

**HUBUNGAN ANTARA *ALEXITHYMIA* DAN
RESILIENSI DENGAN KECENDERUNGAN BUNUH
DIRI PADA REMAJA GENERASI Z**

SKRIPSI

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



Oleh :

RIZQIARIO ARROFIO MEIRENDRA
NBI: 1512100173

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2024

**HUBUNGAN ANTARA *ALEXITHYMIA* DAN
RESILIENSI DENGAN KECENDERUNGAN BUNUH
DIRI PADA REMAJA GENERASI Z**

SKRIPSI

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



**Oleh :
RIZOARIO ARROFIQ MEIRENDRA
NBI: 1512100173**

**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, 06 Desember 2024



Rizqiarif Arrofiq Meirendra

NBI: 1512100173



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext 311)
e-mail : perpus@untag-sby.ac.id

**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 : Rizqiarq Arrofiq Meirendra
NBI/ NPM : 1512100173
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:

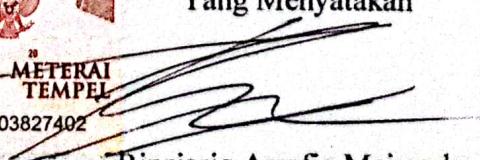
**Hubungan Antara Alexithymia Dan Resiliensi Dengan
Kecenderungan Bunuh Diri Pada Remaja Generasi Z**

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 : 06 Desember 2024



Yang Menyatakan


Rizqiarq Arrofiq Meirendra

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

NAMA : Rizqiarq Arrofiq Meirendra
NBI : 1512100173
JUDUL : Hubungan Antara *Alexithyia* Dan Resiliensi Dengan
Kecenderungan Bunuh Diri Pada Remaja Generasi Z

Surabaya, 06 Desember 2024

Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



Dr. Mamang Efendy S.Pd., M.Psi



Drs. Herlan Pratikto, Msi., Psikolog

HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI

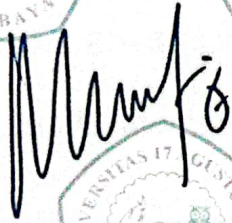
NAMA : Rizqiarig Arrofiq Meirendra
NBI : 1512100173
JUDUL : Hubungan Antara *Alexithymia* Dan Resiliensi Dengan Kecenderungan Bunuh Diri Pada Remaja Generasi Z

Surabaya, 06 Desember 2024

Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



Dr. Mamang Efendy S.Pd., M.Psi

Drs. Herlan Pratiko, Msi., 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 : 20 Desember 2024

Dewan Penguji :

- 1. Drs. Sahat Saragih, M.Si**
- 2. Dr. Mamang Efendy S.Pd., M.Psi**
- 3. Drs. Herlan Pratikto, Msi., Psikolog**


.....

.....

.....

**Mengesahkan
Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Dekan,**


Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog
NPP. 20510020552

HALAMAN MOTTO

”رَبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَا فِي نُفُوسِكُمْ“

QS. Al-Isra: 25

“Orang Sukses Berasal Dari Dirinya Sendiri!”

K.H Musthofa

“No One Can Stop Me, Except GOD & ME!”

R.A Meirendra - 2024

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk orang tua saya tercinta yang senantiasa memberikan dukungan, kasih sayang, dan doa yang tak terhingga, yang menjadi sumber kekuatan dan inspirasi dalam setiap langkah saya. Terimakasih.

Tidak lupa juga, karya ini saya persembahkan untuk diri saya sendiri. Terimakasih karena telah bertahan selama ini, karya ini membuktikan bahwa keputusan yang akan diambil pada saat itu adalah salah.

CURRICULUM VITAE



A. Identitas Diri

Nama : Rizqiarif Arrofiq Meirendra
Tempat, Tanggal Lahir : Sidoarjo, 29 Mei 2003
Jenis Kelamin : Laki-Laki
Agama : Islam
Alamat : Jl. Raya Tropodo No.92 A
E-Mail : kikiqchan.48@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

2009-2015 : SDN Kepuh Kiriman 1
2015-2018 : MTS Unggulan CMS Pitutur
2018-2021 : MA Unggulan CMS Pitutur
2021-2025 : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

C. Riwayat Pekerjaan

2022-2024 : Junior Project Manager (Top4 Digital Marketing Agency)
2022-2024 : Co-Founder (Edupsyche.Id)
2023 : Freelance Training Fasilitator (Cartenz HRD)
2024 : SEO Content (Liputan Enam Dot Com)

D. Riwayat Organisasi

2021-2022 : Ketua PDD (Bawaslu Fakultas Psikologi)
2022-Sekarang : Staff (Argawana)

E. Kemampuan

Soft Skill : Microsoft Office, Microsoft Excel, Problem Solving, Communication, Teamwork, UI/UX Design, Copy Writing, Project Management, Social Media and Website Optimisation.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala karunia dan rahmat-Nya yang tiada terhingga, yang memungkinkan penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Antara Alexithymia dan Resiliensi Dengan Kecenderungan Bunuh Diri Pada Remaja Generasi Z” dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada program Strata Satu (S1) di Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Penulisan skripsi ini tidak terlepas dari berbagai tantangan dan kesulitan yang dihadapi sepanjang proses penelitian dan penulisan. Namun, berkat dukungan, motivasi, bimbingan, dan doa yang diberikan oleh banyak pihak, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CPAI 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.
3. Dr. Suhadianto, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Dr. Mamang Efendy, S.Pd., M.Psi selaku Kaprodi S1 Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dan selaku Dosen Pembimbing Skripsi I, terimakasih telah banyak meluangkan waktu dan pikiran dalam memberikan bimbingan dan pengarahan selama penyusunan skripsi ini.
5. Drs. Herlan Pratikto, Msi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi II, yang sudah memberikan bimbingan dan berdiskusi tentang materi selama penyusunan skripsi.
6. Etik Darul Muslikah, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Akademik yang selalu membantu penulis disetiap mengalami masalah dan senantiasa memberikan bimbingan sehingga penulis mendapatkan pengalaman berharga ketika perkuliahan.
7. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen, serta staf karyawan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang sudah memberikan ilmu pengetahuan selama masa perkuliahan dan pelayanan akademik.

8. Orang tua saya, yang selalu mendoakan, memberikan dukungan tanpa henti, serta kasih sayang yang tiada terkira. Tanpa doa dan restu mereka, saya tidak akan mampu menyelesaikan perjalanan ini.
9. K.H Mustofa selaku pengasuh pondok pesantren Pitutur dan jajaran guru yang telah memberikan dan mengajarkan ilmu yang sangat bermanfaat selama saya menimba ilmu di pesantren hingga saat ini.
10. Saudara tak sedarah penulis dari Vehement Gusto yang senantiasa mengerti, memahami, memberikan dukungan dan nasihat selama ini. Terimakasih karena telah tumbuh bersama.
11. Para sahabat kuliah penulis; Nadhiva A.M, Zelinda A.S, Citra Puspita A.P yang tak pernah bosan untuk berteman dengan saya. Terimakasih telah mengenal penulis.
12. Semua teman penulis yang ada di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terimakasih karena telah mengisi pengalaman kuliah penulis selama ini.

HUBUNGAN ANTARA *ALEXITHYMIA* DAN RESILIENSI DENGAN KECENDERUNGAN BUNUH DIRI PADA REMAJA GENRASI Z

Rizqiarq Arrofiq Meirendra

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

kikiqchan.48@gmail.com

Abstrak

Generasi Z, yang lahir antara tahun 1995 dan 2010 hidup di era digital dan globalisasi, sehingga memiliki akses yang lebih mudah terhadap berbagai informasi, termasuk tentang ide bunuh diri. Hal ini membuat generasi Z lebih mudah terpapar konten tentang bunuh diri, sehingga meningkatkan kemungkinan mereka meniru perilaku tersebut. Berdasarkan data yang dirilis oleh pihak kepolisian (PUSIKNAS), sejak awal tahun 2024 saja, Polri telah menangani 849 kasus bunuh diri. Sepanjang tahun 2024, tercatat 852 orang mengakhiri hidupnya dengan cara bunuh diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara *alexithymia* dan resiliensi dengan kecenderungan bunuh diri pada generasi Z. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional, yang bertujuan untuk mengidentifikasi kekuatan dan arah hubungan antara dua atau lebih variabel. Populasi dalam penelitian ini mencakup remaja generasi Z berusia 18-23 tahun yang pernah memiliki ide atau niat untuk melakukan bunuh diri. Penelitian ini akan menggunakan metode pengumpulan data dengan skala sikap model likert. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh simultan variabel bebas *alexithymia* (X1) dan resiliensi (X2) terhadap kecenderungan bunuh diri (Y) menghasilkan nilai R-square sebesar 0,439 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,01$). Sedangkan hasil uji korelasi parsial menunjukkan bahwa *alexithymia* memiliki skor $t=9,133$ dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Sementara itu, uji korelasi parsial untuk resiliensi menunjukkan skor $t= -4,317$ dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Berdasarkan temuan dan analisis dari penelitian ini, dapat diambil kesimpulan bahwa tingginya tingkat *alexithymia* dan rendahnya resiliensi berkorelasi dengan peningkatan kecenderungan bunuh diri. Sebaliknya, rendahnya tingkat *alexithymia* dan tingginya resiliensi menjadi sesuatu yang mempengaruhi penurunan kecenderungan bunuh diri.

Kata Kunci: Gen Z, Generasi Z, Bunuh Diri, Kecenderungan Bunuh Diri, Pemikiran Bunuh Diri, *Alexithymia*, Resiliensi

THE RELATIONSHIP BETWEEN ALEXITHYMIA AND RESILIENCE WITH SUICIDAL TENDENCIES IN GENERATION Z ADOLESCENTS

Rizqiarq Arrofiq Meirendra

Faculty of Psychology, University of 17 Agust 1945 Surabaya
kikiqchan.48@gmail.com

Abstract

Generation Z, born between 1995 and 2010, lives in an era characterized by digitalization and globalization, providing them with easier access to various information, including suicidal ideations. This exposure increases the likelihood of imitating such behaviors. According to data released by the National Police (PUSIKNAS), as of early 2024 alone, 849 suicide cases have been handled. Throughout the year, a total of 852 individuals ended their lives by suicide. Most of the cases involved individuals aged 26-45 years, accounting for 263 cases. This study aims to identify the relationship between alexithymia and resilience with suicidal tendencies among Generation Z adolescents. A correlational quantitative approach was employed to examine the strength and direction of relationships between two or more variables. The study population comprised Generation Z adolescents aged 18-23 years who have experienced suicidal ideation or intent. Data collection utilized a Likert-scale-based psychometric measurement tool, which is widely used in survey research. The findings reveal a simultaneous effect of the independent variables, alexithymia (X1) and resilience (X2), on suicidal tendencies (Y), with an R-square value of 0.439 and a significance level of 0.000 ($p < 0.01$). Partial correlation analysis demonstrated that alexithymia yielded a t-score of 9.133 with a significance level of 0.000 ($p < 0.05$). Similarly, the partial correlation for resilience showed a t-score of -4.317 with a significance level of 0.000 ($p < 0.05$). Based on the findings and analysis, it can be concluded that a high level of alexithymia and low resilience are correlated with increased suicidal tendencies. Conversely, a low level of alexithymia and high resilience are associated with a decrease in suicidal tendencies.

Keywords: Gen z, z generation, suicidal, suicidal tendencies, suicidal ideation, alexithymia, resilience

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	i
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI.....	v
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI.....	vi
HALAMAN MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
<i>CURRICULUM VITAE</i>	ix
KATA PENGANTAR	x
ABSTRAK	xi
<i>ABSTRACT</i>	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan	1
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah Penelitian.....	6
B. Tujuan dan Manfaat.....	6
1. Tujuan Penelitian	6
2. Manfaat Penelitian	7
C. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	11

A.	Kecenderungan Bunuh Diri	11
1.	Definisi Kecenderungan Bunuh Diri	11
2.	Aspek-aspek Kecenderungan Bunuh Diri.....	12
3.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecenderungan Bunuh Diri	13
B.	<i>Alexithymia</i>	14
1.	Definisi <i>Alexithymia</i>	14
2.	Aspek-aspek <i>Alexithymia</i>	16
3.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Alexithymia</i>	18
C.	Resiliensi	20
1.	Definisi Resiliensi	20
2.	Aspek-aspek Resiliensi.....	22
3.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiliensi	23
D.	Kerangka Berpikir	24
E.	Hipotesis Penelitian.....	26
BAB III METODE PENELITIAN		27
A.	Populasi dan Partisipan.....	27
1.	Populasi	27
2.	Partisipan	27
B.	Desain Penelitian.....	28
1.	Jenis Penelitian.....	28
2.	Variabel Penelitian	28
C.	Instrumen Pengumpulan Data	28
1.	Skala I (Kecenderungan Bunuh Diri)	29
2.	Skala II (<i>Alexithymia</i>).....	32
3.	Skala III (Resiliensi).....	37
D.	Uji Prasyarat dan Analisis Data	42
1.	Uji Prasyarat	42

2. Analisis Data.....	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	47
A. Hasil Penelitian	47
1. Pelaksanaan Penelitian	47
2. Data Demografi.....	47
3. Kategori Empirik Data Penelitian	48
4. Uji Hipotesis Penelitian.....	49
5. Uji Tambahan	52
B. Pembahasan	53
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	57
A. Kesimpulan	57
B. Saran.....	57
1. Bagi Remaja Generasi Z.....	58
2. Bagi Orang Tua.....	58
3. Bagi Penelitian Selanjutnya.....	58
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN	67

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skor Penilaian Butir Skala Kecenderungan Bunuh Diri (ASIQ)	29
Tabel 2. Blueprint Skala Kecenderungan Bunuh Diri (ASIQ)	30
Tabel 3. Diskriminasi Aitem Skala Kecenderungan Bunuh Diri (ASIQ)	31
Tabel 4. Distribusi Aitem Skala Kecenderungan Bunuh Diri (ASIQ)	31
Tabel 5. Uji Reliabilitas Skala Kecenderungan Bunuh Diri (ASIQ)	31
Tabel 6. Skor Penilaian Butir Skala <i>Alexithymia</i> (TAS-20).....	33
Tabel 7. Blueprint Skala <i>Alexithymia</i> (TAS-20).....	34
Tabel 8. Diskriminasi Aitem Skala <i>Alexithymia</i> (TAS-20).....	35
Tabel 9. Distribusi Aitem Skala <i>Alexithymia</i> (TAS-20).....	36
Tabel 10. Uji Reliabilitas Skala <i>Alexithymia</i> (TAS-20).....	36
Tabel 11. Skor Penilaian Butir Skala Resiliensi (CD-RISC)	38
Tabel 12. Blueprint Skala Resiliensi (CD-RISC)	39
Tabel 13. Diskriminasi Aitem Skala Resiliensi (CD-RISC)	40
Tabel 14. Distribusi Aitem Skala Resiliensi (CD-RISC)	41
Tabel 15. Uji Reliabilitas Skala Resiliensi (CD-RISC)	41
Tabel 16. Uji Normalitas	42
Tabel 17. Uji Linearitas.....	43
Tabel 18. Uji Multikolonieritas	44
Tabel 19. Uji Heterokedastisitas	44
Tabel 20. Data Demografi Partisipan.....	47
Tabel 21. Kategori Empirik	48
Tabel 22. Uji Koefisien Determinasi	50
Tabel 23. Uji Simultan (Uji F).....	50
Tabel 24. Uji Parsial (Uji t)	51
Tabel 25. Persamaan Regresi.....	51
Tabel 26. Crosstabulation Kecenderungan Bunuh Diri dengan Jenis Kelamin dan Usia	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir	25
-----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Informed Consent.....	67
Lampiran 2. <i>Blueprint</i> Skala Kecenderungan Bunuh Diri (ASIQ).....	68
Lampiran 3. <i>Blueprint</i> Skala <i>Alexithymia</i> (TAS-20).....	70
Lampiran 4. <i>Blueprint</i> Skala Resiliensi (CD-RISC).....	72
Lampiran 5. Tabulasi Data Kecenderungan Bunuh Diri.....	75
Lampiran 6. Tabulasi Data <i>Alexithymia</i>	82
Lampiran 7. Tabulasi Data Resiliensi.....	85
Lampiran 8. Uji Validitas & Reliabilitas Skala VY.....	92
Lampiran 9. Uji Validitas & Reliabilitas Skala VX1.....	93
Lampiran 10. Uji Validitas & Reliabilitas Skala VX2.....	94
Lampiran 11. Statistik Deskriptif.....	95
Lampiran 12. Uji Normalitas.....	95
Lampiran 13. Uji Linieritas.....	95
Lampiran 14. Uji Multikolonieritas.....	96
Lampiran 15. Uji Heteroskedastisitas.....	96
Lampiran 16. Data Demografi.....	97
Lampiran 17. Uji Hipotesis.....	97
Lampiran 18. Uji Crossstabulation.....	98
Lampiran 19. Penentuan Partisipan Aplikasi Gpower.....	98
Lampiran 20. Hasil Turnitin.....	99