

**HUBUNGAN RELIGIOSITAS DAN OPTIMISME DENGAN
HARDINESS PADA GEN Z**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

**SITI FARIHAH
NBI: 1512100314**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2024

HUBUNGAN RELIGIOSITAS DAN OPTIMISME DENGAN *HARDINESS* PADA GEN Z

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi



Oleh :

SITI FARIHAH

NBI: 1512100314

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2024**

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini penulis buat atas kesadaran penulis secara penuh tanpa paksaan pihak manapun.

Surabaya, 10 Desember 2024



METERAI
TEMPEL
10000
94F27AMX16653296
Siti Faridah

NBI: 1512100314



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext 311)

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

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya,
saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Siti Farihah
NBI/NPM : 1512100314
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk
memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945
Surabaya *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free
Right)*, atas karya saya yang berjudul:

**Hubungan Religiositas dan Optimisme dengan *Hardiness* Pada
Gen Z**

Dengan *Hak Bebas Royalti Noneklusif (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 selama tetap tercantum

Dibuat di : Surabaya
Pada tanggal : 10 Desember 2024

Yang Menyatakan


(Siti Farihah)

HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI

Nama : Siti Farihah

NIM : 1512100314

Judul : Hubungan Religiositas dan Optimisme dengan *Hardiness*
Pada Gen Z.

Surabaya, 10 Desember 2024

Disetujui Oleh :

Dosen Pembimbing I



(Dr. Andik Matulesy, M.Si)

Dosen Pembimbing II



(Nindia Pratitis, M.Psi., Psikolog)

HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI

**Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

Pada Tanggal : 03 Januari 2025

Dewan Penguji :

- 1. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog**
- 2. Dr. Andik Matulesy, M.Si**
- 3. Nindia Pratitis, M.Psi., Psikolog**



**Mengesahkan
Fakultas Psikologi**

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dekan,

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



NPP. 20510020552

HALAMAN MOTTO

"Sertakan sang pencipta pada tiap langkah, agar kita tetap bisa bertahan dalam melewati segala peristiwa"

-Anonim-

"If you never bleed, you're never gonna grow"

-Taylor Swift-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah, dan kekuatan kepada saya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Skripsi ini tidak hanya menjadi penutup dari perjalanan panjang dalam meraih gelar yang sudah saya impikan, tetapi juga menjadi wujud nyata dari setiap doa, usaha, dan pengorbanan yang didukung oleh banyak pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan kasih, saya persembahkan karya ini kepada:

1. Diri saya sendiri, terima kasih telah bertahan di berbagai macam rintangan, kelelahan, dan keraguan. Terima kasih telah tetap melangkah meskipun tak jarang ingin menyerah. Perjalanan ini mengajarkan banyak hal tentang kesabaran, ketekunan, dan keberanian untuk terus maju. Kamu telah melakukan yang terbaik, dan ini adalah pencapaian yang patut dibanggakan
2. Para dosen pembimbing terutama kepada bapak Andik Matulesy, M.Si dan Ibu Nindia Pratitis M.Psi., Psikolog yang dengan sabar membimbing, mengarahkan, serta memberikan ilmu dan masukan yang berharga dalam penyusunan skripsi ini.
3. Alm. Kakek dan Nenek saya yang telah mengajarkan saya banyak hal dan memberikan saya kasih sayang utuh serta menjadi alasan terbesar saya meraih mimpi
4. Kakak terbaik saya Siti Mariyam, S.S yang selalu memberikan saya dukungan, solusi, mengajak bertukar pikiran dan pendapat serta menjadi role model terbaik bagi saya
5. Nduiti tersayang selaku penyumbang semangat terbesar sehingga bisa tetap tersenyum di tengah terjangan badai
6. Sahabat-sahabat terbaik saya Jasmin selaku bunyaiku, kisut kembaranku, nenek si wartawan dan dora si paling enerjik, terimakasih telah menemani dalam suka dan duka. Terima kasih atas semangat, dukungan moral, serta tawa yang membuat perjalanan ini menjadi lebih berharga
7. Seluruh keluarga saya, orang tua saya, saudara-saudara saya yang telah menjadi salah satu alasan untuk menyelesaikan skripsi ini hingga tuntas
8. Sosok pecinta seni fotografi yang menjadi salah satu motivator tersembunyi saya dalam 10 tahun terakhir
9. Teman-teman seperjuangan, seluruh rekan di Program Studi Psikologi yang telah berbagi cerita, perjuangan, dan pengalaman selama masa perkuliahan.
10. Universitas 17 Agustus 1945 yang telah menjadi tempat saya menimba ilmu, berkembang, dan belajar mengenal makna kehidupan.

CURRICULUM VITAE

A. Identitas Diri

Nama : Siti Farihah
TTL : Surabaya, 12 Juni 2002
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Jurusan : Psikologi
Alamat : Rungkut Menanggal Gg. 2A/28A,
Gunung Anyar, Surabaya
No. Hp : 087701820993
Email : siti.farihah1221@gmail.com



B. Riwayat Pendidikan

2021 – 2025 : Universitas 17 Agustus 1945
2018 – 2020 : SMAI Darut Tauhid
2015 – 2017 : SMP Darut Tauhid
2009 – 2014 : MI Hidayatul Muta'alimin

C. Kemampuan

1. Ms. Word, Excel, Power Point, Canva
2. Administrasi Alat Tes Psikologi
3. Bahasa Indonesia
4. Bahasa Inggris (pasif)

D. Pengalaman Magang

1. PT. Rumah Kumbang Berdaya Surabaya
(Sebagai Pengajar anak usia dini)
2. CV. Cartenz HRD Surabaya
(Sebagai asisten marketing)

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan Religiositas dan Optimisme dengan *Hardiness* Pada Gen Z". Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi, pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan, serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
2. Ibu Dr. Rr. Amanda Pasca Rini., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
3. Bapak Dr. Mamang Efendy, S.Pd., M.Psi selaku Ketua Program Studi Psikologi yang senantiasa memberikan dukungan dan kemudahan selama proses penyusunan skripsi ini
4. Bapak Dr. Andik Matulesy, M.Si selaku pembimbing pertama yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Nindia Pratitis, M.Psi., Psikolog selaku pembimbing kedua yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
6. Ibu Aliffia Ananta, M.Psi., Psikolog selaku dosen wali yang senantiasa memberikan dukungan dan motivasi pada penulis.
7. Kedua orang tua tercinta, keluarga, dan sahabat yang senantiasa memberikan doa, semangat, dan dukungan moral maupun material selama penulis menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak yang membacanya serta menjadi sumbangsih penulis bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Surabaya, 12 Desember 2024


Siti Fariyah

Hubungan Religiositas dan Optimisme dengan *Hardiness* Pada Gen Z

Siti Farihah

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

siti.farihah1221@gmail.com

Abstrak

Generasi Z saat ini dihadapkan berbagai macam tantangan dalam era digital yang semakin pesat, mulai dari tekanan akademik, sosial serta karirnya. Oleh karena itu gen Z membutuhkan sikap *hardiness* sebagai kemampuan mereka dalam menghadapi berbagai macam perosalan tersebut. Ada dua faktor yang dapat mempengaruhi *hardiness* dalam diri gen Z, yakni religiositas yang menjadi dasar dalam memberikan dukungan emosional dalam ranah spiritual dan moral, serta optimisme yang memberikan suatu dorongan untuk berpikir positif terhadap hasil di masa depan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara religiositas dan optimisme dengan *hardiness* pada gen Z yang bermanfaat untuk menambah wawasan dan kesadaran akan pentingnya *hardiness*. Penelitian ini menggunakan metode korelasional, dan sampel terdiri dari 220 responden gen Z berusia 18-25 tahun yang berada di Surabaya dari hasil ketentuan teknik *accidental sampling*. Pengumpulan data menggunakan tiga skala psikologis, skala religiositas, optimisme dan *hardiness*. Analisis data menggunakan bantuan SPSS versi 25, dengan menggunakan 3 teknik analisis, mulai dari analisis deskriptif, *Kolmogorov-Smirnov* dan analisis regresi berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwasanya terdapat hubungan positif antara religiositas dan optimisme dengan *hardiness* pada gen Z ($R^2=0,248$, $P=0,00<0,05$). Sehingga dapat disimpulkan jika semakin tinggi tingkat religiositas dan optimisme yang dimiliki gen Z maka semakin tinggi pula *hardinessnya*. Semakin rendah tingkat religiositas dan optimisme yang dimiliki gen Z maka semakin rendah pula *hardinessnya*.

Kata Kunci: *Hardiness*, Religiositas, Optimisme, Gen Z, Ketangguhan Psikologis.

The Relationship of Religiosity and Optimism with Hardiness in Gen Z

Siti Farihah

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

siti.farihah1221@gmail.com

Abstract

Generation Z is currently faced with a variety of challenges in the increasingly rapid digital era, ranging from academic, social and career pressures. Therefore, gen Z needs hardiness as their ability to deal with these various problems. There are two factors that can influence hardiness in gen Z, namely religiosity which is the basis for providing emotional support in the spiritual and moral realms, and optimism which provides an encouragement to think positively about future results. This study aims to determine the relationship between religiosity and optimism with hardiness in gen Z which is useful to add insight and awareness of the importance of hardiness. This study used a correlational method, and the sample consisted of 220 gen Z respondents aged 18-25 years old who were in Surabaya from the provisions of the accidental sampling technique. Data collection used three psychological scales, religiosity, optimism and hardiness scales. Data analysis using the help of SPSS version 25, using 3 analysis techniques, ranging from descriptive analysis, Kolmogorov-Smirnov and multiple regression analysis. The results of this study indicate that there is a positive relationship between religiosity and optimism with hardiness in gen Z ($R^2=0.248$, $P=0.00<0.05$). So it can be concluded that the higher the level of religiosity and optimism owned by gen Z, the higher the hardiness. The lower the level of religiosity and optimism owned by gen Z, the lower the hardiness.

Keywords: Hardiness, Religiosity, Optimism, Gen Z, Psychological Resilience.

Daftar Isi

Halaman Sampul	ii
Halaman Judul.....	iii
Halaman Pernyataan Tidak Melakukan Penjiplakan.....	iv
Halaman Persetujuan Pembimbing	v
Halaman Persetujuan Tim Penguji	vi
Halaman Motto.....	vii
Halaman Persembahan	viii
Curriculum Vitae.....	ix
Kata Pengantar	x
Abstraksi	xi
Daftar Isi.....	xiii
Daftar Tabel	xv
Daftar Gambar.....	xvi
Daftar Lampiran	xvii
I. PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang Penelitian.....	1
2. Rumusan Masalah.....	3
B. Tujuan dan Manfaat	3
1. Tujuan Penelitian	3
2. Manfaat Penelitian	3
C. Keaslian Penelitian.....	4
II. TINJAUAN PUSTAKA	7
A. <i>Hardiness</i>	7
1. Definisi <i>Hardiness</i>	7
2. Aspek dan Indikator <i>Hardiness</i>	8
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Hardiness</i>	10
4. Fungsi <i>Hardiness</i>	12
B. Religiositas	13
1. Definisi Religiositas.....	13
2. Aspek dan indikator Religiositas	14
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Religiositas	16
C. Optimisme	17
1. Definisi Optimisme.....	17
2. Aspek dan Indikator Optimisme	18
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Optimisme	20
D. Generasi Z.....	21
E. Kerangka Berpikir.....	22
F. Hipotesis Penelitian.....	24
III. METODE PENELITIAN	25

A. Populasi dan Partisipan	25
1. Populasi	25
2. Partisipan	25
B. Desain Penelitian.....	25
C. Instrumen Penelitian.....	26
1. Skala <i>Hardiness</i>	26
2. Skala Religiositas.....	29
3. Skala Optimisme.....	32
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data.....	35
1. Uji Prasyarat	35
2. Analisis Data	37
IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	39
A. Hasil penelitian.....	39
B. Pembahasan	44
V. SIMPULAN DAN SARAN	47
A. Simpulan.....	47
B. Saran	47
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN.....	53

Daftar Tabel

Tabel 1. Blue Print Sebaran Aitem Skala Hardines	27
Tabel 2. Hasil Uji Diskriminasi Aitem Skala Hardiness	28
Tabel 3. Uji Reliabilitas Skala Hardiness.....	29
Tabel 4. Blue Print Sebaran Aitem Skala Religiositas	30
Tabel 5. Hasil Uji Diskriminasi Aitem Skala Religiositas	31
Tabel 6. Uji Reliabilitas Skala Religiositas	32
Tabel 7. Blue Print Sebaran Aitem Skala Optimisme	33
Tabel 8. Hasil Uji Diskriminasi Aitem Skala Optimisme	34
Tabel 9. Uji Reliabilitas Skala Optimisme	35
Tabel 10. Hasil Uji Normalitas Residual	35
Tabel 11. Hasil Uji Linearitas	36
Tabel 12. Hasil Uji Multikolinearitas.....	36
Tabel 13. Hasil Uji Heteroskedastisitas	37
Tabel 14. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	39
Tabel 15. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	39
Tabel 16. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir.....	40
Tabel 17. Karakteristik Responden Berdasarkan Kesibukan	40
Tabel 18. Sebaran Kategori Skor Partisipan Skala Hardiness.....	41
Tabel 19. Sebaran Kategori Skor Partisipan Skala Religiositas	41
Tabel 20. Sebaran Kategori Skor Partisipan Skala Optimisme	42
Tabel 21. Uji Korelasi Hipotesis Pertama.....	42
Tabel 22. Uji Korelasi Hipotesis Kedua.....	43
Tabel 23. Uji Korelasi Hipotesis Ketiga	43
Tabel 24. Hasil Uji Persamaan Regresi.....	43

Daftar Gambar

Gambar 1. Kerangka Berpikir	23
-----------------------------------	----

Daftar Lampiran

Lampiran I. Skala Penelitian	53
Lampiran II. Tabulasi Data	58
Lampiran III. Uji Validitas dan Reliabilitas	78
Lampiran IV. Uji Asumsi	85
Lampiran V. Uji Analisis Data	87
Lampiran VI. Data Demografi dan Kategori	89
Lampiran VII. Hasil Turnitin	91