

**PENGARUH *SELF ESTEEM* DAN REGULASI EMOSI  
TERHADAP RESILIENSI AKADEMIK SISWA SMA  
GLOBAL PERSADA MANDIRI**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana dalam  
Bidang Psikologi



Oleh

**SHERINA ANGGRAINI MUDJIONO**

41183507190008

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK**

**UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI**

**2023**

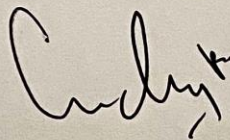


## LEMBAR PESETUJUAN

Judul Skripsi : Pengaruh *Self esteem* Dan Regulasi Emosi Terhadap Resiliensi  
Akademik Siswa SMA Global Persada Mandiri  
Nama : Sherina Anggraini Mudjiono  
NPM : 41183507190008

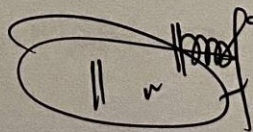
Bekasi, 3 Agustus 2023

Menyetujui,  
Pembimbing



(Lucky Purwantini, S.Psi., MA)

Mengetahui,  
Ketua program studi



(Novita Dian Iva P., S.Psi., M.Psi)



## HALAMAN PENGESAHAN

Pengaruh *Self esteem* dan regulasi emosi terhadap Resiliensi akademik siswa  
SMA Global Persada Mandiri

Dipersiapkan dan disusun oleh:

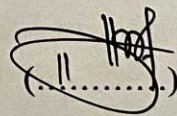
Sherina Anggraini Mudjiono

41183507190008

Telah diujikan di hadapan Dewan Penguji pada tanggal: 3 Agustus 2023 dan telah  
dinyatakan Lulus/disahkan di ruang sidang pada tanggal: 3 Agustus 2023

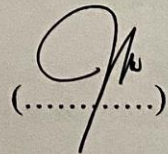
Dewan Penguji:

Ketua : Novita Dian Iva P., S.Psi., M.Psi



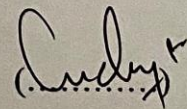
(.....)

Sekretaris : Dr. Agustina Ekasari, S.Psi., M.,Psi., Psikolog



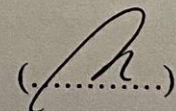
(.....)

Anggota : 1. Lucky Purwantini, S. Psi., M. A



(.....)

2. Alfiana Indah Muslimah, M. Psi., Psikolog



(.....)



## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sherina Anggraini Mudjiono

NPM : 41183507190008

Judul Skripsi : Pengaruh *Self esteem* Dan Regulasi Emosi Terhadap Resiliensi Akademik Siswa SMA Global Persada Mandiri

Menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, Skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, dan atau doktor), baik di Universitas Islam "45" Bekasi maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, yang dibimbing oleh Dosen Pembimbing Skripsi yang Ditentukan atau dosen lain yang kompeten.
3. Karya tulis ini terbebas dari:
  - a. *Fabrikasi*, yaitu tindakan membuat data dari yang tidak ada menjadi seolah-olah ada (pemalsuan hasil penelitian) yaitu mengarang, mencatat dan atau mengumumkan hasil penelitian tanpa pembuktian telah melakukan proses penelitian
  - b. *Falsifikasi*, yaitu pengubahan data dengan maksud agar sesuai yang dikehendaki peneliti (pemalsuan data penelitian) yaitu memanipulasi bahan penelitian, peralatan atau proses, mengubah atau tidak mencantumkan data atau hasil sedemikian rupa, sehingga penelitian itu tidak disajikan secara akurat dalam catatan penelitian;
  - c. *Plagiatisme*, yaitu pencurian gagasan, pemikiran, proses objek dan hasil penelitian, baik dalam bentuk data atau kata-kata, termasuk bahan yang diperoleh melalui penelitian terbatas (bersifat rahasia), usulan rencana penelitian, dan atau naskah orang lain tanpa menyatakan penghargaan.
4. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan dalam daftar pustaka.
5. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima saksi dari akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta saksi lainnya sesuai norma yang berlaku di Universitas Islam "45" Bekasi.

Bekasi, 3 Agustus 2023

Yang Membuat pernyataan,



Sherina Anggraini Mudjiono

41183507190008

## **RIWAYAT HIDUP**

Nama : Sherina Anggraini Mudjiono

Tempat, tanggal lahir : Bekasi, 2 November 2001

Alamat : Jln. Gatot kaca raya blok f10 no 15 bekasi timur permai  
tambun selatan

Nomor telfon : 082297176114

Nama ayah : Mudjiono

Nama ibu : Erita

### **Riwayat Pendidikan**

Kuliah : Universitas Islam '45' Bekasi

SMA : SMAS Global Persada Mandiri

SMP : SMPN 1 Bekasi

SD : SDN Bekasi Jaya VIII

SDIT Al-Fatah

## **MOTTO HIDUP**

*“Sometimes when you think everthing is trouble, you cloud change your mind to think about the problem and maybe you can find the answer, if you think positively, everthing is good”*

*-Lucas Wong*



## KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul “Pengaruh *Self esteem* Dan Regulasi Emosi Terhadap Resiliensi Akademik Siswa SMA Global Persada Mandiri”. Dan tak lupa juga solawat serta salam diberikan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, yang membawa kita dari zaman jahiliah menjadi zaman terang – menerang

Penyusunan penulisan Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) program studi psikologi "Universitas Islam 45 Bekasi". Penulis juga menyadari bahwa penulisan jauh dari kata sempurna. Maka dari itu penulis meminta maaf sebesar-besarnya jika ada kalimat atau penulisan yang salah.

Peneliti menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari doa, dukungan, bantuan, bimbingan, dan semangat yang diberikan dari berbagai pihak baik berupa moril maupun materil. Penulisan skripsi ini terselesaikan bukan hanya dari kemampuan penulis saja, melainkan atas dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Ibu Lucky Purwantini, S. Psi., M. A selaku Dosen Pembimbing Utama atas segala bimbingan, arahan, masukan, dan semangat yang selalu diberikan kepada peneliti. Terimakasih untuk segala pembelajaran dan motivasi yang diberikan baik saat perkuliahan maupun selama bimbingan yang menjadi penyemangat dalam menyelesaikan skripsi ini. Rasa hormat dan bangga, bisa berkesempatan menjadi mahasiswa bimbingan Ibu.
2. Kepada Ibu Dr. Agustina Ekasari, S.Psi., M.,Psi., Psikolog selaku dosen penguji
3. Ibu Novita Dian Iva Prestiana, S. Psi., M. Psi. selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Islam “45” Bekasi dan dosen penguji.
4. Bapak Drs. Yanto Supriyanto, M. Si., selaku dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Islam “45” Bekasi.



5. Ibu Alfiana Indah Muslimah, M. Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing Akademik dan dosen penguji.
6. Terimakasih kepada sekolah SMA Global Persada Mandiri yang telah mengizinkan dan menerima saya melakukan penelitian disana.
7. Terima kasih kepada siswa-siswi SMA Global Persada Mandiri yang telah membantu saya dalam hal penelitian.
8. Terimakasih kepada Bapak Mudjiono dan Ibu Erita selaku orangtua dari penulis yang telah memberikan dukungan penuh dan semangat terhadap saya dalam proses penyusunan skripsi ini.
9. Terimakasih kepada saudari Faradila Mudjiono selaku kakak dari penulis yang telah memberikan dukungan baik secara moral maupun materi yang tiada hentinya.
10. Terimakasih kepada teman – teman peneliti yaitu Fuji Indah Utami, Mediatul Ummik, Dyah Kusuma, Febrilyn Charisma Katya, Handayani, Salsabila Fatin, dan Tannia Wongso, yang telah menemani dan memberi dukungan kepada saya.
11. Terimakasih juga kepada Ryu Angga Pratama selaku *partner* saya yang sudah memberikan segala dukungannya dalam berbagai bentuk selama proses penulisan ini berlangsung.
12. Idola sekaligus penyemangat peneliti dalam mengerjakan tugas akhir ini yaitu Lucas Wong, NCT Dream, NCT 127, Wayv, dan Exo
13. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, terimakasih atas segala dukungan dan bantuan yang telah diberikan untuk membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Bekasi, 3 Agustus 2023

Penulis

Sherina Anggraini Mudjiono

41183507190008

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN .....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
RIWAYAT HIDUP .....	iv
MOTTO HIDUP .....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL .....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN .....	ix
RINGKASAN .....	x
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
1. Manfaat Teoretis .....	7
2. Manfaat Praktis .....	8
BAB II .....	9
TINJAUAN PUSTAKA .....	9
A. Kajian Pustaka .....	9
1. Resiliensi Akademik .....	9
2. <i>Self esteem</i> .....	11
3. Regulasi Emosi.....	14
B. Kerangka Berfikir .....	17
C. Hipotesis .....	19
D. Orisinalitas Penelitian yang akan Dilakukan .....	20
BAB III.....	23
METODE PENELITIAN .....	23
A. Desain Penelitian .....	23



<b>B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel .....</b>	<b>23</b>
1. Identifikasi Variabel .....	23
2. Definisi Konseptual .....	24
3. Definisi Operasional .....	24
<b>C. Subjek, Tempat dan Waktu Penelitian .....</b>	<b>25</b>
1. Subjek Penelitian .....	25
2. Tempat dan Waktu Penelitian .....	26
<b>D. Teknik Pengumpulan Data .....</b>	<b>26</b>
<b>E. Instrumen Pengukuran .....</b>	<b>28</b>
1. Perencanaan Instrumen Pengukuran .....	28
2. Kualitas Instrumen Pengukuran .....	33
<b>F. Teknik Analisis Data .....</b>	<b>35</b>
1. Rancangan Teknik Deskriptif .....	36
2. Rancangan Uji Asumsi .....	36
3. Rancangan Uji Hipotesis .....	38
<b>G. Jadwal Penelitian .....</b>	<b>40</b>
<b>BAB IV .....</b>	<b>41</b>
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>41</b>
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	41
B. Deskripsi Subjek Penelitian.....	43
1. Jenis Kelamin.....	43
2. Usia .....	44
3. Kelas .....	45
4. Karakteristik Tempat Tinggal .....	45
5. Administrasi sekolah.....	46
6. Jumlah Saudara .....	47
7. Pendidikan Ayah.....	47
8. Pekerjaan Ayah .....	48
9. Gaji Ayah.....	48
10. Status Orangtua (ayah).....	49
11. Pendidikan Ibu.....	49
12. Pekerjaan Ibu.....	49
13. Gaji Ibu.....	50

14. Status Orangtua (ibu) .....	50
15. Mata pelajaran yang sulit .....	50
C. Deskripsi Variable Penelitian.....	51
1. Resiliensi akademik.....	51
2. <i>Self esteem</i> .....	52
3. Regulasi Emosi.....	52
D. Hasil .....	53
1. Hubungan <i>self esteem</i> dengan resiliensi akademik .....	53
2. Hubungan regulasi emosi dengan resiliensi akademik .....	53
3. Pengaruh <i>self-esteem</i> dan regulasi emosi terhadap resiliensi akademik....	54
E. Pembahasan.....	55
<b>BAB V.....</b>	<b>60</b>
<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>60</b>
A. Kesimpulan .....	60
B. Saran.....	60
1. Saran bagi siswa .....	60
2. Saran bagi sekolah.....	61
3. Saran bagi peneliti selanjutnya.....	61
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>62</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>68</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Data Populasi .....	25
Tabel 2 Skor Skala Likert .....	27
Tabel 3 <i>Blueprint</i> Resiliensi Akademik .....	29
Tabel 4 <i>Blueprint self esteem</i> .....	30
Tabel 5 <i>Blueprint</i> Regulasi Emosi .....	32
Tabel 6 <i>Expert judgment</i> .....	34
Tabel 7 Kategorisasi Koefisien Reliabilitas .....	35
Tabel 8 Kategorisasi.....	36
Tabel 9 hasil uji normalitas .....	37
Tabel 10 hasil uji linier .....	37
Tabel 11 Pedoman Koefisien Korelasi.....	39
Tabel 12. Jadwal Penelitian.....	40
Tabel 13 Jenis kelamin.....	43
Tabel 14 Usia .....	44
Tabel 15 Kelas.....	45
Tabel 16 Karakteristik Tempat Tinggal .....	45
Tabel 17 Tunggalan uang sekolah, telat bayaran dan potongan uang sekolah ....	46
Tabel 18 Jumlah Saudara .....	47
Tabel 19 Pendidikan Ayah .....	47
Tabel 20 Pekerjaan ayah .....	48
Tabel 21 Gaji Ayah .....	48
Tabel 22 Status Orangtua (ayah).....	49
Tabel 23 Pendidikan Ibu .....	49
Tabel 24. Pekerjaan Ibu.....	49
Tabel 25 Gaji Ibu .....	50
Tabel 26 Status Orangtua (ibu) .....	50
Tabel 27 Mata pelajaran yang sulit .....	50
Tabel 28 Kategorisasi resiliensi akademik.....	51
Tabel 29 Kategorisasi self esteem.....	52
Tabel 30 Kategorisasi regulasi emosi .....	52
Tabel 31 Hasil uji Pearson product moment self esteem dengan resiliensi akademik .....	53
Tabel 32 Hasil uji Pearson product moment regulasi emosi dengan resiliensi akademik .....	54
Tabel 33 Hasil uji linier berganda self esteem dan regulasi emosi dengan resiliensi akademik .....	55

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1. Kerangka berfikir .....	19
-----------------------------------	----



## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Struktur Organisasi Sekolah .....	70
Lampiran 2. lampiran Blueprint.....	72
Lampiran 3. Rancangan Instrumen penelitian .....	76
Lampiran 4 Laporan Wawancara .....	98
Lampiran 5 Hasil Expert Judgement.....	143
Lampiran 6. Uji Coba Instrumen .....	149
Lampiran 7. Skala Psikologis.....	153
Lampiran 8 Tabulasi data penelitian .....	163
Lampiran 9. Uji normalitas dan linearitas .....	170

## RINGKASAN

Sekolah adalah lembaga pendidikan yang berfungsi sebagai sarana untuk melaksanakan proses belajar mengajar. Tujuan didirikannya sekolah adalah untuk memberikan bimbingan, administrasi dan pendidikan melalui bimbingan para siswa oleh guru. Fenomena yang terjadi sulitnya siswa menghargai diri mereka sendiri dan juga menjaga ketahanan akademik mereka. Siswa memandang kegagalan itu sebagai sebuah pembelajaran yang bermakna untuk kehidupan selanjutnya. Efek lain yang timbul adalah seperti siswa merasa tidak kuat hingga trauma dan tidak mau sekolah lagi di tempat yang sama dan akhirnya pindah sekolah.

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan wawancara dan skala penelitian psikologi. Subjek penelitian ini adalah siswa SMA Global Persada Mandiri sebanyak 113. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang memberikan penilaian sendiri terhadap sampel dari populasi yang dipilih. Tentu saja, penilaian ini memenuhi kriteria tertentu tergantung pada topik penelitian. Pada penelitian ini menggunakan kriteria siswa laki-laki / perempuan, yang menunggak bawahan sekolah minimal 3 bulan atau belum membayar uang Gedung. Instrumen menggunakan skala asli atau baku dari teori yang dipakai. Hasil uji instrument menggunakan cara uji validitas isi dilakukan oleh 4 rater, uji validitas konstruk yang di ujikan kepada 42 responden dan uji realibilitas dengan menggunakan alpha cornbach's. teknik analisis data menggunakan teknik deskriptif. Uji asumsi, dan uji hipotesis.

Hasil penelitian ya itu terdapat hubungan antara resiliensi akademik dengan *self esteem* dinyatakan signifikan dengan  $r = 0,851$ ,  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yakni  $H_a$  diterima dan  $H_0$  di tolak. Terdapat hubungan antara resiliensi akademik dengan regulasi emosi dinyatakan signifikan dengan  $r = 0,487$ ,  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yakni  $H_a$  diterima dan  $H_0$  di tolak. Berpengaruh terhadap variable (resiliensi akademik) dengan nilai F sebesar 52,332 dengan nilai sig. sebesar  $p = 0,000$  ( $p \leq 0,05$ ). Hal ini berarti terdapat pengaruh yang signifikan antar variable *self esteem* dan regulasi emosi terhadap resiliensi akademik. Sehingga  $H_a$  diterima, artinya semakin tinggi *self-esteem* dan regulasi emosi maka semakin tinggi juga resiliensi akademik dan sebaliknya. Nilai  $R^2$  ( $R$  square) sebesar (0,729) nilai ini menunjukkan bahwa sumbangan pengaruh *self esteem* dan regulasi emosi terhadap resiliensi akademik Sebesar (72,9%) sedangkan sisanya (28,1%) di pengaruhi oleh variable lain yang tidak di teliti dalam penelitian ini.

**Kata kunci: Resiliensi Akademik, *Self esteem*, Regulasi Emosi**