

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN RESILIENSI
PADA WANITA YANG BELUM MENIKAH DI FASE
*QUARTER LIFE CRISIS***

SKRIPSI

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



Disusun oleh:

Hasnatya Adya Arifani

212303057

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

2025

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN RESILIENSI PADA
WANITA YANG BELUM MENIKAH DI FASE *QUARTER LIFE CRISIS***

Diajukan oleh:

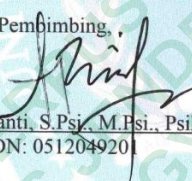
HASNATYA ADYA ARIFANI
212303057

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 : 7 Agustus 2025

Mengesahkan,

Pembimbing,

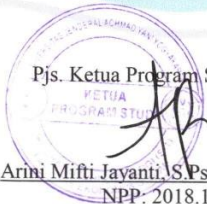

Arini Mifti Jayanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIDN: 0512049201

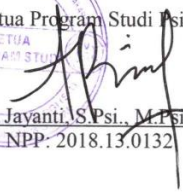
Ketua Penguji,


Egi Prawita, S.Psi., M.A.
NIDN: 0508119201

Anggota Penguji,


Arini Mifti Jayanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIDN: 0512049201


Pjs. Ketua Program Studi Psikologi,


Arini Mifti Jayanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NPP: 2018.13.0132

HALAMAN PERNYATAAN

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

Nama : Hasnatya Adya Arifani

NPM : 212303057

Program Studi : Psikologi (S-1)

Judul Skripsi : Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Resiliensi Pada Wanita Yang Belum Menikah Di Fase *Quarter Life Crisis*

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, 11 Agustus 2025



Hasnatya Adya Arifani

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillahirabbil'alamin. Puji Syukur senantiasa penulis panjatkan kehadirat Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Nabi Besar Muhammad SAW. beserta seluruh keluarga, sahabat, dan para pengikutnya.

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

1. Ibu Prof. Dr. rer. nat. apt. Triana Hertiani, S.Si., M.Si. selaku Rektor Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Bapak Edhy Tri Cahyono, S.Si, M.M. selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Ibu Arini Mifti Jayanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog. selaku Pjs. kepala prodi Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta sekaligus dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan, kesabaran dan waktunya selama dalam prosesnya.
4. Bapak Muhammad Erwan Syah, S.Psi., M.Psi., Psikolog. selaku dosen pembimbing akademik.
5. Keluarga penulis khususnya ayah, ibu, kembaran penulis dan adik-adik tercinta yang selalu memberikan semangat, dukungan dan mendoakan penulis agar dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Pemilik judul skripsi "Sistem Informasi Inventory & Manajemen Stok Barang dengan Algoritma Fuzzy Logic Tsukamoto Berbasis Web", yang telah menemani, memberikan dukungan, memberi motivasi dan warna disetiap hari-hari penulis.

7. Teman-teman Psikologi angkatan 2021, khususnya teman-teman Psikologi A yang senantiasa berjuang bersama serta pihak-pihak yang terlibat.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini belum sempurna baik penulisan maupun isi karena keterbatasan kemampuan penulis. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun dari pembaca untuk penyempurnaan isi skripsi ini sehingga dapat menjadi lebih baik lagi dikemudian hari. Akhir kata penulis mengucapkan banyak terima kasih, semoga skripsi ini dapat berguna dan bermanfaat bagi semua pembaca dan semoga Allah SWT selalu melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada kita semua.

Yogyakarta, 11 Agustus 2025

Penulis

Hasnatya Adya Arifani

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
RINGKASAN	xi
ABSTRACT	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Tujuan Penelitian	6
C. Manfaat Penelitian	7
D. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
A. Landasan Teori.....	13
B. Dinamika Psikologi.....	29
C. Hipotesis Penelitian.....	34
BAB III METODE PENELITIAN	36
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	36
B. Definisi Operasional.....	36
C. Subjek Penelitian.....	37
D. Metode Pengumpulan Data	37
E. Metode Analisis Data	40
F. Kredibilitas Penelitian.....	42
G. Rancangan Penelitian	44
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....	47
A. Orientasi Kacah Dan Pelaksanaan	47
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian.....	53
C. Hasil Penelitian	55

D. Pembahasan.....	64
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	71
A. Kesimpulan	71
B. Saran.....	71
DAFTAR PUSTAKA.....	73
LAMPIRAN.....	81

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blue Print</i> Skala Resiliensi Sebelum Uji Coba.....	39
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala Efikasi Diri Sebelum Uji Coba.....	40
Tabel 4.1 <i>Blue Print</i> Skala Resiliensi Setelah Uji Coba	52
Tabel 4.2 <i>Blue Print</i> Skala Efikasi Diri Setelah Uji Coba	53
Tabel 4.3 Deskripsi Responden Berdasarkan Usia	56
Tabel 4.4 Deskripsi Responden Berdasarkan Pulau	58
Tabel 4.5 Deskripsi Data Penelitian.....	58
Tabel 4.6 Rumus Norma Kategorisasi	59
Tabel 4.7 Persentil Untuk Kategorisasi Tiap Variabel	59
Tabel 4.8 Kategorisasi Data Penelitian Tiap Variabel	59
Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas	61
Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas	61
Tabel 4.11 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi	62
Tabel 4.12 Hasil Uji Hipotesis	62
Tabel 4.13 Hasil Uji Beda Berdasarkan Pulau.....	63
Tabel 4.14 Hasil Uji Beda Berdasarkan Usia	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir Penelitian	34
---	----

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Identitas dan Petunjuk Pengisian Skala.....	83
Lampiran 2. Skala Efikasi Diri Sebelum Uji Coba.....	88
Lampiran 3. Skala Resiliensi Sebelum Uji Coba	91
Lampiran 4. Skala Efikasi Diri Setelah Uji Coba	94
Lampiran 5. Skala Resiliensi Setelah Uji Coba	97
Lampiran 6. Validitas Aiken's V Skala Efikasi Diri.....	99
Lampiran 7. Validitas Aiken's V Skala Resiliensi.....	101
Lampiran 8. Tabulasi Data Uji Coba Skala Efikasi Diri.....	103
Lampiran 9. Tabulasi Data Uji Coba Skala Resiliensi.....	107
Lampiran 10. Reliabilitas Skala Efikasi Diri	111
Lampiran 11. Reliabilitas Skala Resiliensi	115
Lampiran 12. Tabulasi Data Penelitian Skala Efikasi Diri	119
Lampiran 13. Tabulasi Data Penelitian Skala Resiliensi	133
Lampiran 14. Hasil Uji Normalitas.....	145
Lampiran 15. Hasil Uji Linearitas.....	147
Lampiran 16. Hasil Uji Hipotesis	149
Lampiran 17. Hasil Uji Beda Berdasarkan Pulau	151
Lampiran 18. Hasil Uji Beda Berdasarkan Usia	153
Lampiran 19. Lembar Bimbingan Skripsi.....	154
Lampiran 20. Hasil Uji Plagiarisme.....	156