



**HUBUNGAN KESADARAN DIRI DENGAN RESILIENSI  
AKADEMIK MAHASISWA UNIVERSITAS MERCU BUANA**

**SKRIPSI**



**CASTRELLA  
46121010003**

**UNIVERSITAS  
MERCU BUANA**

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

**2025**



**HUBUNGAN KESADARAN DIRI DENGAN RESILIENSI  
AKADEMIK MAHASISWA UNIVERSITAS MERCU BUANA**

**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan  
Program Sarjana (S1) Pada Program Studi Psikologi**

**CASTRELLA  
46121010003**

**UNIVERSITAS  
MERCU BUANA**

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

**2025**

## HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Castrella  
NIM : 46121010003  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Hubungan Kesadaran Diri Dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa Universitas Mercu Buana

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.

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

Jakarta, 4 Februari 2025



Castrella

## HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Castrella

NIM : 46121010003

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Kesadaran Diri Dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa 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 : Erna Multahada, M.Si.

NIDN : 0315038002

(  )

Ketua Penguji : Yenny, M.Psi., Psikolog

NIDN : 0324048702

(  )

Penguji 1 : Nurul Adiningtyas, M.Psi., Psikolog

NIDN : 0308098203

(  )

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

Jakarta, 4 Februari 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Kesadaran Diri dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa Universitas Mercu Buana” dengan baik. Skripsi ini disusun bertujuan untuk memenuhi syarat guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S1) di Universitas Mercu Buana.

Skripsi ini dapat diselesaikan karena penulis mendapat bantuan, bimbingan dan dukungan dari semua pihak, sehingga semua kendala yang dihadapi dalam penyusunan skripsi ini dapat diatasi dengan baik. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang setulusnya 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, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Erna Multahada, S.HI., S.Psi., M.Si. selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini. Beliau telah banyak sekali membantu dalam proses pengerjaan dari awal hingga akhir, serta selalu sigap dalam menjawab pertanyaan serta mengatasi kendala yang saya hadapi, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
5. Ibu Yenny, S. Psi., M. Psi., Psikolog selaku Ketua Penguji Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
6. Ibu Nurul Adiningtyas, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Penguji Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
7. Kedua orang tua serta saudara-saudari saya Egi, Edo, dan Ica yang selalu mendoakan serta memberikan semangat dan dukungan selama proses kuliah dan penyusunan skripsi ini.
8. Kepada semua pihak yang terlibat dan ikut serta membantu dalam penyebaran kuesioner, serta kepada seluruh rekan-rekan yang tidak dapat disebutkan satu

per satu, yang telah bersedia mengisi kuesioner dan memberikan bantuan selama proses pengerjaan, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 4 Februari 2025



Castrella



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

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

Nama : Castrella  
NIM : 46121010003  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Hubungan Kesadaran Diri Dengan Resiliensi Akademik  
Mahasiswa Universitas Mercu Buana

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, 4 Februari 2025



(Castrella)

## ABSTRAK

Nama : Castrella  
NIM : 46121010003  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Hubungan Kesadaran Diri dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa Universitas Mercu Buana  
Pembimbing : Erna Multahada, M.Si

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesadaran diri dan resiliensi akademik mahasiswa Universitas Mercu Buana. Fokus penelitian ini adalah untuk memberikan wawasan yang berguna dalam meningkatkan resiliensi akademik dan membantu mahasiswa menghadapi tekanan serta kesulitan di dunia perkuliahan. Resiliensi akademik merujuk pada kemampuan mahasiswa untuk mengatasi berbagai rintangan, termasuk stres akademik, isu pribadi, atau kondisi lingkungan yang tidak mendukung, sedangkan kesadaran diri adalah proses mengenali dan memahami perasaan, pikiran, dan perilaku yang dapat memengaruhi diri sendiri dan orang lain. Partisipan penelitian ini terdiri dari 343 mahasiswa Universitas Mercu Buana yang dipilih dengan teknik *accidental sampling*. Resiliensi akademik diukur menggunakan *Academic Resilience Scale-30 (ARS-30)*, sementara kesadaran diri diukur dengan *Situational Self-Awareness Scale (SSAS)*. Data dianalisis menggunakan korelasi *Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan nilai  $r = 0,376$  dan  $p = 0,000$ , yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kesadaran diri dengan resiliensi akademik. Kesimpulannya, terdapat hubungan positif antara kesadaran diri dan resiliensi akademik mahasiswa Universitas Mercu Buana. Berdasarkan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan kesadaran diri dengan resiliensi akademik mahasiswa Universitas Mercu Buana.

**Kata Kunci:** Kesadaran Diri, Resiliensi Akademik



## ABSTRACT

Name : Castrella  
NIM : 46121010003  
Study Program : Psikologi  
Title of Thesis : The Relationship Between Self-Awareness and Academic Resilience Among College Students of Mercu Buana University  
Counsellor : Erna Multahada, M.Si

This study aims to examine the relationship between self-awareness and academic resilience among college students at Mercu Buana University. The focus of this research is to provide insights that could help enhance academic resilience and assist students in coping with the pressures and challenges they face in academic life. Academic resilience refers to the ability of students to overcome various obstacles, including academic stress, personal issues, or unsupportive environmental conditions, while self-awareness is the process of recognizing and understanding one's emotions, thoughts, and behaviors that can affect oneself and others. The participants in this study consisted of 343 students from Mercu Buana University, selected using accidental sampling. Academic resilience was measured using the Academic Resilience Scale-30 (ARS-30), while self-awareness was assessed using the Situational Self-Awareness Scale (SSAS). Data were analyzed using Spearman's correlation. The results revealed an  $r = 0.376$  and  $p = 0.000$ , indicating a significant relationship between self-awareness and academic resilience. In conclusion, there is a positive relationship between self-awareness and academic resilience among students at Mercu Buana University. Based on these findings, it can be concluded that self-awareness is related to academic resilience among students at Mercu Buana University.

**Keywords:** Self-Awareness, Academic Resilience

## 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
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
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
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>8</b>
2.1 Resiliensi Akademik.....	8
2.1.1 Pengertian Resiliensi Akademik .....	8
2.1.2 Dimensi-Dimensi Resiliensi Akademik.....	8
2.1.3 Faktor-faktor yang Memengaruhi Resiliensi Akademik.....	9
2.2 Kesadaran Diri.....	11
2.2.1 Pengertian Kesadaran Diri .....	11
2.2.2 Dimensi-Dimensi Kesadaran Diri .....	12
2.3 Penelitian Terdahulu.....	12
2.4 Dinamika Penelitian.....	24
2.5 Kerangka Berpikir .....	25

2.6 Hipotesis Penelitian .....	26
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>
3.1 Desain Penelitian .....	27
3.2 Populasi dan Sampel.....	27
3.2.1 Populasi .....	27
3.2.2 Sampel.....	28
3.3 Definisi Operasional .....	28
3.4 Instrumen Penelitian .....	29
3.4.1 Alat ukur Resiliensi Akademik .....	30
3.4.2 Alat ukur Kesadaran Diri .....	31
3.4.3 Teknik Pengumpulan Data .....	33
3.5 Teknik Analisis Data .....	33
3.5.1 Uji Validitas .....	33
3.5.2 Uji Reliabilitas.....	34
3.5.3 Uji Asumsi Klasik .....	34
3.5.4 Uji Hipotesis.....	35
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>36</b>
4.1 Gambaran Umum Responden.....	36
4.2 Deskripsi Demografi.....	36
4.3 Analisis Deskriptif Variabel Penelitian .....	38
4.3.1 Hasil Uji Deskriptif Variabel Kesadaran Diri .....	38
4.3.2 Hasil Uji Deskriptif Dimensi Variabel Kesadaran Diri .....	39
4.3.3 Hasil Uji Deskriptif Variabel Resiliensi Akademik .....	40
4.3.4 Hasil Uji Deskriptif Dimensi Variabel Resiliensi Akademik .....	40
4.4 Analisis Deskriptif Keseluruhan Variabel .....	41
4.5 Hasil Uji Asumsi .....	42
4.6 Hasil Uji Hipotesis.....	43
4.6.1 Uji Korelasi <i>Spearman's Rank</i> .....	43
4.6.2 Uji Korelasi Dimensi Kesadaran Diri dan Resiliensi Akademik .....	44
4.7 Pembahasan .....	45
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>51</b>
5.1 Kesimpulan .....	51

5.2 Keterbatasan Penelitian .....	51
5.3 Saran .....	51
5.3.1 Saran Teoritis .....	51
5.3.2 Saran Praktis.....	52
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>53</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>56</b>



UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu .....	12
Tabel 3.1 Skala Likert Resiliensi Akademik.....	29
Tabel 3.2 Skala Likert Kesadaran Diri.....	29
Tabel 3.3 <i>Blue Print</i> Skala Resiliensi Akademik.....	31
Tabel 3.4 <i>Blue Print</i> Skala Kesadaran Diri.....	32
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas.....	33
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas.....	34
Tabel 4.1 Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	36
Tabel 4.2 Data Responden Berdasarkan Usia .....	36
Tabel 4.3 Data Responden Berdasarkan Fakultas.....	37
Tabel 4.4 Data Responden Berdasarkan Semester.....	38
Tabel 4.5 Deskriptif Statistik Kesadaran Diri .....	38
Tabel 4.6 Rumus Kategori Variabel Kesadaran Diri .....	39
Tabel 4.7 Deskriptif Statistik Dimensi Kesadaran Diri .....	39
Tabel 4.8 Deskriptif Statistik Resiliensi Akademik.....	40
Tabel 4.9 Rumus Kategori Variabel Resiliensi Akademik .....	40
Tabel 4.10 Deskriptif Statistik Dimensi Resiliensi Akademik .....	41
Tabel 4.11 Keseluruhan Variabel Penelitian.....	41
Tabel 4.12 Uji Normalitas.....	42
Tabel 4.13 Hasil Uji Korelasi.....	43
Tabel 4.14 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi.....	44

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....	26
------------------------------------	----



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian.....	57
Lampiran 2 Hasil Uji Reliabilitas dan Validitas .....	62
Lampiran 3 Hasil Uji Analisis Dekriptif.....	66
Lampiran 4 Hasil Uji Kategorisasi.....	67
Lampiran 5 Hasil Uji Normalitas.....	67
Lampiran 6 Hasil Uji Korelasi .....	67
Lampiran 7 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi .....	68
Lampiran 8 Hasil Uji Plagiarisme.....	68

