

**HUBUNGAN *RESILIENSI* DAN KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS DENGAN DUKUNGAN SOSIAL
SEBAGAI MEDIATOR PADA GENERASI-Z**

TESIS

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Mencapai Gelar Magister Psikologi**



Oleh :

BIRGITTA GLORY MERIENTIANA PUTRI
NIM : 1532400017

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

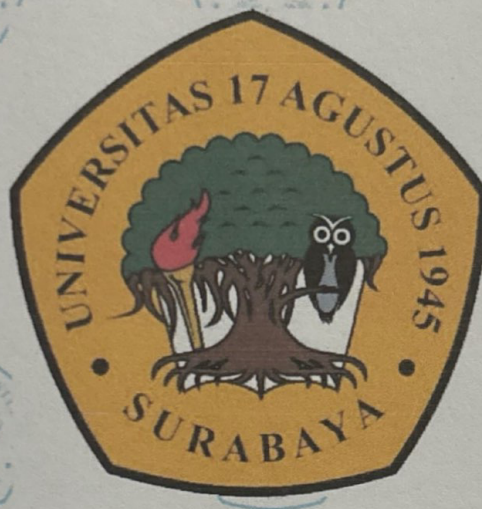
2026

**HUBUNGAN RESILIENSI DAN KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS DENGAN DUKUNGAN SOSIAL SEBAGAI
MEDIATOR PADA GENERASI-Z**

TESIS

Untuk memenuhi sebagai persyaratan
Mencapai Gelar Magister Psikologi S-2

Program Studi Magister Psikologi



diajukan oleh :

Birgitta Glory Merientiana Putri

NIM : 1532400017

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN *RESILIENSI* DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS
DENGAN DUKUNGAN SOSIAL SEBAGAI MEDIATOR PADA
GENERASI-Z**

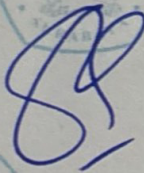
diajukan oleh:

Birgitta Glory Merientiana Putri

NIM : 1532400017

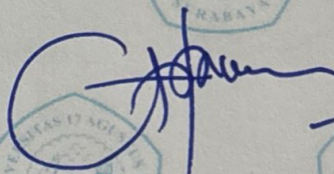
Disetujui untuk diseminarkan :
Surabaya, 12 Januari 2026

Dosen Pembimbing I



Dr. Andik Matulesy, M.Si., Psikolog

Dosen Pembimbing II



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

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17AGUSTUS 1945 SURABAYA
2026**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN RESILIENSI DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS
DENGAN DUKUNGAN SOSIAL SEBAGAI MEDIATOR PADA
GENERASI-Z**

diajukan oleh:

Birgitta Glory Merientiana Putri

NIM 1532400017

Telah dipertimbangkan di depan Tim Penguji
Dan dinyatakan lulus pada ujian tesis Program Magister Psikologi Fakultas
Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Pada tanggal 12 Januari 2026

Tim Penguji

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

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

: Dr. Andik Matulessy, M.Si., Psikolog

Dekan

Dr. Diah Sofiah, M.Si., Psikolog

MOTTO

“Lakukan segala hal dengan maksimal sesuai dengan batas kemampuan disertai kerja keras dan doa”

Birgitta Glory Merientiana Putri

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Birgitta Glory Merientiana Putri
NIM : 1532400017
Alamat : Jl. Bratang Gede 1 D 22 Surabaya
Telp : 082131438818

Menyatakan bahwa "Tesis" yang saya buat untuk memenuhi persyaratan kelulusan Magister Psikologi Fakultas Psikologi UNTAG Surabaya dengan judul: "Hubungan *Resiliensi* dan Kesejahteraan Psikologis dengan Dukungan Sosial Sebagai Mediator Pada Generasi-Z" adalah hasil karya saya sendiri, bukan "Duplikasi" dari karya orang lain.

Selanjutnya apabila dikemudian hari ada *claim* dari pihak lain bukan tanggung jawab Pembimbing dan atau Pengelola Program tetapi menjadi tanggung jawab saya sendiri.

Atas hal tersebut saya bersedia menerima sanksi, sesuai hukum atau aturan yang berlaku di Indonesia.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa paksaan dari siapapun.

Surabaya, 18 Desember 2025

Hormat saya,



Birgitta Glory Merientiana Putri

NPM: 1532400017



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 : Birgitta Glory Merientiana Putri
NBI/ NPM : 1532400017
Fakultas : Fakultas Psikologi
Program Studi : Magister Psikologi
Jenis Karya : Tesis

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

“MODEL STRATEGI PENCEGAHAN TERORISME (Studi Implementasi Kebijakan Pencegahan Terorisme di Polda Kalimantan Selatan)”

Dengan *Hak Bebas Royalti 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 selama tetap tercantum

Dibuat di : Surabaya

Pada tanggal :

Yang Menyatakan,



Birgitta Glory Merientiana Putri

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah atas limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “Hubungan Resiliensi dan Kesejahteraan Psikologis dengan Dukungan Sosial Sebagai Mediator Pada Generasi-Z” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

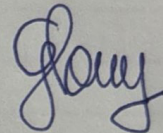
Tesis ini disusun dengan penuh dedikasi dan semangat, meskipun dalam prosesnya penulis menghadapi berbagai tantangan, baik secara akademik atau pribadi. Namun demikian, semua itu dapat dilalui berkat dukungan, doa, serta bantuan dari berbagai pihak yang telah berkontribusi secara langsung maupun tidak langsung dalam penyelesaian karya ilmiah ini.

Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Harjo Seputro, S.T., M.T, selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, yang senantiasa mendukung proses belajar dan mengajar di lingkungan kampus.
2. Dr. Diah Sofiah, M.Si., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, atas arahan dan fasilitas yang diberikan selama masa studi.
3. Dr. Dyan Evita Santi, M.Si., Psikolog, selaku Kepala Program Studi Magister Psikologi yang selalu memberikan bimbingan, motivasi, serta petunjuk yang sangat berarti dalam proses akademik penulis.
4. Dr. Andik Matulesy, M.Si., Psikolog, selaku dosen pembimbing I, atas kesabaran, ketelitian, dan bimbingan yang luar biasa dalam mengarahkan penulis selama penyusunan tesis ini.
5. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog, selaku dosen pembimbing II, atas masukan, saran, dan dukungan akademik yang sangat berharga dalam proses penyempurnaan karya ini.
6. Orang tua tercinta, Hendrikus Priyo Adil Sutrisno, yang selalu menjadi sumber kekuatan, inspirasi, dan doa dalam setiap langkah hidup penulis.
7. Rekan-rekan seperjuangan Magister Psikologi Angkatan 51, yang telah menjadi penyemangat dalam berdiskusi, berbagi semangat, dan saling mendukung satu sama lain selama kuliah.
8. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah membantu lancarnya pelaksanaan tugas akhir ini.

Penulis menyadari bahwa karya yang ditulis masih jauh dari kata kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis membuka diri terhadap kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan di masa mendatang. Semoga tesis ini dapat memberikan manfaat, baik secara akademik maupun praktis.

Surabaya, 18 Desember 2025



Birgitta Glory Merientiana Putri

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
MOTTO	iv
SURAT PERNYATAAN	v
SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACT	xvi
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Permasalahan	1
1. Latar Belakang Masalah	1
2. Perumusan Masalah	2
3. Keaslian Penelitian.....	8
B. Tujuan dan Manfaat Penelitian	10
1. Tujuan Penelitian	10
2. Manfaat penelitian	10
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 11
A. Tinjauan Pustaka	11
1. Kesejahteraan Psikologis	11
2. Resiliensi.....	16
3. Dukungan Sosial	21
B. Landasan Pemikiran	27

C. Kerangka Pemikiran.....	29
D. Hipotesis.....	29
BAB III METODE PENELITIAN	31
A. Jenis Penelitian.....	31
B. Subjek Penelitian.....	31
1. Populasi.....	31
2. Sampel Penelitian.....	31
C. Variabel Penelitian dan Pengukurannya	33
D. Kesejahteraan Psikologis	34
1. Definisi Operasional Kesejahteraan Psikologis	34
2. Uji Alat Ukur Kesejahteraan Psikologis	35
E. Resiliensi.....	37
1. Definisi Operasional Resiliensi.....	37
2. Uji Alat Ukur Resiliensi.....	38
F. Dukungan Sosial	39
1. Definisi Operasional Dukungan Sosial	39
2. Pengembangan Alat Ukur Dukungan Sosial.....	40
3. Uji Alat Ukur Dukungan Sosial.....	41
G. Teknik Analisis Data.....	42
1. Uji Asumsi	42
2. Teknik Analisis	43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	45
A. Hasil Penelitian	45
1. Karakteristik Partisipan Penelitian.....	45
2. Deskripsi Data.....	46
B. Pembahasan.....	50
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	55
A. Kesimpulan	55
B. Saran	55

1. Bagi Generasi Z	55
2. Bagi Peneliti Selanjutnya	55
 DAFTAR PUSTAKA.....	 57
LAMPIRAN.....	63

DAFTAR TABEL

Tabel 1.....	33
Tabel 2.....	35
Tabel 3.....	36
Tabel 4.....	38
Tabel 5.....	39
Tabel 6.....	41
Tabel 7.....	42
Tabel 8.....	45
Tabel 9.....	46
Tabel 10.....	47
Tabel 11.....	47
Tabel 12.....	47
Tabel 13.....	47
Tabel 14.....	48
Tabel 15.....	49
Tabel 16.....	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Pemikiran Resiliensi yang dipengaruhi Kesejahteraan Psikologis dengan Dukungan Sosial Sebagai Mediator.	29
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Olah Data.....	63
Lampiran 2: Kategorisasi	69
Lampiran 3: Hasil Uji Coba Alat Ukur	70
Lampiran 4: Butir Aitem.....	76