



**PENGARUH *GRATITUDE* TERHADAP RESILIENSI DALAM
MENGHADAPI TEKANAN TUGAS PADA ANGGOTA
YONWALPROTNEG PASPAMPRES**

LAPORAN SKRIPSI

**SHERLY INTANRI ERMAWAN
46120120034**

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI S1
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2025**



**PENGARUH *GRATITUDE* TERHADAP RESILIENSI DALAM
MENGHADAPI TEKANAN TUGAS PADA ANGGOTA
YONWALPROTNEG PASPAMPRES**

LAPORAN SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat guna Memperoleh Gelar Sarjana

SHERLY INTANRI ERMAWAN

46120120034

**PROGRAM STUDI S1
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2025**

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sherly Intanri Ermawan
NIM : 46120120034
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh *Gratitude* terhadap Resiliensi dalam Menghadapi Tekanan Tugas pada Anggota Yonwalprotneg Paspamres

Menyatakan bahwa Laporan Skripsi ini ialah 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 Laporan Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 21 Juli 2025

UNIVERSITAS
MERCU BUANA



Sherly Intanri Ermawan

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Sherly Intanri Ermawan

NIM : 46120120034

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Pengaruh Gratitude Terhadap Resiliensi Dalam Menghadapi Tekanan Tugas Pada Anggota Yonwalprotneg Paspampres

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 : Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0315099102

()

Ketua Penguji : Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0324068701

()

Penguji 1 : Aulia Kirana, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0327048904

()

Jakarta, 21 Juli 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, saya dapat menyelesaikan Laporan Skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Gratitude terhadap Resiliensi dalam Menghadapi Tekanan Tugas pada Anggota Yonwalprotneg Paspampres”. Penulisan laporan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Saya menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan berjalan lancar tanpa bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa syukur dan hormat, saya ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan kontribusi dalam penyusunan skripsi ini, baik secara langsung maupun tidak langsung. Ucapan terima kasih saya sampaikan secara khusus kepada:

1. Bapak Prof. Dr. 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., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Psikologi yang telah memberikan arahan selama proses perkuliahan.
4. Ibu Prahastia Kurnia Putri, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing yang telah dengan sabar membimbing, mengarahkan, serta memberikan waktu dan tenaga dalam proses penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Raden Ahmad Idham, A.Md., S.Sos., S.Th.I., M.M., dan Ibu Rizki Dawanti, S.Psi., M.Psi., selaku pembimbing akademik yang telah memberikan arahan, motivasi, serta bimbingan selama saya menjalani perkuliahan hingga proses penyusunan skripsi.
6. Bapak H. Herry Ardianto, S.E., sosok panutan dan support system terbaik dalam hidup saya. Dari beliau saya belajar arti keteguhan, kerja keras, dan kasih sayang yang tidak terbatas. Terima kasih atas segala dorongan moral dan spiritual yang menjadi kekuatan besar dalam perjalanan akademik saya.
7. Papah Dadang Ermawan, kakak saya Henry Irawan dan Teh Yennily, adik saya Rafly Faisal serta putra-putrinya Nabily, Latisha, dan Jessila, atas doa, cinta, dan dukungan yang tiada henti sepanjang perjalanan ini.
8. Letkol Cpm Fortunata Okto Femula, S.H., M.Si., M.Han., selaku Komandan Batalyon Pengawalan Protokol Negara Paspampres, yang telah memberikan izin dan dukungan sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan lancar.

9. Kapten Cpm Didik Sukristiono, S.H., Sertu Aji Pamawas Yusuf Bachtiar, S.H., dan Serka Tris Sutianto, beserta seluruh anggota Yonwalprotneg Paspampres yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan data yang sangat berharga dalam penelitian ini.
10. Rekan-rekan mahasiswa Psikologi Universitas Mercu Buana Warung Buncit Angkatan 2021 atau Angkatan 48, yaitu Lisani, Vinessa, Anggia, Arki, Dwi Putri, Adrian, dan ABS. Terima kasih atas kebersamaan dan semangat yang selalu kalian hadirkan selama masa studi.
11. Sahabat-sahabat terbaik saya, yaitu Pak Indra, Mbak Dita, Mas Rizky, Mbak Anggi, Mbak Intan, serta keponakan tersayang Geogia, yang telah memberikan doa, dukungan, dan kehangatan selama saya menyelesaikan tugas akhir ini.
12. Seluruh pihak lainnya yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu, namun telah memberikan bantuan, doa, serta motivasi yang begitu berarti.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa membalas segala bentuk kebaikan yang telah diberikan oleh semua pihak. Semoga skripsi ini dapat memberikan kontribusi positif dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang psikologi positif dan ketahanan mental dalam lingkungan kerja militer.

Jakarta, 21 Juli 2025



Sherly Intanri Ermawan

U N I V E R S I T A S
M E R C U B U A N A

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

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

Nama : Sherly Intanri Ermawan
NIM : 46120120034
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh *Gratitude* terhadap Resiliensi dalam Menghadapi Tekanan Tugas pada Anggota Yonwalprotneg Paspamres

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui guna 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 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, 21 Juli 2025

Yang menyatakan,



Sherly Intanri Ermawan

ABSTRAK

Nama : Sherly Intanri Ermawan
NIM : 46120120034
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh *Gratitude* terhadap Resiliensi dalam Menghadapi Tekanan Tugas pada Anggota Yonwalprotneg Paspampres
Pembimbing : Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog

Anggota militer di lingkungan tugas bertekanan tinggi, seperti Yonwalprotneg Paspampres, dituntut memiliki ketahanan psikologis yang kuat guna menjalankan tugas negara dengan optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *gratitude* terhadap resiliensi dalam menghadapi tekanan tugas pada anggota Batalyon Pengawalan Protokoler Negara (Yonwalprotneg) Pasukan Pengamanan Presiden (Paspampres). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis regresi linear. Sebanyak 205 responden dipilih menggunakan teknik *convenience sampling*, dengan kriteria anggota aktif yang telah bertugas minimal satu tahun. Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Gratitude Questionnaire-Six Item Form (GQ-6)* untuk mengukur *gratitude*, dan *Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)* untuk mengukur resiliensi psikologis. Hasil analisis menunjukkan bahwa *gratitude* berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi, dengan kontribusi sebesar 59,5%. Temuan ini menunjukkan bahwa individu dengan tingkat *gratitude* yang lebih tinggi memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi tekanan dan menjaga stabilitas mental selama menjalankan tugasnya.

Kata kunci: *gratitude*, resiliensi, tekanan tugas, Yonwalprotneg Paspampres, psikologi militer

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

ABSTRACT

Name : Sherly Intanri Ermawan
NIM : 46120120034
Study Program : Psychology
Titile Thesis Report : *The Effect of Gratitude on Resilience in Facing Task Pressure Among Yonwalprotneg Paspampres Members*
Counsellor : Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog

Military personnel operating in high-pressure environments, such as those in the State Protocol Escort Battalion (Yonwalprotneg) of the Presidential Security Force (Paspampres), are required to possess strong psychological resilience to perform their duties effectively. This study aims to examine the effect of gratitude on resilience in facing task pressure among Yonwalprotneg Paspampres members. A quantitative approach was employed using linear regression analysis. The study involved 205 respondents selected through convenience sampling, with the criteria being active members who have served for at least one year. The instruments used were the Gratitude Questionnaire–Six Item Form (GQ-6) to measure gratitude and the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) to assess psychological resilience. The results indicate that gratitude has a positive and significant effect on resilience, contributing 59.5% to the variation in resilience scores. These findings suggest that individuals with higher levels of gratitude tend to have greater ability to cope with pressure and maintain mental stability while carrying out their duties.

Keywords: gratitude, resilience, task pressure, Yonwalprotneg Paspampres, military psychology

U N I V E R S I T A S
M E R C U B U A N A

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	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	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Resiliensi	8
2.1.1 Definisi Resiliensi.....	8
2.1.2 Aspek Resiliensi	9
2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi	10
2.2 <i>Gratitude</i>	11
2.2.1 Definisi Kebesyukur (Gratitude)	11
2.2.2 Aspek <i>Gratitude</i>	12
2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Gratitude</i>	13
2.3 Yonwalprotneg (Batalyon Pengawasan Protokol Kenegaraan).....	14
2.3.1 Pengertian dan Posisi Yonwalprotneg dalam Struktur TNI.....	14

2.3.2 Resiliensi pada Tentara	15
2.4 Penelitian Terdahulu	16
2.5 Kerangka Berpikir	21
2.6 Hipotesis	23
BAB III METODE PENELITIAN	24
3.1 Desain Penelitian	24
3.2 Populasi dan Sampel	24
3.2.1 Populasi	24
3.2.2 Sampel	24
3.3 Definisi Operasional	25
3.3.1 Gratitude	25
3.3.2 Resiliensi	26
3.4 Instrumen Penelitian	26
3.4.1 Skala Gratitude	27
3.4.2 Skala Resiliensi	28
3.5 Validitas dan Reliabilitas	28
3.5.1 Validitas	29
3.5.2 Reliabilitas	30
3.6 Analisis Data yang Digunakan	32
3.6.1 Analisis Deskriptif	32
3.6.2 Analisis Inferensial	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	35
4.1 Karakteristik Responden	35
4.2 Statistik Deskriptif Variabel Penelitian	37
4.2.1 Kategorisasi Skor Variabel Penelitian	38
4.2.2 Kategorisasi Hipotetik Variabel Gratitude	39
4.2.3 Kategorisasi Hipotetik Variabel Resiliensi	40
4.3 Uji Asumsi Klasik	40
4.3.1 Uji Normalitas	40
4.3.2 Uji Multikolinearitas	42
4.3.3 Uji Heterokedastisitas	42
4.3.4 Uji Linearitas	44

4.4 Uji Korelasi	45
4.5 Uji Hipotesis	46
4.5.1 Uji Koefisien Determinasi	47
4.6 Diskusi.....	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	50
5.1 Kesimpulan.....	50
5.2 Keterbatasan Penelitian	50
5.3 Saran.....	51
5.3.1 Saran Teoritis.....	51
5.3.2 Saran Praktis	52
DAFTAR PUSTAKA.....	53
LAMPIRAN	56



U N I V E R S I T A S
M E R C U B U A N A

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu.....	17
Tabel 3.1 Isaac dan MichaelTabel Penentuan Jumlah Sampel Isaac dan Michael guna Tingkat Kesalahan 1%, 5% dan 10%	25
Tabel 3.2 Bobot Nilai Skala Likert.....	27
Tabel 3.3 Blue Print Gratitude.....	27
Tabel 3.4 Blue Print Skala Resiliensi	28
Tabel 3.5 Interpretasi Alpha Cronbach	31
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas	31
Tabel 4.1 Karakteristik Responden	35
Tabel 4.2 Statistik Deskriptif Variabel Penelitian.....	37
Tabel 4.3 Kategori Skor Variabel Penelitian.....	39
Tabel 4.4 Kategori Variabel Gratitude	39
Tabel 4.5 Kategori Variabel Resiliensi.....	40
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas.....	41
Tabel 4.7 Uji Multikolinearitas.....	42
Tabel 4.8 Hasil Uji Glejser.....	43
Tabel 4.9 Uji Linearitas	44
Tabel 4.10 Hasil Uji Korelasi.....	45
Tabel 4.11 Koefisien Regresi	46
Tabel 4.12 Uji Koefisien Determinasi.....	47

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	22
Gambar 4.1 Histogram Uji Normalitas	41
Gambar 4.2 <i>Scatter Plot</i>	43



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Data Penelitian (Demografis).....	57
Lampiran 2. Data Penelitian (Kuesioner).....	62
Lampiran 3. Karakteristik Responden.....	76
Lampiran 4. Statistik Deskriptif	77
Lampiran 5. Uji Normalitas.....	79
Lampiran 6. Uji Multikolinearitas	80
Lampiran 7. Uji Heterokedastisitas	81
Lampiran 8. Uji Linieritas	81
Lampiran 9. Uji Korelasi.....	82
Lampiran 10. Analisis Regresi	82

