



**HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DENGAN KECEMASAN
EKSISTENSIAL PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR
REGULER 1 FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS
MERCU BUANA**



Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S1) pada
Program Studi Psikologi

Oleh:
UNIVERSITAS
SYIFA CAMELIA
MERCU BUANA
46119010048

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2024**

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Syifa Camelia

NIM : 46119010048

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Antara Resiliensi Dengan Kecemasan Eksistensial Pada Mahasiswa Semester Akhir Reguler 1 Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana

Pembimbing : Melani Aprianti, M.Psi., Psikolog.

Tanggal : Selasa, 2 April 2024

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian lapangan, 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, 2 April 2024



(Syifa Camelia)

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Syifa Camelia

NIM : 46119010048

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Resiliensi Dengan Kecemasan Eksistensial Pada Mahasiswa Semester Akhir Reguler 1 Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana

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 : Melani Aprianti, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0322048105

()

Ketua Penguji : Dr. Irfan Aulia Syaiful, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0330058304

()

Penguji 1 : Riblita Damayanti, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0328128702


()

UNIVERSITAS
MERCU BUANA
Jakarta, 2 April 2024
Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi


Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi


Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, Puji dan Syukur kita panjatkan kepada Allah Subhanahu Wata'ala yang hanya kepada-Nya memohon pertolongan. Alhamdulillah atas segala pertolongan, rahmat, dan kasih sayang-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara Resiliensi dengan Kecemasan Eksistensial Mahasiswa semester akhir regular 1 Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana”

Penulis menyadari banyak pihak yang memberikan dukungan dan bantuan selama menyelesaikan studi dan tugas akhir ini. Oleh karena itu, sudah sepantasnya penulis dengan penuh hormat mengucapkan terima kasih dan mendoakan semoga Allah memberikan balasan terbaik kepada:

1. Bapak Prof. 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 Yenny, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Ibu Prahastia Kurnia Putri S.Psi., M.Psi dan Bapak Dhani Irmawan S.Psi., M.Sc selaku Sekretaris Program Studi Universitas Mercu Buana.
6. Ibu Melani Aprianti M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing skripsi yang telah menyediakan waktu, tenaga,pikiran untuk mengarahkan, mendukung, memberi masukan dan kesabarannya kepada penulis dalam proses penyusunan skripsi.
7. Bapak Dr. Irfan Aulia Syaiful, M.Psi., Psikolog dan Ibu Riblita M.Psi., Psikolog selaku penguji dalam sidang skripsi penulis.
8. Kedua Orang Tua penulis tercinta yaitu Bapak Misbah Hidayat dan Ibu Kurniasih yang kasih sayangnya sangat berlimpah bagi penulis, selalu mendukung baik secara moral dan material, selalu mendoakan penulis. Semoga karya ini dapat menjadi salah satu kebanggaan Bapak dan Ibu penulis.
9. Untuk Kakak-kakak penulis Hardini Kurniawati S.Ikom, Winda Harlina SE, dan Hardi Hidayat ST. Terima kasih sudah membantu baik moral dan material serta menjadi contoh yang baik bagi adiknya.
10. Untuk kedua keponakan penulis Zayna dan Kyowi. Terima Kasih sudah menjadi mood booster penulis
11. Untuk para sahabat-sahabat seperjuangan penulis sejak maba Marcella Vienna S.Psi, Annisa Alfara S.Psi, Kyrei Vixy S.Psi, Riyan Rostyana S.Psi dan Ajeng Try S.Psi telah banyak membantu dan mendukung penulis
12. Untuk Ismi Mardiah S.Pd, Nesya Asriani S.S, Cesara Bunga S.Psi yang selalu memberikan kebahagiaan dan mendukung penulis

13. Untuk Febby Lestari SE, Dhia Nurrohmah S.Sos, Ruwaida Azzahra SH dan Kholisna yang selalu menemani penulis dari masa sekolah.
14. Untuk Group NCT Dream (Jaemin, Jen0, Mark, Haechan, Jisung, Chenle dan Renjun) yang telah memberikan pengaruh positif , inspirasi, motivasi kepada penulis secara tidak langsung dengan hasil karya indahnnya.
15. Untuk author @icedchocomilk, @titikfiksi, @perfectlyfine, @poplikesugar dan @piropeer yang telah menemani penulis, memberikan motivasi kepada penulis secara tidak langsung dengan hasil karya tulisan yang indahnnya.
16. *Last but not least*, terima kasih untuk diri saya sendiri karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tak pernah memutuskan menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.

Akhir kata penulis menyadari bahwa tidak ada yang sempurna, penulis masih melakukan kesalahan dalam penyusunan skripsi. Oleh karena itu, penulis meminta maaf yang sedalam-dalamnya atas kesalahan yang dilakukan penulis.

Peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan dapat dijadikan referensi demi pengembangan kearah yang lebih baik. Kebenaran datangnya dari Allah dan kesalahan datangnya dari diri penulis. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan Rahmat dan Ridho-Nya kepada kita semua.



UNIVERSITAS
MERCU BUANA Jakarta

Syifa Camelia

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademis Universitas Mercu Buana, saya bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Syifa Camelia
NIM : 46119010048
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Antara Resiliensi Dengan Kecemasan Eksistensial Pada Mahasiswa Semester Akhir Reguler 1 Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana
Pembimbing : Melani Aprianti, M.Psi., Psikolog.

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, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mencantumkan, nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 2 April 2024

Yang menyatakan,



(Syifa Camelia)

**HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DENGAN KECEMASAN
EKSISTENSIAL MAHASISWA SEMESTER AKHIR REGULER 1
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MERCU BUANA**

ABSTRAK

Syifa Camelia

46119010048

Melani Aprianti, M.Psi., Psikolog

Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana

Kecemasan eksistensial menjadi fenomena yang signifikan dalam kehidupan mahasiswa saat ini. Kecemasan ini dapat timbul akibat mahasiswa merasakan tekanan, pesimis dan tidak semangat dalam perkuliahan, hal tersebut dapat muncul karena tingkat resiliensi mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dengan kecemasan eksistensial mahasiswa aktif semester akhir reguler 1 Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Responden penelitian ini sebanyak 152 mahasiswa aktif semester akhir reguler 1 Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana dengan teknik pengambilan data yaitu Accidental Sampling. Hasil analisis dengan metode korelasi Spearman antara resiliensi dengan kecemasan eksistensial yaitu diketahui nilai signifikansi sebesar 0.037, karena nilai sig. lebih kecil dari 0.05, $0.037 > 0.05$ maka artinya terdapat hubungan yang signifikan antara variabel resiliensi (X) dengan variabel kecemasan eksistensial dan diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,069 dengan alat bantu *SPSS 22.0 for windows*, yang berarti hubungan yang sangat lemah dan antara kedua variabel nya memiliki hubungan yang negatif. Penelitian ini diharapkan menjadi acuan bagi mahasiswa agar tetap menjaga tingkat resiliensinya dan dapat memberikan pengetahuan untuk pengembangan resiliensi untuk mengelola tingkat kecemasan eksistensialnya.

Kata Kunci: Resiliensi, Kecemasan Eksistensial, Mahasiswa

**THE RELATIONSHIP BETWEEN RESILIENCE AND
EXISTENTIAL ANXIETY OF FINAL SEMESTER STUDENTS
REGULAR 1 FACULTY OF PSYCHOLOGY, MERCU BUANA
UNIVERSITY**

ABSTRAK

Syifa Camelia

46119010048

Melani Aprianti, M.Psi., Psikolog

Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana

Existential anxiety is a significant phenomenon in the lives of students today. This anxiety can arise due to students feeling pressure, pessimism and lack of enthusiasm in lectures, this can arise due to the level of student resilience. This study aims to determine the relationship between resilience and existential anxiety of active students in the final semester of regular 1 Faculty of Psychology, Universitas Mercu Buana. This research uses quantitative methods. Respondents of this study were 152 active students in the final semester of regular 1 Faculty of Psychology, Universitas Mercu Buana with data collection techniques, namely Accidental Sampling. The results of the analysis with the Spearman correlation method between resilience and existential anxiety are known to have a significance value of 0.037, because the sig. is smaller than 0.05, $0.037 < 0.05$, it means that there is a significant relationship between the resilience variable (X) and the existential anxiety variable and the correlation coefficient value is -0.069 with the help of SPSS 22.0 for windows, which means a very weak relationship and between the two variables has a negative relationship. This research is expected to be a reference for students to maintain their level of resilience and can provide knowledge for the development of resilience to manage their level of existential anxiety.

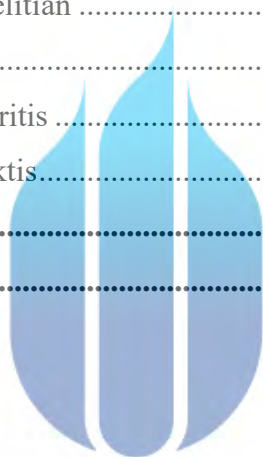
Keywords: Resilience, Existential Anxiety, College Students

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
ABSTRAK	vii
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Kecemasan Eksistensial	8
2.1.1 Pengertian Kecemasan Eksistensial	8
2.1.2 Dimensi Kecemasan Eksistensial.....	8
2.1.3 Faktor yang mempengaruhi Kecemasan Eksistensial	9
2.2 Resiliensi	10
2.2.1 Pengertian Resiliensi	10
2.2.2 Dimensi Resiliensi.....	11
2.2.3 Dampak Resiliensi.....	13
2.3 Penelitian Terdahulu	14
2.4 Dinamika Antar Variabel	22

2.5	Kerangka Berpikir	23
2.6	Hipotesis Penelitian.....	24
BAB III METODE PENELITIAN		25
3.1	Metode dan Desain Penelitian.....	25
3.2	Identifikasi Variabel.....	25
3.3	Populasi dan Sampel	25
3.3.1	Populasi	25
3.3.2	Sampel.....	25
3.4	Definisi Operasional Variabel.....	26
3.4.1	Kecemasan Eksistensial	26
3.4.2	Resiliensi	27
3.5	Populasi dan Sampel	27
3.5.1	Populasi	27
3.5.2	Sampel.....	27
3.5.3	Teknik Sampling	27
3.6	Teknik Pengumpulan Data.....	28
3.7	Instrumen Penelitian.....	28
3.7.1	Skala Resiliensi	28
3.7.1	Skala Kecemasan Eksistensial.....	29
3.8	Try Out.....	30
3.9	Analisis Data Deskriptif.....	33
3.9.1	Uji Statistik Deskriptif.....	33
3.10	Uji Kualitas Instrumen	33
3.10.1	Uji Reliabilitas.....	33
3.10.2	Uji Validitas	33
3.10.3	Uji Hipotesa.....	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		35
4.1	Pelaksanaan Penelitian	35
4.2	Gambaran Umum Responden	35
4.2.1	Gambaran Umum Responden Berdasarkan Usia.....	35
4.2.2	Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jenis Kelamin....	36
4.3	Analisis Deskriptif.....	36

4.3.1	Skor Total	36
4.3.2	Kategorisasi	37
4.4	Uji Normalitas	39
4.5	Uji Hipotesis.....	40
4.5.1	Uji Korelasi	40
4.5.2	Uji Korelasi Antar Dimensi Resiliensi dengan Dimensi Kecemasan Eksistensial	41
4.6	Pembahasan.....	44
BAB V	PENUTUP	48
5.1	Kesimpulan	48
5.2	Keterbatasan Penelitian	48
5.3	Saran	48
5.3.1	Saran Teoritis	48
5.3.2	Saran Praktis.....	48
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN	53



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Jurnal Penelitian Terdahulu	14
Tabel 3.1 Penentuan Jumlah Sampel oleh Gill et al (2010).....	25
Tabel 3.3 Blue Print The Existential Concerns Questionnaire (ECQ).....	30
Tabel 3.6 Hasil Analisa Item Variabel Kecemasan Eksistensial	30
Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Kecemasan Eksistensial	31
Tabel 3.4 Hasil Analisa Item Variabel Resiliensi	32
Tabel 3.5 Hasil Uji Reliabilitas Resiliensi	32
Tabel 4.1 Output Usia	35
Tabel 4.2 Output Jenis Kelamin	36
Tabel 4.3 Descriptive Statistics	37
Tabel 4.4 Kategorisasi Hipotetik Kecemasan Eksistensial	37
Tabel 4.5 Kategorisasi Hipotetik Resiliensi.....	38
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas	39
Tabel 4. 7 Hasil Uji Korelasi.....	41
Tabel 4. 8 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi Resiliensi dengan Kecemasan Eksistensial.....	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Q-Q Plot Resiliensi.....	39
Gambar 4. 2 Q-Q Plot Kecemasan Eksistensial.....	40



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Expert Judgement Alat Ukur	53
Lampiran 2 Daftar Pertanyaan	73
Lampiran 3 Tabulasi Data.....	78

