



**HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI KELUARGA DAN PSYCHOLOGICAL WELL
BEING PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MERCU BUANA**

TUGAS AKHIR

Oleh:

Marwah Daud Sunarya

46119010116

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2025



**HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI KELUARGA DAN PSYCOLOGICAL WELL
BEING PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MERCU BUANA**

TUGAS AKHIR

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

MARWAH DAUD SUNARYA

46119010116

**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 : Marwah Daud Sunarya

NIM : 46119010116

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : *“Hubungan Antara Resiliensi Keluarga dan Psychological Well Being Pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana”*

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.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 26 Agustus 2025



Marwah Daud Sunarya

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Marwah Daud Sunarya
NIM : 46119010116
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Resiliensi Keluarga dan Psychological Well Being Pada Mahasiswa

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

()

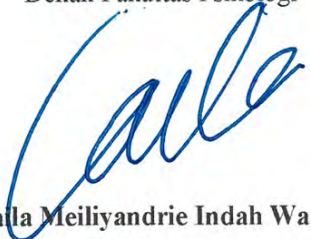
Penguji 1 : Ade Ubaidah, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0315068006

()

Jakarta, 25 Agustus 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi


Lalla Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi


Karisma Riskinan, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Resiliensi Keluarga dan Psychological Well Being Pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana” sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Strata satu (S1) pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan kali ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih serta penulis sampaikan skripsi ini kepada:

1. Prof. Dr. Andi Andriansyah, M.Eng, selaku Rektor Universitas Mercu Buana Jakarta
2. Laila Meiliandri Indah W.Ph.D, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
3. Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta
4. Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing Skripsi, yang dengan tulus membimbing, mengarahkan, dan mendukung penulis dalam proses penyusunan skripsi ini. Menjadi mahasiswi bimbingan Ibu merupakan sebuah kebanggaan dan anugerah tersendiri bagi penulis.
5. Penguji 1 dan Penguji 2 Terima kasih telah memberikan masukan, arahan, serta penilaian yang sangat berarti dalam proses sidang skripsi penulis.
6. Seluruh dosen Fakultas Psikologi yang sudah mengajarkan ilmu yang tak terhingga.
7. Kepada Alm. Otas Farida, terima kasih karena sudah menjadi nenek yang terbaik, mendidik penulis sampai sekarang, membuat penulis menjadi lebih dewasa dan menjadi lebih kuat dari sebelumnya.

8. Kepada Ibu Yanti, terima kasih yang tak terhingga atas segala pengorbanan dan ketegaran yang Ibu tunjukkan demi kebahagiaan anakmu. Terima kasih telah memilih untuk bertahan, menjaga keluarga tetap utuh, dan menjadi sosok ibu terbaik yang selalu hadir dengan cinta yang tak tergantikan.
9. Untuk Bapak Ade Sunarya, terima kasih telah menjadi sosok ayah yang selalu berusaha memenuhi segala kebutuhan anakmu dengan caramu sendiri. Walau tak banyak kata dan, perhatian namun selalu hadir dalam setiap usaha dan pengorbanan yang tak terlihat.
10. Kepada Nizar Prasetya, laki-laki yang senantiasa mendampingi penulis dalam proses penyusunan skripsi, penulis mengucapkan terima kasih atas bantuanmu yang selalu menemani, memberikan semangat dan mendukung pembuatan tugas akhir ini sampai selesai
11. Terima kasih untuk diri ini, yang tak pernah berhenti menyerah walaupun sering lelah dan mengeluh karena harus bekerja dan tetap memilih untuk lanjut, walaupun tidak selalu kuat. Yang akhirnya berhasil sampai di titik ini menjadi sebuah pencapaian yang tak hanya tentang skripsi, tapi tentang hidup itu sendiri.

Akhir kata, skripsi ini merupakan karya terbaik bagi penulis, meskipun penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun diharapkan untuk menjadi evaluasi di masa yang akan datang.

MERCU BUANA

Jakarta,

Marwah Daud Sunarya

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Marwah Daud Sunarya

NIM : 46119010116

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Resiliensi Keluarga dan Psychological Well Being Pada 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 Laporan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 06 September 2025

Yang menyatakan,



(Marwah Daud Sunarya)

ABSTRAK

Nama : Marwah Daud Sunarya
NIM : 46119010116
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Antara Resiliensi Keluarga dan Psychological Well Being Pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana
Pembimbing : Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog

Masa dewasa awal merupakan periode transisi yang penuh tantangan, di mana mahasiswa kerap mengalami tekanan akademik, sosial, dan emosional yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Salah satu faktor yang diyakini berperan penting dalam menjaga kesejahteraan tersebut adalah resiliensi keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi keluarga dengan *psychological well-being* pada mahasiswa Universitas Mercu Buana. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan sampel sebanyak 367 mahasiswa dari berbagai fakultas dan angkatan 2022–2024 yang ditentukan melalui tabel Morgan. Instrumen penelitian mencakup skala resiliensi keluarga dan skala *psychological well-being*. Hasil analisis menunjukkan bahwa 76,8% responden memiliki tingkat resiliensi keluarga yang tinggi dan 78,5% memiliki *psychological well-being* yang tinggi. Uji korelasi nonparametric Spearman menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara resiliensi keluarga dan *psychological well-being* ($r = 0,418$, $p = 0,000$). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi ketahanan keluarga yang dirasakan mahasiswa, semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis mereka. Penelitian ini menegaskan pentingnya peran keluarga dalam mendukung kesehatan mental mahasiswa, serta memberikan rekomendasi untuk memperkuat komunikasi dan dukungan dalam lingkungan keluarga.

Kata kunci: resiliensi keluarga, mahasiswa, dukungan keluarga, *psychological well being*.

ABSTRACT

Nama : Marwah Daud Sunarya
NIM : 46119010116
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Antara Resiliensi Keluarga dan Psychological Well Being Pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana
Pembimbing : Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog

Early adulthood is a challenging transitional period, during which students often experience academic, social, and emotional stress that can impact their psychological well-being. One factor believed to play a crucial role in maintaining this well-being is family resilience. This study aims to determine the relationship between family resilience and psychological well-being among students at Mercu Buana University. The study used a quantitative approach, with a population of 367 students from various faculties, from the 2022–2024 intake. The study sample consisted of 410 respondents, determined using a Morgan table. The research instruments included a family resilience scale and a psychological well-being scale. The analysis showed that 76.8% of respondents had high levels of family resilience and 78.5% had high levels of psychological well-being. A Pearson correlation test revealed a significant positive relationship between family resilience and psychological well-being ($r = 0.418$, $p = 0.000$). This finding indicates that the higher the students' perceived family resilience, the higher their psychological well-being. This study emphasizes the importance of the family's role in supporting college students' mental health and provides recommendations for strengthening communication and support within the family environment.

Keywords: family resilience, college students, family support, psychological well being.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
ABSTRAK.....	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	9
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	9
1.4.1 Manfaat Teoritis	9
1.4.2 Manfaat Praktis.....	9
1.5 Sistematika Penulisan.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 Psychological Well Being.....	11
2.1.1 Pengertian Psychological Well Being	11
2.1.2 Dimensi-Dimensi Psychological Well Being.....	11
2.1.3 Faktor-faktor Psychological Well Being	12
2.2 Resiliensi Keluarga	13
2.2.1 Pengertian Resiliensi Keluarga	13
2.2.2 Dimensi-dimensi Resiliensi Keluarga.....	14
2.3 Penelitian Terdahulu	15
2.4 Hubungan Antara Resiliensi Keluarga dengan Psychological Well Being Pada Mahasiswa	17

2.5 Kerangka Berpikir	19
2.6 Hipotesis Penelitian.....	19
BAB III METODE PENELITIAN	20
3.1 Desain Penelitian.....	20
3.2 Populasi dan Sampel	20
3.2.1 Populasi	20
3.2.2 Sampel	21
3.3 Definisi Operasional.....	21
3.3.1 Psychological Well-Being	21
3.3.2 Resiliensi Keluarga.....	22
3.4 Instrumen Penelitian.....	22
3.4.1 Alat Ukur Psychological Well Being	22
3.4.2 Alat Ukur Resiliensi Keluarga.....	25
3.5 Uji Validitas dan Reabilitas.....	27
3.5.1 Uji Validitas.....	27
3.5.2 Uji Reabilitas	28
3.6 Analisis Data yang Digunakan.....	30
3.6.1 Analisis Deskriptif	30
3.6.2 Uji Asumsi Klasik dan Uji Hipotesis	31
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	33
4.1 Hasil Penelitian	33
4.1.1 Deskripsi Data Responden.....	33
4.1.2 Gambaran Umum Demografi Responden	34
4.1.3 Hasil Uji Deskriptif	35
4.1.4 Kategorisasi Data.....	36
4.1.5 Analisis Inferensial	37
4.1.5.3 Hasil Uji Hipotesis.....	39
4.2 Pembahasan.....	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	44
5.1 Kesimpulan.....	44
5.2 Keterbatasan Penelitian.....	44
5.3 Saran.....	45

5.3.1 Saran Praktis	45
5.3.2 Saran Metodologis	45
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN.....	51



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu	15
Tabel 3. 1 Tabel Morgan.....	21
Tabel 3. 2 Blueprint Skala Psychological Well-Being	24
Tabel 3. 3 Pedoman Skoring Skala Psychological Well-Being.....	24
Tabel 3. 4 Blueprint Skala Resiliensi Keluarga	26
Tabel 3. 5 Pedoman Skoring Skala Resiliensi Keluarga.....	26
Tabel 3. 6 Hasil Expert Judgement	28
Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas Skala Psychological Well-Being.....	29
Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas Skala Resiliensi Keluarga	30
Tabel 4. 1 Jenis Kelamin Responden.....	34
Tabel 4. 2 Asal Fakultas Responden.....	34
Tabel 4. 3 Uji Deskriptif	35
Tabel 4. 4 Kategorisasi Resiliensi Keluarga.....	36
Tabel 4. 5 Kategorisasi Psychological Well-Being	37
Tabel 4. 6 Hasil Uji Normalitas	38
Tabel 4. 7 Hasil Uji Linearitas	39
Tabel 4. 8 Hasil Uji Korelasi Resiliensi Keluarga dan Psychological Well-Being	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir.....	19
------------------------------------	----

