



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA REMAJA YANG BERMAIN *GAME ONLINE*



SKRIPSI

Singgih Purnomo Aji

46119010033

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2023



HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA REMAJA YANG BERMAIN *GAME ONLINE*

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh
Derajat Sarjana (S1) Pada Program Studi Psikologi

UNIVERSITAS
Singgih Purnomo Aji
46119010033
MERCU BUANA

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2023

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sebenarnya bahwa semua pernyataan dalam penelitian untuk memenuhi Tugas Akhir ini:

Nama : Singgih Purnomo Aji

NIM : 46119010033

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : “Hubungan Antara Resiliensi Dengan *Psychological Well-Being* pada Remaja yang Gemar Bermain *Game Online*”

Merupakan hasil studi pustaka dan karya saya sendiri dengan bimbingan Dosen Pembimbing yang ditetapkan dengan Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Karya ilmiah ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada program sejenis di perguruan tinggi lain. Semua informasi, data, dan hasil pengolahan yang digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 5 Desember 2023



Singgih Purnomo Aji

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Singgih Purnomo Aji
NIM : 46119010033
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan antara Resiliensi dengan Psychological Well-Being pada Remaja yang Gemar Bermain Game Online

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.

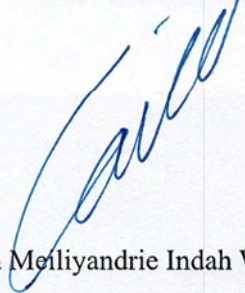
Disahkan oleh:

Pembimbing : Dr. Irfan Aulia Syaiful, M.Psi., Psikolog (*Irfan Aulia*)
NIDN : 0330058304
Ketua Penguji : Nurul Adiningtyas, M.Psi., Psikolog (*Nurul Adiningtyas*)
NIDN : 0308098203
Penguji 1 : Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog (*Dian*)
NIDN : 1021118602

Jakarta, 2 November 2023

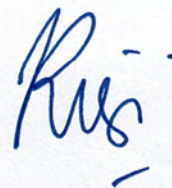
Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Melliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Skripsi ini, sangatlah sulit bagi penulis untuk menyelesaikan Skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Karisma Riskinanti, S.Psi, M.Psi selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Bapak Dr, Irfan Aulia Syaiful, S,Psi, M.Psi selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini.
5. Kedua Orang Tua penulis tercinta Ayahanda Susharyono dan Ibunda Sofiyah, yang kasih sayangnya sangat berlimpah bagi penulis, selalu mendukung baik itu secara moral dan moril, selalu mendo'akan penulis siang maupun malam, dan selalu menjadi tempat keluh kesah penulis dalam segala keadaan yang penulis alami. Semoga karya ini dapat menjadi salah satu kebanggaan Orang Tua Penulis.
6. Para rekan seperjuangan Wikananda Satria Yudinta, Muhammad Chernaldy Aulia, dan Mochamad Fajar Riski yang telah kebersamai penulis selama proses pengerjaan Tugas Akhir.

Terimakasih penulis juga haturkan untuk semua pihak yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu. Penulis menyadari bahwa tidak ada yang sempurna, penulis masih

melakukan kesalahan dalam penyusunan skripsi. Oleh karena itu, penulis meminta maaf yang sedalamdalamnya atas kesalahan yang dilakukan penulis.

Akhir kata, saya berharap semoga Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 4 Oktober 2023

Singgih Purnomo Aji



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Singgih Purnomo Aji

NIM : 46119010033

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : “Hubungan Antara Resiliensi Dengan *Psychological Well-Being* Remaja yang Gemar Bermain *Game Online*”

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 Laporan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 5 Desember 2023

Yang menyatakan,



(Singgih Purnomo Aji)

**HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DENGAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA REMAJA YANG
GEMAR BERMAIN *GAME ONLINE***

Singgih Purnomo Aji

Dr. Irfan Aulia Syaiful, M.Psi., Psikolog

Universitas Mercu Buana

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara Resiliensi dengan *Psychological Well-Being*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di Jakarta yang bermain *game online*. Peneliti menggunakan tabel populasi Isaac yang menghasilkan 348 responden untuk digunakan sebagai sampel dalam penelitian ini yang dihitung menggunakan tabel Isaac. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner yang disebar melalui *google form*. Desain penelitian kuantitatif korelasional dengan subjek remaja yang gemar bermain *game online*. Resiliensi diukur dengan skala *The Connor-Davidson Resilience Scale*, untuk *Psychological Well-Being* diukur dengan skala *Ryff's Psychological Well-Being Scale*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara resiliensi dengan *psychological well-being* pada remaja yang gemar bermain *game online*. Temuan ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk remaja dalam meningkatkan resiliensi sebagai upaya meningkatkan *psychological well-being* pada remaja yang gemar bermain *game online* di Jakarta.

Kata Kunci: Resiliensi, *Psychological Well-Being*, Remaja, *Game Online*.

***THE RELATIONSHIP BETWEEN RESILIENCE AND
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN TEENAGERS WHO LOVE
PLAYING ONLINE GAMES***

Singgih Purnomo Aji

Dr. Irfan Aulia Syaiful, M.Psi., Psikolog

Mercu Buana University

ABSTRACT

This study aims to analyze the relationship between Resilience and Psychological Well-Being. The population in this study were teenagers in Jakarta who played online games. Researchers used the Isaac population table which resulted in 348 respondents to be used as samples in this study which were calculated using the Isaac table. The data collection method uses a questionnaire distributed via Google Form. Correlational quantitative research design with teenage subjects who like to play online games. Resilience is measured using The Connor-Davidson Resilience Scale, Psychological Well-Being is measured using Ryff's Psychological Well-Being Scale. The research results show that there is a relationship between resilience and psychological well-being in teenagers who like playing online games. It is hoped that these findings can be a reference for teenagers in increasing resilience as an effort to improve psychological well-being in teenagers who like playing online games in Jakarta.

Keywords: Resilience, Psychological Well-Being, Teenager, Online Games.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	10
1.3 Tujuan Penelitian.....	10
1.4 Manfaat Penelitian.....	10
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	10
1.4.2 Manfaat Praktis.....	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
2.1 <i>Psychological Well-Being</i>	12
2.1.1 Definisi <i>Psychological Well-Being</i>	12
2.1.2 Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	13
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	17
2.2 Resiliensi	18
2.2.1 Definisi Resiliensi.....	18
2.2.2 Dimensi Resiliensi	19
2.2.3 Faktor Pembentuk Resiliensi	20
2.2.4 Proses Resiliensi	22
2.2.5 Fungsi Resiliensi.....	23
2.3 Remaja.....	24
2.3.1 Definisi Remaja	24
2.3.2 Fase Masa Remaja	24

2.3.3 Ciri-ciri Masa Remaja	26
2.3.4 Aspek Perkembangan Remaja	28
2.4 <i>Game Online</i>	29
2.4.1 Definisi <i>Game Online</i>	29
2.4.2 Jenis-jenis <i>Game Online</i>	30
2.4.3 Dampak Bermain <i>Game Online</i> pada Remaja.....	32
2.4.4 Upaya Pencegahan Kecanduan Bermain <i>Game Online</i> pada Remaja.....	34
2.5 Penelitian Terdahulu	36
2.6 Kerangka Berpikir	40
2.7 Hipotesis.....	46
BAB III METODE PENELITIAN	47
3.1 Desain Penelitian.....	47
3.2 Variabel Penelitian	47
3.3 Populasi dan Sampel	47
3.3.1 Populasi	47
3.3.2 Sampel	48
3.4 Definisi Operasional.....	48
3.4.1 <i>Psychological Well-Being</i>	48
3.4.2 Resiliensi.....	50
3.5 Instrumen Penelitian.....	52
3.5.1 <i>Psychological Well-Being</i>	52
3.5.2 Resiliensi.....	54
3.6 Validitas dan Reliabilitas	55
3.6.1 Uji Validitas.....	55
3.6.2 Uji Reliabilitas	56
3.7 Analisis Data	56
3.7.1 Analisis Deskriptif.....	56
3.7.2 Analisis Inferensial	56
BAB IV PEMBAHASAN	58
4.1 Gambaran Umum Subjek	58
4.1.1 Data Usia	58

4.1.2 Data Jenis Kelamin	58
4.1.3 Data Durasi Waktu Bermain <i>Game Online</i>	59
4.1.4 Data Media yang Digunakan Untuk Bermain <i>Game Online</i>	59
4.1.5 Data Jenis <i>Game Online</i> yang Dimainkan.....	60
4.2 Analisis Data Deskriptif.....	61
4.2.2 <i>Psychological Well-Being</i>	61
4.2.1 Resiliensi.....	65
4.3 Uji Validitas	69
4.4 Uji Reliabilitas.....	70
4.4.1 Reliabilitas (Y) Skala <i>Psychological Well-Being</i> (RPWBS).....	70
4.4.2 Reliabilitas (X) Skala Resiliensi (CD-RISC)	70
4.5 Uji Asumsi Klasik	70
4.5.1 Uji Normalitas	70
4.6 Uji Hipotesis.....	71
4.6.1 Uji Korelasi Spearman.....	71
4.6.2 Analisis Matriks Korelasi Antar Dimensi.....	72
4.7 Uji <i>Independent Sample T-Test</i>	74
4.7.1 <i>Psychological Well-Being</i>	74
4.7.2 Resiliensi.....	77
4.8 Pembahasan Penelitian	80
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	85
5.1 Kesimpulan.....	85
5.2 Limitasi.....	85
5.3 Saran.....	86
5.3.1 Saran Teoritis	86
5.3.2 Saran Praktis	86
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN.....	92

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu.....	40
Tabel 3.1 Jumlah Populasi Remaja di Provinsi DKI Jakarta Tahun 2021.....	47
Tabel 3.2 Penentuan Jumlah Sampel Dari Populasi Tertentu dengan Taraf 1%, 5%, dan 10%.....	48
Tabel 3.3 Sebaran Item Skala Resiliensi.....	52
Tabel 3.4 Sebaran Item Skala <i>Psychological Well-Being</i>	54
Tabel 4.1 Data Usia.....	58
Tabel 4.2 Data Jenis Kelamin.....	58
Tabel 4.3 Data Durasi Waktu Bermain <i>Game Online</i>	59
Tabel 4.4 Data Media yang Digunakan Untuk Bermain <i>Game Online</i>	59
Tabel 4.5 Data Jenis <i>Game Online</i> yang Dimainkan.....	60
Tabel 4.6 Deskriptif Hipotetik 2 Alat Ukur.....	61
Tabel 4.7 Kategori <i>Psychological Well-Being</i>	61
Tabel 4.8 Kategori <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Kelompok Usia.....	62
Tabel 4.9 Kategori <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.....	62
Tabel 4.10 Kategori <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Durasi Waktu Bermain.....	63
Tabel 4.11 Kategori <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Media Bermain <i>Game Online</i>	64
Tabel 4.12 Kategori <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Jenis <i>Game Online</i>	64
Tabel 4.13 Kategori Resiliensi.....	65
Tabel 4.14 Kategori Resiliensi Berdasarkan Kelompok Usia.....	66
Tabel 4.15 Kategori Resiliensi Berdasarkan Jenis Kelamin.....	66
Tabel 4.16 Kategori Resiliensi Berdasarkan Durasi Waktu Bermain.....	67

Tabel 4.17 Kategori Resiliensi Berdasarkan Media Bermain <i>Game Online</i>	68
Tabel 4.18 Kategori Resiliensi Berdasarkan Jenis <i>Game Online</i>	68
Tabel 4.19 Uji Reliabilitas <i>Ryff's Psychological Well-Being Scale</i>	70
Tabel 4.20 Uji Reliabilitas <i>The Connor-Davidson Resilience Scale</i>	70
Tabel 4.21 Tabel Uji Normalitas.....	71
Tabel 4.22 Tabel Uji Korelasi Resiliensi dengan <i>Psychological Well-Being</i>	71
Tabel 4.23 Tabel Analisis Matriks Korelasi Antar Dimensi.....	72
Tabel 4.24 Uji Beda PWB Berdasarkan Kelompok Usia	74
Tabel 4.25 Uji Beda PWB Berdasarkan Jenis Kelamin	74
Tabel 4.26 Uji Beda PWB Berdasarkan Durasi Bermain <i>Game Online</i>	75
Tabel 4.27 Uji Beda PWB Berdasarkan Media Bermain <i>Game Online</i>	75
Tabel 4.28 Uji Beda PWB Berdasarkan Jenis <i>Game Online</i>	76
Tabel 4.29 Uji Beda Resiliensi Berdasarkan Kelompok Usia	77
Tabel 4.30 Uji Beda Resiliensi Berdasarkan Jenis Kelamin	77
Tabel 4.31 Uji Beda Resiliensi Berdasarkan Durasi Bermain <i>Game Online</i>	78
Tabel 4.32 Uji Beda Resiliensi Berdasarkan Media Bermain <i>Game Online</i>	79
Tabel 4.33 Uji Beda Resiliensi Berdasarkan Jenis <i>Game Online</i>	79