

**PENGARUH RESILIENSI TERHADAP DISTRES PSIKOLOGI
PADA MAHASISWA RANTAU PENDERITA GASTRITIS DI
YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Program Studi Psikologi (S-1) Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas
Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun Oleh:

Bilqis Azzahra

202303028

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI FAKULTAS
EKONOMI DAN SOSIAL UNIVERSITAS
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA**

2024

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**PENGARUH RESILIENSI TERHADAP DISTRES PSIKOLOGI PADA
MAHASISWA RANTAU PENDERITA GASTRITIS DI YOGYAKARTA**

Diajukan oleh:

BILQIS AZZAHRA

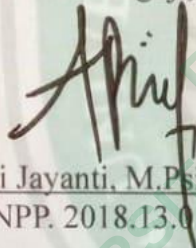
202303028

Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Sah
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Psikologi
Program Studi Psikologi (S-1) Fakultas Ekonomi dan Sosial
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal: 05 Agustus 2024

Mengesahkan,

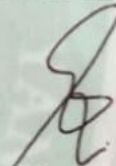
Ketua Penguji,



(Arini Mifti Jayanti, M.Psi., Psikolog.)

NPP. 2018.13.0132

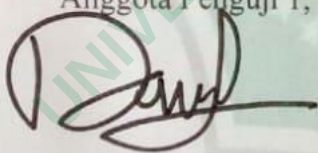
Pembimbing,



(Egi Prawita, S.Psi., M.A)

NPP: 2021.13.0182

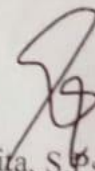
Anggota Penguji 1,



(Davit Bagus Triyantoro, S.Psi., M.Psi)

NIDN. 0531128905

Anggota Penguji 2,



(Egi Prawita, S.Psi., M.A)

NPP: 2021.13.0182



Plh: Ketua Program Studi Psikologi,

(Arini Mifti Jayanti, M.Psi., Psikolog.)

NPP: 2018.13.0132

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Bilqis Azzahra
NPM : 202303028
Program Studi : Psikologi (S-1)
Judul Skripsi : Pengaruh Resiliensi Terhadap Distres Psikologi Pada Mahasiswa Rantau Penderita Gastritis di Yogyakarta

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil *plagiarisme*. Semua referensi dan sumber terkait yang dikutip dalam karya ilmiah ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 8 Agustus 2024



Bilqis Azzahra

KATA PENGANTAR

Assalamu 'alaikum Warohmatullahi Wabarokatuh

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena berkat rahmat, hidayah dan karunia-Nya penulis berhasil menyelesaikan Skripsi sesuai dengan waktu yang telah direncanakan. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada baginda Nabi Besar Muhammad SAW beserta seluruh keluarga, sahabat, dan para pengikutnya yang membantu perjuangan beliau dalam menegakkan Dinullah di muka bumi ini serta senantiasa istiqomah dalam sunnahnya hingga akhir zaman.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa begitu banyak pihak yang telah membantu dalam penulisan Skripsi ini, baik bantuan moril maupun materil. Oleh karena itu, melalui kesempatan ini dengan segala kerendahan hati, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang tiada hingganya kepada:

1. Tuhanku, Allah SWT yang telah memberikan kekuatan dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan perjalanan ini, terimakasih karena selalu menguatkan penulis dalam setiap dekapan, dalam setiap air mata yang keluar dalam perjalanan ini. Terimakasih karena telah memberikan kesempatan penulis untuk menyelesaikan dan melewati nya dengan segala situasi yang terjadi. Terimakasih karena telah menguatkan Pundak penulis disaat-saat penulis ingin menyerah.
2. Ibu Prof. Dr. rer.nat.apt. Triana Hertiani, S.Si., M.Si. selaku rektor Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

3. Bapak Edhy Tri Cahyono, S.Si., M.M. Selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
4. Ibu Arini Mifti Jayantis, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Kepala Program Studi Psikologi Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
5. Ibu Egi Prawita, S.Psi., M.A Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi mahasiswa yang senantiasa membimbing dan membantu banyak penulis dengan sabar dan tulus. Sehingga penulis mampu mengaplikasikan dengan baik dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga pembimbing dilimpahkan keberkahan dan kebaikan selalu. Terimakasih yang tak terhingga kepada pembimbing sekaligus mentor terbaik.
6. Bapak Adi Heryadi, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Akademik Mahasiswa yang senantiasa membimbing dengan sepenuh hati
7. Segenap jajaran dosen Prodi Psikologi yang telah memberikan ilmu serta bimbingannya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
8. Kepada seluruh responden mahasiswa rantau di Yogyakarta yang bersedia membantu dan meluangkan waktu dalam proses penelitian.
9. Dua pilar kehidupan saya yaitu Abi dan Umik. Terimakasih

karena selalu menyayangi penulis dan mensupport apapun hal baik yang penulis lakukan, selama perjalanan mendapatkan gelar serta penulisan skripsi ini penulis sangat merasa bersyukur karena memiliki orang tua yang mengerti kondisi dan situasi penulis. Penulis sadar bahwa motivasi terbesar penulis menyelesaikan skripsi ini adalah untuk Umi dan Abi.

10. Investor terbesar dan terbaik dalam hidup penulis. Terimakasih kepada Mas Hanif dan Mbak Erna karena telah meng-cover seluruh biaya perjalanan penulis mendapatkan gelar, bukan hanya dari materi tapi juga dari segi dukungan emosional, semoga kalimat terimakasih yang tidak bisa diucapkan dengan kata-kata ini. Allah s.w.t yang akan mengganti ratusan kali lipat.
11. Kakak kedua saya, Mas Rizieq. Terimakasih telah membantu banyak selama perjalanan saya meraih gelar sarjana penulis.
12. Partner perjalanan penulis sejak putih abu-abu Rafi Wildhani. Terimakasih karena telah membantu penulis melewati segala situasi dan kondisi yang berat selama perjalanan penulisan skripsi ini. Besar harapan penulis agar Rafi juga dapat menyelesaikan apa yang sudah dimulai.
13. Kepada teman baik penulis Dinda, Amel, Elfrida dan Ema, Alfina dan Erdila serta teman-teman yang tidak dapat penulis tulis satu-satu namanya. Terimakasih atas support dan selalu ada ketika penulis merasa jenuh dalam penulisan skripsi ini, semoga

kalian bahagia dimanapun berada.

14. Terimakasih kepada Wahyu Agustian dan Anjas Pratama yang telah menemani penulis sejak semester awal hingga akhir, semoga dimanapun kalian berada nanti selalu diliputi keselamatan dan keberkahan (asal ga korupsi).

15. Terakhir kepada diri saya sendiri. Bilqis Azzahra, terimakasih karena tidak menyerah, terimakasih karena sangat gigih dalam memperjuangkan gelar ini, meskipun dalam perjalanan penulisan ini ada ribuan air mata yang keluar ada banyak kalimat ingin menyerah namun berakhir dengan kalimat “aku bisa, harus bisa, pasti bisa”. Semoga diperjalanan berikutnya pundakmu lebih kuat dan kokoh

Penulis telah berupaya dengan semaksimal mungkin dalam penyelesaian skripsi ini, namun penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun dari semua pihak sangat diharapkan untuk kegiatan selanjutnya di masa mendatang. Korespondensi dapat ditujukan kepada penulis lewat email bilqisazzahra195@gmail.com.

Akhirnya hanya kepada Allah SWT kita kembalikan semua urusan dan semoga proposal ini dapat bermanfaat bagi serta semua pihak, khususnya bagi penulis dan para pembaca pada umumnya, semoga Allah SWT meridhoi dan dicatat sebagai ibadah di sisi-Nya. Aamiin

Yogyakarta, 8 Agustus 2024

Bilqis Azzahra

PEPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
RINGKASAN.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	10
C. Manfaat penelitian.....	10
D. Keaslian penelitian.....	11
BAB II.....	15
TINJAUAN PUSTAKA.....	15
A. Landasan Teori.....	15
B. Dinamika Psikologis.....	27
C. Hipotesis Penelitian.....	32
BAB III.....	33
METODE PENELITIAN.....	33
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	33
B. Definisi Operasional.....	33
1. Skala distress.....	33
2. Skala resiliensi.....	33
C. Subjek Penelitian.....	34
D. Metode Pengumpulan Data.....	34
E. Metode Analisis Data.....	37
F. Kredibilitas.....	38
1. Validitas Isi.....	38
2. Reliabilitas.....	39
G. Rancangan Penelitian.....	39
1. Desain Penelitian.....	39
2. Prosedur Penelitian.....	40
BAB IV.....	42
PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....	42
A. Orientasi Kacah dan Persiapan.....	42
1. <i>Orientasi Kacah</i>	42

2. Persiapan Penelitian.....	43
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian.....	48
C. Hasil Penelitian.....	48
1. Deskripsi Responden Penelitian.....	48
2. Deskripsi Data Penelitian.....	53
3. Uji Asumsi.....	57
a) <i>Uji Normalitas</i>	57
b) <i>Uji Linearitas</i>	58
4. Uji Hipotesis.....	59
5. Uji Koefisien Determinasi.....	61
6. Analisis Tambahan.....	62
7. Pembahasan.....	64
BAB V	72
KESIMPULAN DAN SARAN	72
A. Kesimpulan.....	72
B. Saran.....	73
DAFTAR PUSTAKA	74
LAMPIRAN	78

Daftar Tabel

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	11
Tabel 2.1 Bagan Dinamika	31
Tabel 3.1 Skala Distres Psikologi	36
Tabel 3.2 Skala Resiliensi.....	36
Tabel 4.1 Blueprint Resiliensi (sesudah <i>tryout</i>).....	46
Tabel 4.2 Blueprint skala <i>distres</i> psikologi (sesudah <i>tryout</i>)	47
Tabel 4.3 Deskripsi Subjek Penelitian berdasarkan jenis kelamin	49
Tabel 4.4 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Universitas.....	50
Tabel 4.5 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia.....	51
Tabel 4.6 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Semester.....	52
Tabel 4.7 Deskripsi data penelitian	53
Tabel 4.8 Kategorisasi lima Jenjang	54
Tabel 4.9 Persentil Untuk Tiap Variabel	54
Tabel 4.10 Kategorisasi Data Penelitian Tiap Variabel	55
Tabel 4.11 kategorisasi dimensi depresi	56
Tabel 4.12 Kategorisasi dimensi kecemasan	56
Tabel 4.13 Kategorisasi dimensi Stres	57
Tabel 4.14 Hasil Uji Normalitas	58
Tabel 4.15 Hasil Uji Linear	59
Tabel 4.16 Uji Hipotesisi Resiliensi dengan Dimensi 1	59
Tabel 4.17 Uji Hipotesis Resiliensi dengan Dimensi 2	60
Tabel 4.18 Uji Hipotesis Resiliensi Dengan Dimensi 3	61
Tabel 4.19 Hasil Uji Determinasi.....	61
Tabel 4.20 Hasil independent simple T-test Resiliensi.....	62
Tabel 4.21 Hasil independent simple T-test Depresi.....	63
Tabel 4.22 Hasil independent simple T-test Kecemasan.....	64
Tabel 4.23 Hasil independent simple T-test Stres.....	63

Daftar Lampiran

Lampiran 1. Lembar Identitas Diri Dan Petunjuk Pengisian Skala	81
Lampiran 2. Skala Resiliensi sebelum diuji	82
Lampiran 3. Blueprint skala resiliensi.	83
Lampiran 4. Validitas isi aitem Resiliensi	84
Lampiran 5. Hasil reliabilitas skala resiliensi	85
Lampiran 6. Hasil uji normalitas skala resiliensi	86
Lampiran 7. Hasil uji linieritas	89
Lampiran 8. Lembar Identitas Diri Dan Petunjuk Pengisian Skala	90
Lampiran 9. skala distres psikologi	91
Lampiran 10. Blueprint skala <i>distres</i> psikologi.	93
Lampiran 11. Hasil uji validitas isi aitem skala <i>distres</i> psikologi	94
Lampiran 12. Hasil uji reliabilitas skala <i>distres</i> psikologi	95
Lampiran 13. Hasil uji Normalitas skala <i>distres</i> psikologi	99
Lampiran 14. Hasil uji linearitas	102
Lampiran 15. Hasil uji hipotesis	102
Lampiran 16. Data tabulasi uji coba skala resiliensi	106
Lampiran 17. Data tabulasi uji coba skala distres	109
Lampiran 18. Data tabulasi penelitian skala resiliensi	112
Lampiran 19. Data tabulasi penelitian skala distres psikologi	118
Lampiran 20. Independent Simple T-Test.....	124