

**RESILIENSI DAN KEBERSYUKURAN TERHADAP
KECEMASAN SAAT PEMBELAJARAN TATAP MUKA
(PTM) PADA SISWA**

TESIS

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Mencapai Gelar Magister Psikologi



Oleh :

HAKIM GUMELAR MAHARDIKA
NPM : 1532000005

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2022

HALAMAN PERSETUJUAN

**RESILIENSI DAN KEBERSYUKURAN TERHADAP KECEMASAN
SAAT PEMBELAJARAN TATAP MUKA (PTM) PADA SISWA**

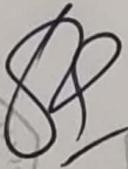
diajukan oleh:

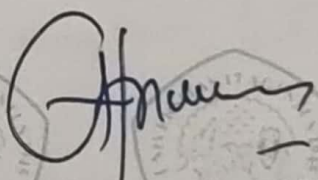
Hakim Gumelar Mahardika
NPM :1532000005

Disetujui untuk diuji :
Surabaya, Kamis 14 Juli 2022

Dosen Pembimbing

Dosen Pendamping


Dr. Andik Matulesy, M.Si., Psikolog


Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog

PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS 17 AGUSTUS SURABAYA

2022

HALAMAN PENGESAHAN

**RESILIENSI DAN KEBERSYUKURAN TERHADAP KECEMASAN
SAAT PEMBELAJARAN TATAP MUKA (PTM) PADA SISWA**

diajukan oleh:

Hakim Gumelar Mahardika

NPM :1532000005

Telah dipertimbangkan di depan Tim Penguji
dan dinyatakan lulus pada ujian tesis Program Magister Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Pada tanggal

Tim Penguji

Ketua : Dra. Tatik Meiyuntariningsih, M.Kes., Psikolog

Anggota : Dr. Andik Matulesy, M. Si., Psikolog

Anggota : Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog

Dekan

Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog

PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS 17 AGUSTUS SURABAYA

2022

MOTTO

**Yen urip mung isine isih nuruti nepsu, sing jenenge mulyo
mesti soyo angel ketemu**

Jika hidup masih dipenuhi oleh hawa nafsu bagi manusia untuk bersenang-senang, yang namanya kemuliaan hidup akan semakin sulit ditemukan

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Hakim Gumelar Mahardika
NPM : 1532000005
Alamat : Simo Gunung Kramat Barat No.19c
No. Telepon : 085708865027

Menyatakan bahwa “Tesis” yang saya buat untuk memenuhi persyaratan kelulusan Magister Psikologi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dengan judul :

Risiliensi dan Kebersyukuran Terhadap Kecemasan Saat Pembelajaran Tatap Muka (PTM) Pada Siswa adalah hasil karya sendiri, bukan “duplikasi” dari karya orang lain.

Selanjutnya apabila dikemudian hari ada klaim dari pihak lain bukan tanggung jawab saya sendiri. Atas hal tersebut saya bersedia menerima sanksi, sesuai hokum atau aturan yang berlaku di Indonesia. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa paksaan dari siapapun.

Surabaya, 14 Juli 2022

Hormat saya,



Hakim Gumelar Mahardika



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. Semolowaru 45 Surabaya
Telp. 031 593 1800 (ex.311)
Email : perpustakaan@untag-sby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Hakim Gumelar Mahardika

NPM : 1532000005

Fakultas : Psikologi

Program Studi : Magister Psikologi

Jenis Karya : Tesis

Dalam perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. **Hak Bebas Royalty Noneksklusif (Nonexclusive)** karya ilmiah saya yang berjudul: **“Risiliensi dan Kebersyukuran Terhadap Kecemasan Saat Pembelajaran Tatap Muka (PTM) Pada Siswa”**

Dengan **Hak Bebas Royalty Noneksklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)**, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selamanya.

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Yang Menyatakan

SEPLULUH RIBU RUPIAH
10000
METERAI TEMPEL
02C4FAKX065965931

(Hakim Gumelar Mahardika)

PERSEMBAHAN

Tulisan ini kupersembahkan untuk...

Ibu, Ayah dan kakak laki – laki yang selalu mendoakan aku dimanapun mereka berada serta memberikan kasih sayang dalam bentuk yang tidak biasa dan selalu mendukung semua yang aku lakukan

Seluruh keluarga besar yang dengan tulus menerima dan memberikan tempat untuk berlindung

Untuk guru dan dosen, Untuk Institusi,

Untuk teman hidup dimasa depan,

Untuk para sahabat dan teman-teman yang aku sayangi,

Untuk generasi harapan bangsa,

Untuk Indonesia, tanah air tercinta.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Syukur *Alhamdulillah* penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunianya, peneliti berhasil menyusun tesis ini dengan judul "Risiliensi dan Kebersyukuran Terhadap Kecemasan Saat Pembelajaran Tatap Muka (PTM) Pada Siswa". Tesis ini disusun oleh peneliti sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Psikologi (S2) Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Pada kesempatan ini, peneliti juga ingin menyampaikan banyak terimakasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan bimbingan serta dukungan sehingga penelitian ini dapat selesai tepat waktu. Peneliti menyadari tanpa bimbingan dan dukungan mereka, peneliti akan kesulitan untuk sampai merampungkan penelitian ini. Adapun pihak-pihak yang sudah banyak membantu peneliti diantaranya :

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA selaku rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M. Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dan juga sebagai dosen pembimbing yang selalu mendukung, membimbing, dan memberikan semangat untuk lulus tepat waktu
3. Dr. Dyan Evita Santi, M.Si., Psikolog selaku Kaprodi Magister Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
4. Dr. Andik Matulesy, M. Si., Psikolog selaku pembimbing utama yang dengan sabar membimbing, memberi arahan, dan memberikan semangat sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini tepat waktu
5. Dra. Tatik Meiyuntariningsing, M.Kes., Psikolog selaku penguji
6. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah mendidik dan memberikan ilmu yang sangat berharga bagi peneliti selama menempuh studi di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
7. Kepada Bapak dan Ibu Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang banyak membantu dan memberikan informasi serta dalam mengurus segala macam administrasi perkuliahan.

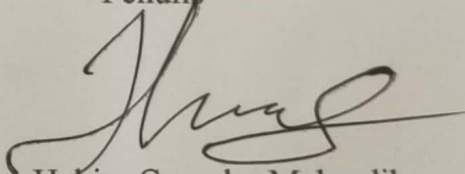
8. Kepada kedua orangtua tercinta yaitu Asmono S.H dan Sri Utami yang selalu sabar, memberikan arahan, memberikan support, dan memberi motivasi
9. Saudara Agus Aqlita Qur'aini Sari S.Psi makaasih sudah memberikan support
10. Kepada teman-teman Mapsi angkatan 43 yang telah saling support dan saling memeberi semangat

Peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini masih terdapat banyak kekurangan. Untuk itu, kritik beserta saran yang membangun dalam penyempurnaankarya tulis ini sangat penulis harapkan. Peneliti berharap semoga karya tulis ini bermanfaat bagi semua pihak khususnya bagi pembaca.

Akhir kata Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Surabaya, 14 Juli 2022

Penulis



Hakim Gumelar Mahardika

**Risiliensi dan Kebersyukuran Terhadap Kecemasan Saat
Pembelajaran Tatap Muka (PTM) Pada Siswa**

Hakim Gumelar Mahardika

Hakim_s2@untag-sby.ac.id

Magister Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi, kebersyukuran dan kecemasan pada siswa sekolah dasar kelas V pada masa pandemi covid – 19 selama dua tahun siswa yang mengalami pembelajaran di rumah atau Online. Sampel penelitian ini merupakan siswa kelas lima sekolah dasar berjumlah 90 siswa. Teknik sampling yang digunakan quota sampling. Dengan adanya tiga skala digunakan sebagai alat ukur penelitian adalah skala kecemasan mengacu pada resiliensi dan kebersyukuran. Analisis data menggunakan analisis regresi linier berganda dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS statistic. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan kecemasan dan resiliensi dengan kebersyukuran pada siswa. Nilai hasil uji korelasi regresi linier berganda dengan nilai $F = 8,788$ dan nilai signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$).

Kata Kunci : Kecemasan, Resiliensi, Kebersyukuran

**Risiliensi dan Kebersyukuran Terhadap Kecemasan Saat
Pembelajaran Tatap Muka (PTM) Pada Siswa**

Hakim Gumelar Mahardika

Hakim_s2@untag-sby.ac.id

Magister Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

INTISARI

This study aims to determine the relationship between resilience, gratitude and anxiety for fifth grade elementary school students during the pandemic covid-19 for two years students who experience learning at home or online. The sample of this research is the fifth grade elementary school students totaling 90 students. The sampling technique used is quota sampling. With the three scales used as research measuring tools, namely : Anxiety scale refers to resilience and gratitude. Analisis data menggunakan analisis regresi berganda dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS *statistic*. The results showed that there was a relationship between anxiety and resilience with gratitude in students. Nilai hasil uji korelasi regresi linier berganda dengan nilai $F = 8,788$ dan nilai signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$).

Keywords : *Anxiety, Resilience, Gratitude*

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
MOTTO.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Keaslian Penelitian.....	8
D. Tujuan Dan Manfaat Penelitian.....	10
E. Manfaat Penelitian.....	10
a) Manfaat Teoritis.....	10
b) Manfaat Praktis.....	10
BAB II.....	13
Tinjauan Pustaka.....	13
A. Resiliensi.....	13
1. Pengertian Resiliensi.....	13
2. Aspek Resiliensi.....	14
3. Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi.....	18
B. Kebersyukuran.....	20
1. Pengertian Kebersyukuran.....	20
2. Aspek - Aspek Kebersyukuran.....	22
3. Faktor - Faktor yang Mempengaruhi.....	25
C. Kecemasan.....	27
1. Pengertian Kecemasan.....	27
2. Aspek - Aspek Kecemasan.....	28
3. Faktor - Faktor Kecemasan.....	30
D. Hubungan antara Resiliensi dan Kebersyukuran dengan Kecemasan.....	32

E. Hipotesis	34
BAB III	37
A. Metode penelitian	37
B. Jenis penelitian	37
Jenis Penelitian	37
A. Populasi	37
B. Sampel	37
C. Variabel Penelitian dan Pengukurannya	38
1. Kecemasan	39
2. Uji Alat Ukur kecemasan	40
BAB IV	51
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	51
A. Hasil Penelitian	51
1. Hipotesis Pertama	51
2. Hipotesis Kedua	51
3. Hipotesis Ketiga	52
4. R^2 Sumbangan Efektif Tiap Variabel	52
5. Persamaan Garis Regresi	54
B. Pembahasan	54
BAB V	59
KESIMPULAN DAN SARAN	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	61

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skor Skala Likert kecemasan	39
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Jumlah Butir Pernyataan Skala Kecemasan	40
Tabel 3. Rangkuman uji validitas aitem skala Kecemasan	41
Tabel 4. Skor Skala Likert Resiliensi	42
Tabel 5. <i>Blue Print</i> Resiliensi	42
Tabel 6. Rangkuman uji validitas aitem skala resiliensi	43
Table 7. Skor Skala Likert Kebersyukuran	44
Tabel 8. <i>Blue Print</i> Jumlah Butir Pernyataan Skala Kebersyukuran	44
Table 9. Rangkuman uji validitas aitem skala Kebersyukuran	45
Tabel 10. Hasil Uji Normalitas Sebaran	46
Table 11. Hasil Uji Linieritas	47
Tabel 12. Hasil Uji Multikolinieritas	48
Table 13. Uji Heteroskedastitas	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian	67
Lampiran 2. Uji Validitas dan Reliabilitas	72
Lampiran 3. Uji Normalitas.....	75
Lampiran 4. Uji Linieritas	85
Lampiran 5. Uji Multikolinierlitas	93
Lampiran 6. Uji Heteroskedastitas	97
Lampiran 7. Uji Analisis Data.....	99