



**PERAN *EMPLOYEE WELL-BEING* SEBAGAI MEDIATOR DALAM HUBUNGAN
ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN *DIGITAL RESILIENCE* PADA DOSEN DI
ERA *SOCIETY 5.0***

TUGAS AKHIR

Oleh :

Sepverryno Atabik Budi Susilo

46119010090

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA JAKARTA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
2023**



**PERAN *EMPLOYEE WELL-BEING* SEBAGAI MEDIATOR DALAM HUBUNGAN
ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN *DIGITAL RESILIENCE* PADA DOSEN DI
ERA *SOCIETY 5.0***

TUGAS AKHIR

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Program Sarjana (S1) Pada
Program Studi Psikologi**

Oleh :

Sepverryno Atabik Budi Susilo

46119010090

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA JAKARTA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
2023**

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sepverryno Atabik Budi Susilo

NIM : 46119010090

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Peran employee well-being sebagai mediator dalam hubungan antara regulasi emosi dengan digital resilience pada dosen di era society 5.0

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 28 Februari 2023



Sepverryno Atabik Budi Susilo

HALAMAN PENGESAHAN UNTUK PROGRAM SARJANA

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Sepverryno Atabik Budi Susilo
NIM : 461190110090
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Peran *Employee well-being* sebagai mediator dalam hubungan antara Regulasi emosi dengan *Digital Resilience* pada dosen di Era *Society 5.0*

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing 1 : Ahmad Sabir, M.Phil
NIDN : 0304118201
Pembimbing 2 : Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D
NIDN : 0316058002
Ketua Penguji : Amy Mardhatillah, Ph.D
NIDN : 0308088403
Penguji : Dina Syakina, M.Si
NIDN : 0306099001



Jakarta, 16 Maret 2023
Mengetahui,

Dekan



(Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D)

Ketua Program Studi



(Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog)

PSI 07210558



Please Scan QR Code Verify

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kita panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas karunia serta rahmat-Nya, saya dapat menuntaskan Penelitian sekaligus Skripsi saya yang berjudul “***Peran Employee Well-Being Sebagai Mediator dalam Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Digital resilience Pada dosen Di Era Society 5.0***” sesuai dengan waktu yang ditetapkan. Penelitian Skripsi ini ditujukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.

Dalam proses nya sendiri, penelitian hingga penyusunan naskah skripsi ini, saya selaku penulis mendapatkan banyak Insight dan arahan yang maksimal dari beberapa pihak, oleh karena itu penulis hendak mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta
2. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Kepala Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta
4. Bapak Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta
5. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D selaku Dosen Pembimbing Skripsi sekaligus Dosen Mata kuliah TA. Secara khusus penulis menyampaikan terimakasih atas waktu, tenaga serta perhatian Ibu dalam membimbing proses penulisan skripsi ini.
6. Bapak Ahmad Sabir, S.Fil, M.Phil selaku Dosen Pembimbing yang secara khusus menerima saya sebagai Mahasiswa yang diampu
7. Seluruh Dosen dan Staf Pengajar Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta atas bimbingan serta pengetahuan yang diberikan selama ini
8. Keluarga dan kerabat terdekat atas segala dukungan moril serta motivasi yang selama ini diberikan.
9. Narinda Septiawati, selaku orang terdekat yang selalu memberikan reminder dan referensi yang maksimal dalam melengkapi aspek pada penelitian ini
10. Teman-teman dalam kelompok payung penelitian skripsi (Devi Susilowati, Diah Ayu Chairani, Patma Dwi Setiani) serta teman-teman Fakultas Psikologi khususnya

Abdullah azmi, yang selalu memberi support dan mengingatkan agar Skripsi ini bisa tuntas tepat waktu.

Akhir kata dari saya. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan keberkahan bagi seluruh pihak yang telah membantu saya dalam merampungkan penelitian ini dan semoga Skripsi ini dapat membawa manfaat bagi khalayak, khususnya dalam pengembangan ilmu.

Jakarta, 20 Desember 2022

Sepverryno Atabik Budi Susilo

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sepverryno Atabik Budi Susilo

NIM : 46119010090

Program Studi : Psikologi

Judul : Peran *employee well-being* sebagai mediator dalam hubungan antara regulasi emosi dengan *digital resilience* pada dosen di era *society 5.0*

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 28 Februari 2023

Yang menyatakan,



Sepverryno Atabik Budi Susilo

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	vi
ABSTRACT	vii
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	6
1.3. Tujuan Penelitian.....	6
1.4. Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1. Manfaat Teoritis.....	7
1.4.2. Manfaat Praktis	7
BAB II KAJIAN TEORI	8
2.1. Digital Resilience	8
2.1.1. Pengertian Digital Resilience.....	8
2.1.2. Dimensi Digital Resilience	9
2.1.3. Faktor yang Mempengaruhi Digital Resilience	10
2.1.4. Pengukuran Digital Resilience.....	12
2.1.5. Implikasi Digital Resilience.....	12
2.2. Regulasi Emosi.....	12
2.2.1. Definisi Regulasi Emosi	12
2.2.2. Dimensi Regulasi Emosi.....	14
2.2.3. Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi.....	15
2.2.4. Pengukuran Regulasi Emosi	16
2.2.5. Implikasi Regulasi Emosi	17

2.3.	Employee Well-Being	17
2.3.1.	Definisi Employee Well-Being.....	17
2.3.2.	Dimensi Employee Well-Being	18
2.3.3.	Faktor yang Mempengaruhi Employee Well-Being.....	19
2.3.4.	Pengukuran Employee Well-being	20
2.3.5.	Implikasi Employee Well-Being.....	21
2.4.	Penelitian Sebelumnya	21
2.5.	Dinamika Penelitian	26
2.6.	Kerangka Berpikir	28
2.7.	Hipotesa Penelitian.....	29
BAB III	METODE PENELITIAN	30
3.1.	Desain Penelitian.....	30
3.2	Definisi Operasional.....	30
3.2.1.	<i>Digital Resilience</i>	30
3.2.2.	Regulasi Emosi	31
3.2.3	Employee Well-Being	31
3.3	Populasi dan Sampel	32
3.3.1	Populasi	32
3.3.2	Sampel	32
3.4	Teknik Sampling	32
3.5	Teknik Pengumpulan Data	33
3.6	Instrumen Penelitian.....	33
3.6.1.	Digital Resilience	33
3.6.2	Regulasi Emosi	35
3.6.3	Employee Well-Being	36
3.7	Uji Validitas dan Reliabilitas Data.....	38
3.7.1	Uji Validitas.....	38
3.7.2	Uji Reliabilitas.....	39
3.8	Teknik Analisis Data.....	39
3.8.1	Analisis Deskriptif.....	39
3.8.2	Analisis Infrensial.....	40
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	43
4.1	Gambaran Data Penelitian.....	43
4.2	Profil Responden	43

4.2.1 Jenis Kelamin	43
4.2.2 Usia	44
4.2.3 Pendidikan Terakhir	44
4.2.4 Status Pernikahan	45
4.2.5 Masa Bekerja	45
4.2.6 Domisili	46
4.3 Analisis Deskriptif.....	46
4.3.1 <i>Employee Well-Being</i>	47
4.3.2 Regulasi Emosi	47
4.3.3 <i>Digital Resilience</i>	48
4.4 Uji Asumsi Klasik	48
4.4.1 Uji Normalitas	48
4.4.2 Uji Linearitas	50
4.4.3 Uji Homogenitas.....	50
4.4.4 Uji Multikoleniaritas.....	51
4.4.5 Uji Homoskedastisitas	52
4.5 Uji Hipotesa.....	52
4.5.1 Analisis Regresi Mediasi	52
4.5.2 Analisis Matriks Korelasi Antar Dimensi	56
4.6 Independent T-test.....	59
4.6.1 Independent T-test Gender	59
4.6.2 Independent T-test Usia	60
4.6.3 Independent T-test Pendidikan Terakhir	60
4.7 Uji Anova	61
4.7.1 Uji Anova Berdasarkan Status Pernikahan.....	62
4.7.2 Uji Anova Berdasarkan Domisili	62
4.7.3 Uji Anova Berdasarkan Masa Bekerja	62
4.8 Pembahasan.....	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	69
5.1 Kesimpulan.....	69
5.2 Limitasi.....	69
5.3 Saran.....	70
5.3.1 Saran Teoritis.....	70
5.3.2 Saran Praktis	70

DAFTAR PUSTAKA.....	72
LAMPIRAN.....	75

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir Antara Employee well-being, regulasi emosi, dan digital resilience	28
Gambar 4. 1 Grafik Gender Responden.....	43
Gambar 4. 2 Grafik Usia Responden	44
Gambar 4. 3 Grafik Pendidikan Terakhir Responden.....	44
Gambar 4. 4 Grafik Status Pernikahan Responden.....	45
Gambar 4. 5 Grafik Masa Bekerja Responden.....	45
Gambar 4. 6 Grafik Domisili Responden.....	46
Gambar 4. 7 Uji Normalitas	49
Gambar 4. 8 Uji Homoskedesitas	52
Gambar 4. 9 Model Mediasi	53

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skoring alat ukur Digital Resilience	34
Tabel 3. 2 Blueprint Pengukuran Digital Resilience.....	34
Tabel 3. 3 Skoring alat ukur Regulasi Emosi.....	35
Tabel 3. 4 Table Blueprint Pengukuran Regulasi Emosi	36
Tabel 3. 5 Skoring alat ukur Employee well-being (Slemp dan Vella-Bodrick,2014)	37
Tabel 3. 6 Blueprint Pengukuran Employee Well-Being (Slemp dan Vella-Bodrick,2014)	37
Tabel 4. 1 Kategori Hipotetik Alat Ukur	46
Tabel 4. 2 Kategorisasi Hipotetik Employee Well-Being.....	47
Tabel 4. 3 Kategorisasi Hipotetik Regulasi Emosi	47
Tabel 4. 4 Kategorisasi Hipotetik Digital Resilience.....	48
Tabel 4. 5 Hasil Uji Normalitas	48
Tabel 4. 6 Uji Linearitas DR dan RE	50
Tabel 4. 7 Uji Linearitas EWB dan DR	50
Tabel 4. 8 Uji Homogenitas	51
Tabel 4. 9 Uji Multikoleniaritas.....	51
Tabel 4. 10 Analisis Regresi Mediasi	52
Tabel 4. 11 Uji Korelasi Antar Dimensi	56
Tabel 4. 12 Uji Independent T-Test Gender	59
Tabel 4. 13 Uji Independent T-Test Berdasarkan Usia.....	60
Tabel 4. 14 Uji Independent T-Test Berdasarkan Pendidikan Terakhir	60
Tabel 4. 15 Uji ANOVA.....	61