



**HUBUNGAN ANTARA KETERAMPILAN MENGATASI
KONFLIK DENGAN RESILIENSI DALAM PERNIKAHAN
PASANGAN DEWASA AWAL
DI JAKARTA BARAT**

SKRIPSI

**ELSA NABILA
NIM. 46120120017**

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

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



**HUBUNGAN ANTARA KETERAMPILAN MENGATASI
KONFLIK DENGAN RESILIENSI DALAM PERNIKAHAN
PASANGAN DEWASA AWAL
DI JAKARTA BARAT**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana (S1) Pada Program Studi Psikologi

**ELSA NABILA
NIM. 46120120017**

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

HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Elsa Nabila

NIM : 46120120017

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Antara Keterampilan Mengatasi Konflik Dengan Resiliensi Dalam Pernikahan Dewasa Awal Di Jakarta Barat

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

Jakarta, 30 Juli 2025



Elsa Nabila.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Elsa Nabila
NIM : 46120120017
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Keterampilan Mengatasi Konflik Dengan Resiliensi Dalam Pernikahan Pasangan Dewasa Awal Di Jakarta Barat

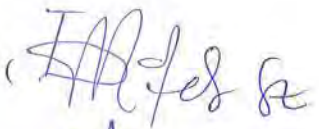
Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

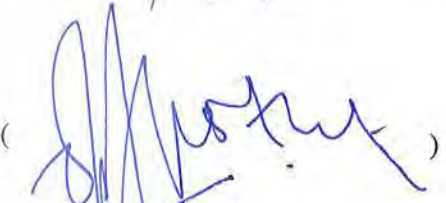
Disahkan oleh:

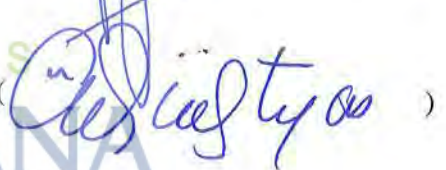
Pembimbing
NIDN : Erna Multahada, M.Si.
: 0315038002

Ketua Penguji
NIDN : Agustini, M.Psi., Psikolog
: 0308087008

Penguji 1
NIDN : Nurul Adiningtyas, M.Psi., Psikolog
: 0308098203

()

()

()

Jakarta, 19 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 kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Laporan Skripsi ini. Penulisan Laporan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Mercu Buana. Penulis menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai masa penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi penulis untuk menyelesaikan Laporan Skripsi ini. Oleh karena itu, s 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
3. Ibu Karisma Riskinanti, M. Psi., P.si, selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Erna Multahada, S.HI., S.Psi., M.Si selaku Dosen Pembimbing saya yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan penulis dalam penyusunan skripsi.
5. Ibu Agustini, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Penguji Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya
6. Ibu Nurul Adiningtyas, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Penguji Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
7. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan ilmu, wawasan, dan bimbingan selama penulis menempuh studi.
8. Ibu Penulis tercinta, Ibu Luluk Jamalia, yang selalu memberikan kasih sayang, doa, dukungan moril maupun materil, serta menjadi sumber motivasi terbesar penulis.
9. Untuk anak penulis tersayang, Asheeqa, yang senyumnya selalu menjadi penguat di saat lelah, terima kasih telah memberi alasan bagi penulis untuk

tidak menyerah. Skripsi ini penulis persembahkan sebagai bukti cinta dan semangat untuk masa depan kita.

10. Penulis ucapkan terima kasih untuk Suami terkasih, yang selalu memberi semangat, selalu membantu, dan menjadi bagian penting dalam perjalanan studi penulis.
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dalam proses penyusunan skripsi ini.

Akhir kata, penulis mengharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat. Penulis pun berharap semoga penelitian ini dapat bermanfaat dan semoga Allah SWT memberi perlindungan bagi kita semua. Aamiin...

Wassalamu'alaikum, Wr.Wb.

Jakarta, 30 Juli 2025



Penulis



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

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

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

Nama : Elsa Nabila
NIM : 46120120017
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Antara Keterampilan Mengatasi Konflik Dengan Resiliensi Dalam Pernikahan Pasangan Dewasa Awal Di Jakarta Barat

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, 30 Juli 2025

Yang menyatakan,



ABSTRAK

Nama : Elsa Nabila
NIM : 46120120017
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Antara Keterampilan Mengatasi Konflik Dengan Resiliensi Dalam Pernikahan Pasangan Dewasa Awal Di Jakarta Barat
Pembimbing : Erna Multahada, M.Si.

Konflik dalam pernikahan seringkali menjadi pemicu utama kerentanan hubungan, dan kemampuan pasangan untuk mengelola konflik serta bangkit dari kesulitan menjadi krusial untuk keberlangsungan dan kualitas pernikahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keterampilan mengatasi konflik dengan resiliensi dalam pernikahan pasangan suami istri pada dewasa awal di Jakarta Barat. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional. Data dikumpulkan melalui kuesioner self-report menggunakan skala Conflict Resolution Styles Inventory (CRSI) untuk mengukur keterampilan mengatasi konflik dan Resilience Quotient Test (RQ Test) untuk mengukur resiliensi. uji hipotesis menggunakan korelasi Pearson. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa mayoritas responden (67.6%) memiliki keterampilan mengatasi konflik dalam kategori tinggi, dan sebagian besar (93.7%) menunjukkan kemampuan regulasi emosi dalam kategori rata-rata. Uji korelasi Pearson menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0.618 dengan nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.05$), yang mengindikasikan adanya korelasi positif yang kuat antara keterampilan mengatasi konflik dan resiliensi pernikahan. Terdapat hubungan positif yang signifikan dan kuat antara keterampilan mengatasi konflik dengan resiliensi dalam pernikahan pasangan dewasa awal di Jakarta Barat. Semakin tinggi keterampilan pasangan dalam mengatasi konflik, semakin tinggi pula tingkat resiliensi yang mereka miliki dalam menghadapi tantangan pernikahan. Temuan ini menekankan pentingnya pengembangan keterampilan manajemen konflik untuk membangun ketahanan emosional dan stabilitas hubungan dalam pernikahan.

Kata kunci: resiliensi, keterampilan mengatasi konflik, pasangan dewasa awal, CSIR, RQ-T

ABSTRACT

Name : Elsa Nabila
NIM : 46120120017
Study Program : Psychology
Title Thesis : The Relationship Between Conflict Management Skills and Resilience in Marriages of Young Adult Couples in West Jakarta
Counsellor : Erna Multahada, M.Si.

Conflict in marriage often serves as the primary trigger for relationship vulnerability, and a couple's ability to manage conflict and overcome difficulties is crucial for the sustainability and quality of their marriage. This study aims to investigate the relationship between conflict resolution skills and resilience in the marriages of young married couples in West Jakarta. This study employs a quantitative method with a correlational design. Data were collected through self-report questionnaires using the Conflict Resolution Styles Inventory (CRSI) scale to measure conflict resolution skills and the Resilience Quotient Test (RQ Test) to measure resilience. Hypothesis testing was conducted using Pearson's correlation. Descriptive analysis results indicate that the majority of respondents (67.6%) have high conflict resolution skills, and most (93.7%) demonstrate average emotional regulation abilities. Pearson's correlation test showed a correlation coefficient of 0.618 with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a strong positive correlation between conflict resolution skills and marital resilience. There is a significant and strong positive relationship between conflict resolution skills and resilience in the marriages of young adult couples in West Jakarta. The higher the couple's conflict resolution skills, the higher their level of resilience in facing challenges. There is a significant and strong positive relationship between conflict management skills and resilience in early adult marriages in West Jakarta. The higher the couple's conflict management skills, the higher their level of resilience in facing marital challenges. These findings emphasise the importance of developing conflict management skills to build emotional resilience and relationship stability in marriage.

Keywords: resilience, conflict resolution skills, young adult couples, CSIR, RQ-T

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	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 Perumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Resiliensi.....	6
2.1.1 Pengertian Resiliensi.....	6
2.1.2 Dimensi Resiliensi.....	7
2.2 Keterampilan Mengatasi Konflik.....	9
2.2.1 Pengertian Keterampilan Mengatasi Konflik	9
2.2.2 Faktor-faktor Keterampilan Mengatasi Konflik.....	10
2.2.3 Dimensi- Dimensi Keterampilan Mengatasi Konflik.....	11
2.3 Hasil Penelitian Terdahulu	13
2.4 Dinamika Hubungan antara Keterampilan Mengatasi Konflik dengan Resiliensi Pernikahan Dewasa Muda	18
2.5 Kerangka Penellitian	20
2.6 Hipotesis.....	20
BAB III METODE PENELITIAN.....	21
3.1 Desain Penelitian.....	21

3.2 Populasi dan Sampel	21
3.2.1 Populasi	21
3.2.2 Sampel	21
3.3 Definisi Operasional	23
3.3.1 Definisi Operasional Keterampilan Mengatasi Konflik	23
3.3.2 Definisi Operasional Resiliensi	23
3.4 Intrumen Penelitian	24
3.4.1 Skala Keterampilan Mengatasi Konflik	24
3.4.2 Skala Resillensi	25
3.5 Validitas dan Reliabilitas	27
3.5.1 Validitas	27
3.5.2 Reliabilitas & Analisis Item	27
3.6 Teknik Analisis Data	28
3.6.1 Uji Asumsi	28
3.6.2 Uji Hipotesis	28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	29
4.1 Gambaran Umum Subjek.....	29
4.2.1. Deskripsi Demografi Responden	29
4.1.1 Analisis Deskripsi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .	29
4.1.2 Analisis Deskripsi Responden Berdasarkan Usia	30
4.1.3 Analisis Deskripsi Responden Berdasarkan Pendidikan	30
4.1.4 Deskripsi Responden Berdasarkan Pekerjaan	31
4.1.5 Analisis Deskripsi Responden Berdasarkan Lama Menikah	32
4.1.6 Analisis Deskripsi Responden Berdasarkan Jumlah Anak ...	32
4.1.7 Analisis Deskripsi Responden Berdasarkan Status Tempat Tinggal.....	33
4.2 Hasil Penelitian	34
4.2.1 Analisis Deskriptif dan Kategorisasi	34
4.2.2 Uji Asumsi	38
4.2.3 Uji Hipotesis	39
4.3 Pembahasan	40
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	46
5.1 Kesimpulan	46
5.2 Keterbatasan Penelitian	46

5.3 Saran.....	48
5.3.1 Saran Teoritis.....	48
5.3.2 Saran Praktis.....	49
DAFTAR PUSTAKA.....	51
LAMPIRAN.....	54



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu.....	13
Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> skala Keterampilan Mengatasi Konflik (CSRI)	24
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> skala <i>Resillience Quotient Test</i> (RQ Test)	26
Tabel 3.3 Hasil Uji Reliabilitas	27
Tabel 4.1 Data Demografi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	29
Tabel 4.2 Data Demografi Responden Berdasarkan Usia	30
Tabel 4.3 Data Demografi Responden Berdasarkan Pendidikan	30
Tabel 4.4 Data Demografi Responden Berdasarkan Pekerjaan	31
Tabel 4.5 Data Demografi Responden Berdasarkan Lama Menikah	32
Tabel 4.6 Data Demografi Responden Berdasarkan Jumlah Anak	32
Tabel 4.7 Data Demografi Responden Berdasarkan Status Tempat Tinggal	33
Tabel 4.8 Hasil Analisis Statistik Deskriptif	34
Tabel 4.9 Hasil Analisis Hasil Distribusi Nilai Hipotetik	35
Tabel 4.10 Norma Kategori Variabel Keterampilan Mengatasi Konflik	36
Tabel 4.11 Hasil Kategori Variabel Keterampilan Mengatasi Konflik	37
Tabel 4.12 Norma Kategori Variabel Resiliensi	37
Tabel 4.13 Hasil Kategori Variabel Resiliensi.....	37
Tabel 4.14 Hasil Uji Normalitas.....	38
Tabel 4.15 Hasil Uji Homogenitas	39
Tabel 4.16 Kriteria Koefisien Korelasi	40
Tabel 4.17 Hasil Uji Korelasi Variabel X dan Y	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran	20
Gambar 3.1 Hasil G*Power Ukuran Sampel	22



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Expert Judgement	55
Lampiran 2 Skala Pengukuran Keterampilan Mengatasi Konflik	69
Lampiran 3 Skala Resillensi.....	72
Lampiran 4 Data Penelitian	76
Lampiran 5 Uji Kualitas Instrument.....	83
Lampiran 6 Gambaran Umum Responden.....	85
Lampiran 7 Analisis Deskriptif dan Kategorisasi	87
Lampiran 8 Uji Asumsi	93
Lampiran 9 Uji Hipotesis	94

