

**HUBUNGAN ANTARA *SELF REGULATION* DAN RESILIENSI
PADA AKTIVIS ORGANISASI**

SKRIPSI

FEBRIATY PALUPI HUTAGALUNG

12.40.0232



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA**

SEMARANG

2016

**HUBUNGAN ANTARA *SELF REGULATION* DAN RESILIENSI
PADA AKTIVIS ORGANISASI**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

FEBRIATY PALUPI HUTAGALUNG

12.40.0232



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG**

2016

HALAMAN PENGESAHAN

**Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

Pada Tanggal

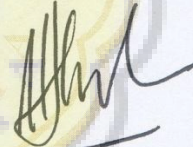
16 Juni 2016

Mengesahkan

Fakultas Psikologi

Universitas Katolik Soegijapranata

Dekan,



(Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes)

Dewan Penguji

1. Dr. A. Rachmad Djati Winarno, MS (.....)

2. Cicilia Tanti Utami, S.Psi., M.A (.....)

3. Ferdinandus Hindiarto, S.Psi., M.Si (.....)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini kupersembahkan
kepada Ayah Tercinta,
Alm. Saridin Hutagalung.



HALAMAN MOTTO

**“Segala perkara dapat kutanggung di dalam DIA
yang memberi kekuatan kepadaku”**

Filipi 4:13

*“Kamu harus menangis dulu, untuk mengerti arti bahagia. Kamu harus jatuh
dulu, untuk mengerti arti bangkit. Dan kamu harus merasakan sakit dulu, untuk
membuktikan bahwa dirimu terlalu tangguh untuk dipatahkan” – Aty
Hutagalung.*

“ALL IS WELL”

HALAMAN UCAPAN TERIMAKASIH

Puji dan Syukur penulis panjatkan kepada Bapa di Surga atas segala yang terbaik yang telah disediakan, atas semua yang indah pada waktunya, dan atas kemampuan dari-NYA penulis mampu menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan antara *Self Regulation* dan Resiliensi pada Aktivis Organisasi”

Proses pengerjaan skripsi ini tidak lepas dari doa, dukungan, bimbingan, motivasi dari berbagai pihak yang menjadi bagian untuk melengkapi dan menyempurnakan penulis. Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tak terhingga kepada:

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Cicilia Tanti Utami, S.Psi., M.A selaku Dosen Pembimbing yang menampar habis-habisan penulis dalam setiap bimbingannya, mengenalkan kepada penulis arti kerja keras dalam pembuatan skripsi yang sebenarnya, yang memotivasi penulis untuk membuktikan bahwa lulus tepat waktu adalah hal yang tidak mustahil.
3. Lita Widyo Hastuti, S.Psi., M.Si selaku Dosen Wali kelas 04 angkatan 2012 yang selalu ramah dan baik. Di balik kesibukan, beliau yang kadang bertemu selalu menanyakan “*Aty sudah sampai mana skripsinya?*” dan yang terpenting penulis selalu merasa arti kehadiran Ibu Lita yang tidak hanya sebagai wali tetapi Ibu yang luar biasa.

4. Seluruh Dosen dan Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah memberikan banyak dukungan dalam berbagai hal.
5. Alm. Saridin Hutagalung dan Ibu Endang Sriwijaya Ningsih atas didikan, kasih sayang, kerja keras, kesakitan, pengorbanan, doa, dan semuanya yang luar biasa. Dalam Surga manapun Ayah sekarang, semoga Ayah dapat tersenyum bahagia melihat putrinya telah memenuhi janji yang belum sempat ditepati. Untuk Mama terimakasih atas perjuangan hampir 1 tahun menyekolahkan penulis tanpa peran Ayah, berjuang tanpa lelah walau dengan kasih yang tidak terkira.
6. Kak Eka Baja Paruntungan, Kak Adi Mora Tunggul, Kak Riovel Pardamean Hutagalung, Adik Tya Pancawati Hutagalung atas dukungan, motivasi bagi penulis selama ini.
7. Irene, Fla, Intan, Flo, Nurul atas tawa-canda, airmata, pertemanan yang luar biasa.
8. Keluarga kelas 04 angkatan 2012 atas kelas yang selalu mempunyai kisah unik, kelas yang membuat betah, kelas yang dipandang sebelah mata tetapi punya orang-orang yang luar biasa.
9. Badan Eksekutif Mahasiswa Fakultas (BEMF) Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang 2014-2015 atas pelajaran yang luar biasa.
10. Awaken The Giant Within (ATGW 2013) untuk kesempatan pertama menjadi tumpuan awal penulis memulai organisasi.

11. Gank Lapindo (Citra, Ane, Fifi, Nur, Hickma, Tari, Anisa) atas pertemanan bertahun-tahun yang tak lekang oleh waktu. Terimakasih untuk kisah yang sempat sempurna.
12. GANK ADEK (Hana, Febri, Kiki, Cisti) terimakasih untuk dinamika susah senang menjadi Ass. Laboratorium, dan juga Pak Haryo dan Bu Esthi yang selalu memberikan dukungan dan semangat untuk penulis.
13. Corneles, Rheny, Eodia, Lyan, Ria dan untuk semua teman-teman di Papua khususnya yang sempat menuai cerita pada saat duduk di SDN Abeale 1 Sentani, SMPN 2 Sentani, dan SMAN 1 Sentani, terimakasih telah mendewasakan penulis lewat kisah menyayat dan membahagiakan.

Last but no least, terimakasih Fakultas Psikologi UNIKA SOEGIJAPRANATA Semarang telah membentuk peneliti menjadi sosok yang tahu diri. Tahu bahwa semua tidak ada yang terlalu mudah dan tidak ada yang terlalu sulit. Semua bisa asal kita percaya akan bagaimana kita melihat diri secara utuh.

Semarang, 16 Juni 2016

Penulis

HUBUNGAN ANTARA *SELF REGULATION* DAN RESILIENSI PADA AKTIVIS ORGANISASI

Febriaty Palupi Hutagalung

12.40.0232

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self regulation* dan resiliensi pada aktivis organisasi di UNIKA SOEGIJAPRANATA Semarang. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan positif antara *self regulation* dan resiliensi pada aktivis organisasi. Jumlah subjek yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 60 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *insidental sampling*. Metode pengumpulan data dalam penelitian skala resiliensi dan skala *self regulation* disusun berdasarkan skala likert. Penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala *self regulation* dan skala resiliensi pada aktivis organisasi. Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis *product moment* dari Karl Pearson. Hasil uji diperoleh koefisien r_{xy} sebesar 0,396 dengan $p = 0,002$ dimana $p < 0,01$. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara *self regulation* dan resiliensi pada aktivis organisasi, maka hipotesis yang diajukan diterima.

Kata kunci: *resiliensi, self regulation, aktivis organisasi*

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN UCAPAN TERIMA KASIH	vi
ABSTRAKSI	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	12
C. Manfaat Penelitian	12
1. Manfaat Teoritis	12
2. Manfaat Praktis	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	13
A. Resiliensi pada Aktivis Organisasi	13
1. Pengertian Resiliensi pada Aktivis Organisasi	13
2. Aspek-aspek Resiliensi	15
3. Faktor-faktor Resiliensi	21

B. <i>Self Regulation</i>	25
1. Pengertian <i>Self Regulation</i>	25
2. Aspek-aspek <i>Self Regulation</i>	27
C. Hubungan antara <i>Self Regulation</i> dengan Resiliensi pada Aktivis Organisasi	29
D. Hipotesis	32
 BAB III METODE PENELITIAN	 33
A. Pendekatan	33
B. Identifikasi Variabel Penelitian	33
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	33
1. Resiliensi pada Aktivis Organisasi	33
2. <i>Self Regulation</i>	34
D. Subjek Penelitian	34
1. Populasi	34
2. Teknik Pengambilan Sampel	35
E. Metode Pengumpulan Data	35
1. Skala Resiliensi pada Aktivis Organisasi	36
2. Skala <i>Self Regulation</i>	37
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	37
1. Validasi Alat Ukur	37
2. Reliabilitas Alat Ukur	38
G. Metode Analisis Data	39

BAB IV	PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN	
	PENELITIAN	40
	A. Orientasi Kancan Penelitian	40
	B. Persiapan Penelitian	42
	1. Persiapan Administratif	42
	2. Penyusunan Alat Ukur	43
	a. Skala Resiliensi pada Aktivis Organisasi	43
	b. Skala <i>Self Regulation</i>	44
	3. Uji Coba Alat Ukur	45
	a. Validitas dan Reliabilitas	
	Skala Resiliensi pada Aktivis Organisasi	46
	b. Validitas dan Reliabilitas	
	Skala <i>Self Regulation</i>	47
	C. Pelaksanaan Penelitian	50
BAB V	HASIL DAN PEMBAHASAN	51
	A. Hasil Penelitian	51
	1. Uji Asumsi	51
	a. Uji Normalitas	51
	b. Uji Linieritas	52
	2. Uji Hipotesis	52
	B. Pembahasan	53
BAB VI	KESIMPULAN DAN SARAN	57
	A. Kesimpulan	57

B. Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN	62



DAFTAR TABEL

Tabel 1	Rancangan Pernyataan Skala Resiliensi pada Aktivis Organisasi	36
Tabel 2	Rancangan Pernyataan Skala <i>Self Regulation</i>	37
Tabel 3	Sebaran Nomer Item Skala Resiliensi pada Aktivis Organisasi	44
Tabel 4	Sebaran Nomer Item Skala <i>Self Regulation</i>	45
Tabel 5	Data Subjek <i>Try Out</i>	46
Tabel 6	Sebaran Item Valid dan Item Gugur Skala Resiliensi pada Aktivis Organisasi	47
Tabel 7	Sebaran Item Valid dan Item Gugur Skala <i>Self Regulation</i>	48
Tabel 8	Sebaran Nomor Item Baru Skala Resiliensi pada Aktivis Organisasi	49
Tabel 9	Sebaran Nomer Item Baru Skala <i>Self Regulation</i>	49
Tabel 10	Data Subjek Penelitian	50

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A SKALA	63
A-1 Skala <i>Try Out</i>	64
A-2 Skala Penelitian	68
LAMPIRAN B DATA	71
B-1-1 Data <i>Try Out</i> Skala Resiliensi pada Aktivis Organisasi	72
B-1-2 Data <i>Try Out</i> Skala <i>Self Regulation</i>	75
B-2-1 Data Penelitian Skala Resiliensi pada Aktivis Organisasi	78
B-2-2 Data Penelitian Skala <i>Self Regulation</i>	82
LAMPIRAN C UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS	86
C-1 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Resiliensi pada Aktivis Organisasi.....	87
C-2 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Self Regulation</i>	92
LAMPIRAN D UJI ASUMSI	97
D-1 Uji Normalitas	98
D-2 Uji Linearitas	102
LAMPIRAN E UJI HIPOTESIS	105
LAMPIRAN F SURAT PENELITIAN	107
F-1 Surat Ijin Penelitian	108
F-2 Surat Bukti Penelitian	110