyeimbangkan diri ketika menghadapi situasi-situasi yang sulit. Proses individu dalam menghadapi situasi-situasi sulit ini disebut sebagai Resiliensi, yaitu kemampuan untuk bangkit kembali atau mengatasi kesulitan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara resiliensi dengan *self efficacy* pada mahasiswa tingkat akhir yang belum bekerja. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif-korelasional dengan teknik *purposive sampling*. Hasilnya menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara resiliensi dengan *self efficacy* ($r = 0,884$, $p = 0.001$) artinya semakin tinggi resiliensi maka semakin tinggi juga *self efficacy* yang dimiliki.

Kata Kunci: *Quarter Life Crisis*, *Self Efficacy*, Resiliensi

ABSTRACT

Diyanti. 201710515041. *The Relationship between Resilience and Self Efficacy in Final Students Who Haven't Worked.*

The Quarter Life Crisis is the period after college graduation as an uneasy, stressful, and anxiety-producing period, which can lead to feelings of doubt, helplessness, and panic. Final year students who experience Quarter Life Crisis tend to feel unable to enter adult roles or feel trapped in adult roles, and these feelings of inadequacy are related to Self Efficacy. Individuals who have the belief that they are able to overcome the difficulties they face, as well as a strong belief in staying afloat in the face of adversity, will balance themselves when facing difficult situations. The individual's process of dealing with difficult situations is referred to as Resilience, namely the ability to bounce back or overcome adversity. This study aims to determine the relationship between resilience and self efficacy in final year students who have not worked. This research uses quantitative-correlational research with purposive sampling technique. The results show that there is a significant positive relationship between resilience and self efficacy ($r = 0.884$, $p = 0.001$) this means that the higher the resilience, the higher the self-efficacy.

Keywords: *Quarter Life Crisis, Self Efficacy, Resilience*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang mana atas berkat Rahmat dan hidayahnya lah penulis dapat melakukan penelitian ini dengan baik dan menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Hubungan Antara Resiliensi Dengan *Self Efficacy* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Belum Bekerja”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Ketika penyusunan skripsi ini banyak hal yang dihadapi peneliti, baik yang dialami langsung maupun tidak langsung. Maka dari itu, peneliti menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan serta kerja sama yang baik dari berbagai pihak, dalam kesempatan ini dengan segala kerendahan hati peneliti menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa (YME), karena telah memberikan saya kesehatan baik psikis maupun fisik dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Kedua orang tua saya yang telah memberikan semangat, do'a dan dukungan finansial serta dorongan kepada saya dalam menyelesaikan kuliah saya dari awal masuk sampai akhirnya saya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi saya dengan baik.
3. Ibu Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya atas kepemimpinannya dan bimbingannya bagi seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
4. Ibu Yulia Fitriani, S.Psi., MA selaku Ketua Program Studi Psikologi atas bimbingannya bagi seluruh mahasiswa Psikologi khususnya angkatan 2017.
5. Bapak Erik Saut H. Hutahaean, S.Psi., M.Si, selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan banyak waktunya, membantu dan membimbing saya

dengan baik dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi saya, saya mengucapkan banyak terima kasih.

6. Bapak Rijal Abdillah, S.Psi., MA yang telah banyak memberikan masukan, serta kritik terhadap skripsi penulis sehingga skripsi ini bisa menjadi lebih baik.
7. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah memberikan banyak ilmunya dan seluruh staff Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah membantu dalam kegiatan perkuliahan dan administrasi selama studi.
8. Agus Rinaldy, terima kasih untuk waktu, motivasi, canda tawa serta penghilang stress disaat penulis merasa kalut dalam penyelesaian skripsi ini, terima kasih telah senantiasa menguatkan disaat penulis merasa terpuruk dan sempat merasa tidak mampu untuk melakukan apa-apa, terima kasih atas semua yang telah dilakukan.
9. Teman-teman saya Afifah, Wahyu Nur, dan teman-teman seperjuangan baik itu di kampus atau di luar kampus yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, yang mampu memberikan motivasi atau dorongan dan memberikan semangat kepada saya, memberikan masukan serta dapat menjadi tempat untuk bertanya selama proses pengerjaan skripsi ini berlangsung.

Peneliti menyadari masih ada kekurangan dalam penulisan skripsi ini baik dari segi materi, bahasa, maupun hal kecil lainnya. Kritik dan saran sangat diterima untuk kedepannya membangun karakter yang lebih baik lagi di masa mendatang. Akhir kata, peneliti persembahkan skripsi ini dengan harapan dapat memberi manfaat bagi bidang ilmu psikologi maupun kita semua.

Bekasi, 05 Februari 2022

Diyanti

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Manfaat Teoritis	8
1.4.2 Manfaat Praktis	8
1.5 Uraian Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	13
2.1 Uraian Variabel.....	13
2.1.1 Self Efficacy	13
2.1.2 Resiliensi	18
2.2 Hubungan Antara Resiliensi dengan <i>Self Efficacy</i>	23
2.3 Hipotesis Penelitian	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
3.1 Tipe Penelitian	26

3.2	Identifikasi Variabel Penelitian.....	26
3.3	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	27
3.3.1	Definisi Operasional <i>Self Efficacy</i>	27
3.3.2	Definisi Operasional Resiliensi.....	27
3.4	Populasi dan Sampel Penelitian.....	28
3.4.1	Populasi.....	28
3.4.2	Sampel.....	28
3.5	Teknik Pengumpulan Data.....	28
3.5.1	Instrumen Penelitian.....	28
3.5.2	Validitas dan Reliabilitas.....	34
3.6	Analisis Data.....	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		38
4.1	Gambaran Konteks atau Ruang Lingkup Penelitian.....	38
4.2	Pelaksanaan Penelitian.....	38
4.2.1	Persiapan Penelitian.....	38
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian.....	40
4.3	Hasil Penelitian.....	40
4.3.1	Uji Asumsi Dasar.....	40
4.3.2	Kategorisasi Subjek Penelitian.....	41
4.3.3	Uji Hipotesis.....	46
4.4	Pembahasan.....	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		51
5.1	Kesimpulan.....	51
5.2	Saran.....	51
5.2.1	Saran Teoritis.....	51
5.2.2	Saran Praktis.....	52
DAFTAR PUSTAKA.....		53
LAMPIRAN.....		58

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Uraian Keaslian Penelitian	9
Tabel 3.1 Skoring item.....	29
Tabel 3.2 Blueprint Skala Self Efficacy.....	30
Tabel 3.3 Blueprint Uji Coba Skala Resiliensi.....	31
Tabel 3.4 Blueprint Skala Resiliensi.....	33
Tabel 3.5 Klasifikasi Indeks Daya Beda Item.....	35
Tabel 3.6 Klasifikasi Skor Reliabilitas.....	36
Tabel 3.7 Klasifikasi Kekuatan Korelasi.....	37
Tabel 4.1 Hasil Uji Asumsi.....	40
Tabel 4.2 Deskripsi Statistik Variabel Self Efficacy.....	42
Tabel 4.3 Kategorisasi Self Efficacy.....	42
Tabel 4.4 Deskripsi Statistik Variabel Resiliensi.....	44
Tabel 4.5 Kategorisasi Resiliensi.....	44
Tabel 4.6 Kategorisasi Usia.....	45
Tabel 4.7 Hasil Uji Korelasi.....	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir Resiliensi dengan *Self Efficacy*..... 24



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Tabel Hasil Wawancara.....	59
Lampiran 2 Skala Self Efficacy ketika Uji Coba.....	65
Lampiran 3 Skala Resiliensi ketika Uji Coba.....	67
Lampiran 4 Item Penelitian Variabel Self Efficacy.....	69
Lampiran 5 Item Penelitian Variabel Resiliensi.....	71
Lampiran 6 Screenshot Skala Uji Coba Menggunakan Google Form.....	73
Lampiran 7 Screenshot Skala Penelitian Menggunakan Google Form.....	75
Lampiran 8 Coding Try Out Skala Self Efficacy.....	77
Lampiran 9 Coding Try Out Skala Resiliensi.....	79
Lampiran 10 Coding Pengambilan Data Skala Self Efficacy.....	82
Lampiran 11 Coding Pengambilan Data Skala Resiliensi.....	86
Lampiran 12 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Self Efficacy.....	92
Lampiran 13 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Resiliensi.....	93
Lampiran 14 Uji Normalitas dan Uji Korelasi.....	95
Lampiran 15 Kategorisasi berdasarkan Usia.....	95
Lampiran 16 Bukti penyebaran skala uji coba.....	96
Lampiran 17 Bukti penyebaran skala penelitian.....	98
Lampiran 18 Kartu Bimbingan Skripsi.....	101
Lampiran 19 Surat Riset Mahasiswa.....	104