

**RESILIENSI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA
YANG BEKERJA**

SKRIPSI

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



Oleh:

RINDI AGUSTI CANDRA

41183507220048

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

UNIVERSITAS ISLAM 45

BEKASI

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi: Resiliensi dan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan
Psikologis pada Mahasiswa yang Bekerja

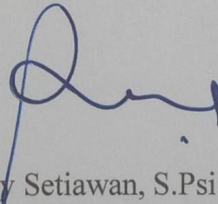
Penyusun : Rindi Agusti Candra

NPM : 41183507220048

Bekasi, 30 Juni 2026

Menyetujui:

Pembimbing,

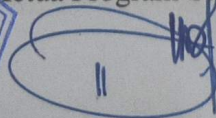


Dr. Rony Setiawan, S.Psi., M.Si.

Mengetahui:



Ketua Program Studi,



Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog

HALAMAN PENGESAHAN

Resiliensi dan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis pada
Mahasiswa yang Bekerja

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Rindi Agusti Candra

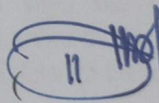
41183507220048



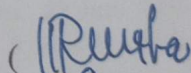
Telah diujikan di hadapan Dewan Penguji
pada tanggal 30 Juni 2026
dan telah dinyatakan Lulus/disahkan
di Universitas Islam 45 Bekasi
pada tanggal 30 Juni 2026

Dewan Penguji

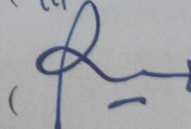
Ketua : Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog

()

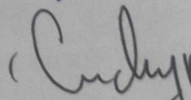
Sekretaris : Ratna Duhita Pramintari, S.K.M., M.Si.

()

Anggota : 1. Dr. Rony Setiawan, S.Psi., M.Si.

()

: 2. Lucky Purwantini, S.Psi., M.A.

()

PERYATAAN KEASLIAN SKRIPSI



Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rindi Agusti Candra

NPM : 41183507220048

Judul Skripsi : Resiliensi dan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa yang Bekerja

Menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, dan atau pustaka), 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 Pustaka 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 (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. *Plagiarisme*, 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 telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar Pustaka.
5. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Islam 45 Bekasi.

Bekasi, 15 Juni 2026

Yang Membuat
Pernyataan,



Rindi Agusti Candra
41183507220048

RESILIENSI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA YANG BEKERJA

Rindi Agusti Candra (rindiagusticandra@gmail.com)

Rony Setiawan (ronykusetia@gmail.com)

Universitas Islam “45” Bekasi

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between resilience and social support and psychological well-being in working students. Working students face various academic and work demands that can impact their psychological well-being.

This study used a quantitative approach with a correlational design. The sample consisted of 99 working students in the psychology, elementary school teacher education (PGSD), and communication science study programs at the Islamic University of 45 Bekasi, selected using a cluster sampling technique. The research instruments consisted of a resilience scale, a social support scale, and a psychological well-being scale. Data analysis was conducted using the Spearman rank correlation test and multiple linear regression.

The results showed a positive and significant relationship between resilience and psychological well-being, as well as a positive and significant relationship between social support and psychological well-being. Furthermore, resilience and social support simultaneously had a significant effect on psychological well-being in working students.

Keywords: Resilience, Social Support, Psychological Well-being

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang bekerja. Mahasiswa yang bekerja menghadapi berbagai tuntutan akademik dan pekerjaan yang dapat memengaruhi kondisi psikologisnya.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel penelitian berjumlah 99 mahasiswa yang bekerja pada program studi psikologi, pendidikan guru sekolah dasar (PGSD), dan ilmu komunikasi Universitas Islam 45 Bekasi yang dipilih menggunakan teknik *cluster sampling*. Instrumen penelitian terdiri dari skala resiliensi, skala dukungan sosial, dan skala kesejahteraan psikologis. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi *rank spearman* dan regresi linear berganda.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara resiliensi dengan kesejahteraan psikologis, serta terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis. Selain itu, resiliensi dan dukungan sosial secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang bekerja.

Kata kunci: Resiliensi, Dukungan Sosial, Kesejahteraan Psikologis

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, nikmat, karunia, serta ridha-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, doa, dukungan, bimbingan, serta motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Rony Setiawan, S.Psi., M.Si., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran serta dengan penuh kesabaran memberikan arahan, kritik, saran, motivasi, dan ilmu kepada penulis selama proses penyusunan skripsi.
2. Seluruh dosen penguji skripsi yang telah memberikan kritik, saran, dan masukan yang membangun demi penyempurnaan skripsi ini.
3. Ibu Dr. Siti Nurhidayah, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan arahan, motivasi, dan bimbingan selama penulis menempuh pendidikan.
4. Ibu Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Islam 45 Bekasi atas arahan dan dukungan selama proses perkuliahan.
5. Seluruh dosen serta tenaga kependidikan Program Studi Psikologi Universitas Islam 45 Bekasi yang telah memberikan ilmu, pengalaman, pelayanan, dan bantuan selama penulis menjalani perkuliahan.
6. Seluruh responden penelitian yang telah bersedia meluangkan waktu dan berpartisipasi sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.
7. Ayah tercinta, Bapak Bujang, yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, pengorbanan, kerja keras, serta dukungan tanpa henti kepada penulis.
8. Ibu tercinta, Ibu Ane, yang selalu memberikan doa, kasih sayang, perhatian, kesabaran, serta dukungan yang tulus kepada penulis. Terima kasih karena

senantiasa menguatkan dan mendampingi penulis dalam setiap proses hingga skripsi ini dapat terselesaikan.

9. Saudara terdekat penulis, Randi Pebrianto dan Kaka Agustiana, yang selalu memberikan dukungan, semangat, serta motivasi kepada penulis selama menjalani perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
10. Teman-teman seperjuangan Program Studi Psikologi Universitas Islam 45 Bekasi, khususnya teman-teman satu angkatan dan teman-teman bimbingan skripsi, atas dukungan, motivasi, dan kebersamaan selama proses penyusunan skripsi.
11. Terakhir, kepada diri penulis sendiri. Terima kasih karena telah mampu bertahan, berjuang, dan tidak menyerah dalam menghadapi setiap tantangan hingga akhirnya dapat menyelesaikan salah satu pencapaian penting dalam kehidupan ini.

Akhir kata, penulis ucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah memberikan bantuan, dukungan, dan doa selama proses penyusunan skripsi ini. penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi banyak orang.

Bekasi, 15 Juni 2026

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan.....	10
D. Manfaat penelitian.....	10
1. Manfaat Teoritis.....	10
2. Manfaat Praktis.....	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	13
A. Kajian Pustaka.....	13
1. Kesejahteraan Psikologis.....	13
2. Resiliensi	18
3. Dukungan Sosial.....	23
4. Mahasiswa	27
B. Kerangka Berpikir.....	29
C. Hipotesis.....	33
D. Orisinalitas Penelitian	34
BAB III METODE PENELITIAN.....	39
A. Desain Penelitian.....	39
B. Identifikasi dan Operasional Variabel	40
1. Identifikasi Variabel.....	40
2. Definisi Konseptual	41
3. Definisi Operasional.....	42
C. Subjek, Tempat, dan Waktu Penelitian.....	43
1. Subjek Penelitian	43
2. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel.....	44

3.	Tempat dan Waktu Penelitian	46
D.	Teknik Pengumpulan Data.....	47
1.	Wawancara.....	47
2.	Skala Psikologi	48
E.	Instrumen Pengukuran.....	52
1.	Perencanaan Instrumen Pengukuran.....	53
2.	Kualitas Instrumen Penelitian.....	53
F.	Teknik Analisis Data.....	66
1.	Analisis Deskriptif.....	67
2.	Teknik Pengujian Asumsi	68
3.	Teknik Pengujian Hipotesis	69
G.	Etika Penelitian.....	73
1.	Partisipasi Penelitian.....	73
2.	Prosedur Penelitian	73
3.	Keamanan dan Kerahasiaan Data	73
4.	Risiko, Efek Samping dan Penanganannya	74
5.	Manfaat Penelitian	74
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	75
A.	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	75
B.	Deskripsi Demografis Subjek Penelitian.....	76
1.	Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	76
2.	Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia.....	77
3.	Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Program Studi.....	77
4.	Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Angkatan.....	78
5.	Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Divisi Pekerjaan	78
6.	Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Lama Bekerja	79
C.	Deskripsi Variabel Penelitian.....	79
1.	Deskriptif Kategorisasi Variabel (Y)	80
2.	Deskriptif Kategorisasi Variabel (X1)	80
3.	Deskriptif Kategorisasi Variabel (X2)	80
D.	Hasil Penelitian.....	80
1.	Hubungan Resiliensi dengan Kesejahteraan Psikologis	80

2. Hubungan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis	81
3. Pengaruh Resiliensi dan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis.....	82
E. Diskusi	83
F. Keterbatasan Penelitian	90
BAB V PENUTUP.....	91
A. Simpulan	91
B. Saran.....	92
DAFTAR PUSTAKA	95

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Hasil Preliminary Variabel Kesejahteraan Psikologis	3
Tabel 1. 2 Hasil Preliminary Variabel Resiliensi	6
Tabel 1. 3 Hasil Preliminary Variabel Dukungan Sosial	8
Tabel 2. 1 Orisinalitas Penelitian	35
Tabel 3. 1 Tempat dan Waktu Penelitian	46
Tabel 3. 2 Blue print Skala Kesejahteraan Psikologis	50
Tabel 3. 3 Blue Print Skala Resiliensi	51
Tabel 3. 4 Blue Print Skala Dukungan Sosial.....	52
Tabel 3. 5 Kategori Skor Skala Likert	53
Tabel 3. 6 Hasil Expert Judgement	55
Tabel 3. 7 Kategori Indeks Diskriminasi Aitem	56
Tabel 3. 8 Indeks Diskriminasi Aitem Variabel Kesejahteraan Psikologis.....	57
Tabel 3. 9 Indeks Diskriminasi Aitem Variabel Resiliensi	58
Tabel 3. 10 Indeks Diskriminasi Aitem Variabel Dukungan Sosial.....	59
Tabel 3. 11 Hasil Validitas Konstruk Variabel Kesejahteraan Psikologis.....	61
Tabel 3. 12 Hasil Validitas Konstruk Variabel Resiliensi	62
Tabel 3. 13 Hasil Validitas Konstruk Variabel Dukungan Sosial	64
Tabel 3. 14 Kategori Koefisien Reliabilitas Cronbach Alpha	65
Tabel 3. 15 Hasil Uji Reliabilitas.....	66
Tabel 3. 16 Kategorisasi Deskriptif	67
Tabel 3. 17 Hasil Kategorisasi Deskriptif.....	67
Tabel 3. 18 Hasil Uji Normalitas	68
Tabel 3. 19 Hasil Uji Linearitas	69
Tabel 4. 1 Deskripsi Jenis Kelamin	76
Tabel 4. 2 Deskripsi Usia.....	77
Tabel 4. 3 Deskripsi Program Studi.....	77
Tabel 4. 4 Deskripsi Angkatan.....	78
Tabel 4. 5 Deskripsi Divisi Pekerjaan	78
Tabel 4. 6 Deskripsi Lama Bekerja	79
Tabel 4. 7 Deskripsi Variabel Penelitian.....	79
Tabel 4. 8 Hasil Uji Korelasi Non Parametrik Rank Spearman Variabel X1-Y	81
Tabel 4. 9 Hasil Uji Korelasi Non Parametrik Rank Spearman Variabel X2-Y	81
Tabel 4. 10 Hasil Uji Regresi Berganda	82
Tabel 5. 1 Keterangan Kategorisasi Variabel Penelitian.....	123
Tabel 5. 2 Hasil Wawancara Responden 1	141
Tabel 5. 3 Hasil Wawancara Responden 2.....	146
Tabel 5. 4 Hasil Wawancara Responden 3.....	151
Tabel 5. 5 Hasil Wawancara Responden 4.....	155
Tabel 5. 6 Hasil Wawancara Responden 5.....	159
Tabel 5. 7 Hasil Wawancara Responden 6.....	163

Tabel 5. 8 Hasil Wawancara Responden 7	167
Tabel 5. 9 Hasil Wawancara Responden 8	171
Tabel 5. 10 Hasil Wawancara Responden 9	175
Tabel 5. 11 Hasil Wawancara Responden 10	179

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	33
Gambar 3. 1 Rumus Slovin	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Hasil Cek Plagiarisme Turnitin	105
Lampiran 2: Surat Penelitian.....	107
Lampiran 3: Lembar Bimbingan Skripsi.....	109
Lampiran 4: Form Matriks Tabel Revisi Seminar Hasil	111
Lampiran 5: Hasil Analisis Expert Judgement.....	114
Lampiran 6: Hasil Analisis Statistik Deskriptif	117
Lampiran 7: Hasil Analisis Statistik Pengujian Asumsi.....	124
Lampiran 8: Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian.	126
Lampiran 9: Hasil Analisis Statistika Pengujian Hipotesis.....	137
Lampiran 10: Data Hasil Preliminary Study	140
Lampiran 11: Lembar Surat Keputusan	183
Lampiran 12: Kartu Kehadiran Sidang Draft Psikologi.....	184
Lampiran 13: Tabulasi Data Instrumen.....	187

CEK PLAGIARISME Full Skripsi RINDI BAB 1-5.docx

ORIGINALITY REPORT

8% SIMILARITY INDEX	9% INTERNET SOURCES	6% PUBLICATIONS	4% STUDENT PAPERS
-------------------------------	-------------------------------	---------------------------	-----------------------------

PRIMARY SOURCES

1	repositori.ubs-ppni.ac.id:8080 Internet Source	2%
2	repositori.unismabekasi.ac.id Internet Source	1%
3	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	1%
4	repository.ar-raniry.ac.id Internet Source	1%
5	eprints.mercubuana-yogya.ac.id Internet Source	1%
6	jurnal.untag-sby.ac.id Internet Source	1%
7	jurnal.konselingindonesia.com Internet Source	1%
8	www.jurnalp3k.com Internet Source	1%
9	repositori.uinjkt.ac.id Internet Source	1%
10	journal.unibos.ac.id Internet Source	1%