

**PENGARUH HARGA DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA
TERHADAP RESILIENSI MAHASISWA TARUNA PELAYARAN**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam

Menyelesaikan Program Strata Satu (S1)

Psikologi (S.Psi)



Disusun oleh :

Nur Aini Naimatu A'yun

2107016127

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG

2025

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nur Aini Naimatu A'yun

NIM : 2107016127

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

**PENGARUH HARGA DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA
TERHADAP RESILIENSI MAHASISWA TARUNA PELAYARAN**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian karya saya sendiri, kecuali bagian tertentu yang terdapat rujukan sumbernya.

Semarang, 23 Maret 2025

Pembuat Pernyataan



Nur Aini Naimatu A'yun

NIM. 2107016127

LEMBAR PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini:

Judul : PENGARUH HARGA DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA
TERHADAP RESILIENSI MAHASISWA TARUNA PELAYARAN

Nama : Nur Aini Naimatu A'yun

NIM : 2107016127

Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang munaqosah oleh dosen penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam Ilmu Psikologi.

Semarang, 24 Mei 2025

DEWAN PENGUJI

Penguji I

Nadiatus Salama, M.Si., PhD
NIP. 197806112008012016

Penguji II

Lucky Ade Sessiani, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 198512022019032010

Penguji III

Lainatul Mudzkiyyah, M.Psi., Psikolog
NIP. 198805082023212036

Penguji IV

Nadva Ariyani Hasanah Nurivvatiningrum, M.Psi
NIP. 199201172019032019

Pembimbing I

Dewi Khurun Aini, M.A
NIP. 198605232018012002

Pembimbing II

Lucky Ade Sessiani, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 198512022019032010

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING I



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Assalamu 'alaikum, wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : PENGARUH HARGA DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN
SEBAYA TERHADAP RESILIENSI MAHASISWA TARUNA
PELAYARAN

Nama : NUR AINI NAIMATU A'YUN

NIM : 2107016127

Jurusan : PSIKOLOGI

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu 'alaikum, wr. wb.

Mengatahui
Pembimbing I

Dewi Khurun Aini, S.Pd.I., M.A

NIP. 198605232018012002

Semarang, 26 Maret 2025
Yang bersangkutan,

Nur Aini Naimatu A'yun

NIM. 2107016127

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING II



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Assalamu 'alaikum wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah kripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : PENGARUH HARGA DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN
SEBAYA TERHADAP RESILIENSI MAHASISWA TARUNA
PELAYARAN

Nama : NUR AINI NAIMATU A'YUN

NIM : 2107016127

Jurusan : PSIKOLOGI

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu 'alaikum wr. wb.

Mengatahui
Pembimbing II

Lucky Ade Sessiani, S.Psi., M.Psi., Psikolog

NIP. 198512022019032010

Semarang, 26 Maret 2025

Yang bersangkutan,

Nur Aini Naimatu A'yun

NIM. 2107016127

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, karena berkat Rahmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, suri taulan umat manusia yang syafaatnya akan membantu kita kelak di *Yaumil Akhir*. *Aamiin Yaa Rabbal 'Alamiin*.

Penulisan skripsi ini yang berjudul ***“PENGARUH HARGA DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA TERHADAP RESILIENSI MAHASISWA TARUNA PELAYARAN”*** dimaksudkan untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan untuk memperoleh gelar Sarjana (S1) dalam Ilmu Psikologi (S.Psi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang).

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat pelajaran, dukungan motivasi, bantuan berupa bimbingan yang sangat berharga dari berbagai pihak mulai dari pelaksanaan hingga penyusunan laporan skripsi ini. Pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada orang-orang yang penulis hormati dan cintai yang membantu secara langsung maupun tidak langsung selama pembuatan skripsi ini. Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Prof. Dr. Nizar, M. Ag selaku Rektor UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya.
2. Prof. Dr. Baidi Bukhori, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya.
3. Prof. Dr. H. Ikhrom, M.Ag selaku Wakil Dekan III bagian kemahasiswaan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
4. Ibu Dewi Khurun Aini, M.A selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang sekaligus pembimbing I yang dengan sabar memberikan bimbingan, saran, dan motivasi kepada penyusun skripsi ini.

5. Ibu Lucky Ade Sessiani, M.Psi, Psikolog selaku Sekretaris Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan sekaligus pembimbing II dan wali dosen yang sudah membimbing penulis, memberikan dukungan motivasi, dan saran dari awal perkuliahan hingga saat ini.
6. Segenap bapak/ ibu dosen dan staf di lingkungan Fakultas Psikologi dan Kesehatan, khususnya program studi psikologi yang tak kenal lelah mengajari dan memfasilitasi penulis selama proses studi.
7. Direktur Politeknik Bumi Akademi Pelayaran Niaga (AKPELNI) yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian.
8. Mahasiswa/I taruna Politeknik Bumi AKPELNI yang telah berkenan menjadi subjek penelitian.

Penelitian ini tentu masih jauh dari kata sempurna, maka dari itu apabila di masa yang akan datang terdapat kritik maupun saran terkait hasil penelitian ini, peneliti akan menerima dengan tangan terbuka. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dan penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua dan menjadi bahan masukan dalam dunia psikologi.

Semarang, 23 Maret 2025

Penulis

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah. Segala lika-liku proses dalam kepenulisan ini adalah nikmat dari Allah SWT sehingga tak henti-hentinya penulis mengucapkan syukur. Terimakasih ya Allah sudah memperkenankan penulis menyelesaikan pendidikan dengan sebaik-baiknya. Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua penulis, Bapak Sardiono dan Ibu Sri Hayati, yang selalu melangitkan doa dengan tulus untuk anak perempuannya, yang selalu memberikan dukungan secara moril dan materil. Terimakasih banyak Bapak dan Ibu atas kepercayaanya membiarkan anak perempuan bungsunya tumbuh dan berkembang di perantauan selama menempuh pendidikan. Tentunya masih banyak sekali usaha kedua orang tua yang tidak bisa dijelaskan satu persatu.
2. Ketiga kakak penulis, Muhammad Ridwan Haris Budiono, Anita Rohmatul Laili, dan Muhammad Ridhan Syaifullah, yang telah memberikan banyak pengalaman sehingga adik perempuan kalian bisa mengambil hikmah dari pengalaman kalian dan memperbaikinya. Terimakasih mas Syaiful yang sering memberikan tambahan uang jajan yang lebih dari cukup kepada penulis, mas Ridwan yang sering meluangkan waktunya mengantar jemput penulis ketika pulang ke rumah, dan mbak Anita yang memberikan doa dan semangat kepada penulis.
3. Dewan Eksekutif Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Kesehatan, yang merupakan wadah penulis untuk berproses dan mengembangkan *soft skills* selama 1 periode. Bahwasanya tidak mudah dalam menahkodai organisasi dan kewajiban akademik secara bersamaan, namun penulis mampu melewatinya dengan sangat baik. Pengalaman yang luar biasa ini akan menjadi sejarah yang tidak akan penulis lupakan terimakasih banyak DEMA FPK.
4. PMII Rayon Psikologi dan Kesehatan, yang merupakan organisasi pertama yang penulis ikuti. Terimakasih sudah menjadi rumah pertama yang mengajarkan penulis makna banyak hal, sehingga penulis mampu berproses dan berkembang di dunia perkuliahan dengan sangat baik.
5. HMJ Psikologi, yang merupakan himpunan tercinta selama 2 tahun bukan waktu yang sebentar bagi penulis untuk belajar dan mengembangkan diri di

tempat ini. Terimakasih atas pembelajarannya selama ini, tumbuh subur himpunanku.

6. Sahabat penulis, Nidzam Zahra Viandifa, Zulfa Dwi Muflikhah, Vina Agustin, terimakasih banyak atas dukungan yang sudah banyak kalian lakukan dari awal perkuliahan hingga selesainya skripsi ini. Banyak hal yang sudah kita lalui bersama di dunia akademik maupun non akademik yang membuat penulis sangat nyaman menjadi dirinya sendiri.
7. Partner organisasi sekaligus sahabatku, Muti'atun Himmatul Khoiriyah, terimakasih banyak Muti sudah memberikan motivasi, dukungan, dan kepercayaan sehingga penulis yakin dan mampu dengan potensi dirinya sendiri. Menjadi pemimpin apalagi perempuan itu ternyata tidak mudah, tetapi kita hebat bisa melewatinya.
8. Anggota AHE (Anak Hebat), Iiz Roizul Fahmi, Wafiq Azizah, Zulfa Dwi Muflikhah, Nabila Faizatun Na'imah, Furqon Efendi, M. Zacky Sulthoni, Muti'atun Himmatul Khoiriyah, Zulfa Nurul Afifah, Ivan Irawan Firdausi, Vina Agustin, Nidzam Zahra Viandifa, Elsa Sabina, bahwa penulis memahami arti satu angkatan satu jiwa ada di kalian semua. Tim hebat angkatan Galaksi 21, terimakasih banyak sudah menemani bertahan dan berjuang selama berproses di organisasi.
9. Pasangan hidup penulis di masa depan, sampai berakhirnya penyusunan skripsi ini penulis masih berusaha memantaskan diri supaya menjadi wanita yang sempurna dengan memiliki *Brain, Beuty, Behaviour*. Semoga kelak kita bertemu dengan versi terbaik masing-masing.
10. Diriku sendiri, Ayun, terimakasih sudah sangat berjuang selama ini. Si pantang menyerah dan selalu ingin belajar, pengalaman untuk mencapai impian selama menempuh pendidikan penuh dengan usaha, tangis, dan tawa. Terimakasih sudah mau kuat dan berjuang sejauh ini. Selamat sudah mencapai garis *finish*.

Semarang, 23 Maret 2025

Penulis

MOTTO

“Hidup yang tidak diperjuangkan, maka tidak akan dimenangkan”

(Sutan Sjahrir)

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING I.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING II	v
KATA PENGANTAR	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
MOTTO	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
<i>ABSTRACT</i>	xvii
ABSTRAK	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN TEORI.....	11
A. Resiliensi	11
1. Pengertian Resiliensi	11
2. Aspek-Aspek Resiliensi	12
3. Faktor-faktor Resiliensi.....	14

4.	Resiliensi dalam Perspektif Islam	17
B.	Harga Diri.....	18
1.	Pengertian Harga Diri	18
2.	Aspek-aspek Harga Diri	19
3.	Harga Diri dalam Perspektif Islam.....	21
C.	Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	22
1.	Pengertian Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	22
2.	Aspek-aspek Dukungan Sosial Teman Sebaya	24
3.	Dukungan Sosial Teman Sebaya dalam Perspektif Islam.....	26
D.	Harga Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Resiliensi Mahasiswa Taruna Pelayaran	27
E.	Kerangka Berfikir.....	29
F.	Hipotesis.....	30
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....		31
A.	Jenis Penelitian.....	31
B.	Variabel Penelitian	31
C.	Definisi Operasional.....	32
D.	Tempat dan Waktu Penelitian	34
E.	Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	34
F.	Metode Pengumpulan Data	36
G.	Validitas, Uji Daya Beda, dan Reliabilitas.....	39
H.	Hasil Uji Coba Alat Ukur.....	41
1)	Hasil <i>Expert Judgment</i>	41
2)	Hasil Uji Daya Beda Item	41
3)	Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur	45
I.	Teknik Analisis Data.....	46

1) Uji Asumsi	47
2) Uji Hipotesis	48
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	49
A. Hasil Penelitian	49
1) Deskripsi Subjek Penelitian	49
2) Kategorisasi Variabel Penelitian	51
B. Hasil Analisis Data.....	56
1) Uji Normalitas.....	56
2) Uji Linearitas.....	57
3) Uji Multikolinearitas	59
C. Hasil Uji Hipotesis	60
D. Pembahasan.....	63
BAB V PENUTUP.....	69
A. Kesimpulan	69
B. Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN.....	76

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kategorisasi Respon.....	36
Tabel 3.2 Blue Print Skala Resiliensi.....	37
Tabel 3.3 Blue Print Skala Harga Diri	38
Tabel 3.4 Blue Print Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya	39
Tabel 3.5 Hasil Uji Coba Skala Resiliensi	42
Tabel 3.6 Hasil Uji Coba Skala Harga Diri	43
Tabel 3.7 Hasil Uji Coba Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	44
Tabel 3.8 Hasil Reliabilitas Resiliensi Sebelum Uji Coba.....	45
Tabel 3.9 Hasil Reliabilitas Resiliensi Setelah Uji Coba.....	45
Tabel 3.10 Hasil Reliabilitas Harga Diri sebelum Uji Coba.....	45
Tabel 3.11 Hasil Reliabilitas Harga Diri Setelah Uji Coba	45
Tabel 3.12 Hasil Reliabilitas Dukungan Sosial Teman Sebaya Sebelum Uji Coba	46
Tabel 3.13 Hasil Reliabilitas Dukungan Sosial Teman Sebaya Setelah Uji Coba	46
Tabel 4.1 Hasil Uji Deskriptif	52
Tabel 4.2 Kategorisasi Variabel Resiliensi	52
Tabel 4.3 Distribusi Variabel Resiliensi	53
Tabel 4.4 Kategorisasi Variabel Harga Diri.....	54
Tabel 4.5 Distribusi Variabel Harga Diri.....	54
Tabel 4.6 Kategorisasi Variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	55
Tabel 4.7 Distribusi Variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya	55
Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas	56
Tabel 4.9 Hasil Uji Linearitas Harga Diri dan Resiliensi	58
Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Resiliensi	58
Tabel 4.11 Hasil Uji Multikolinearitas.....	60
Tabel 4.12 Koefisien Analisis Regresi Linear Berganda	61
Tabel 4.13 Persamaan Regresi Linear Berganda	62
Tabel 4.14 Prediktor Harga Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Resiliensi	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Selebaran sampel penelitian berdasarkan program studi	49
Gambar 2 Selebaran sampel penelitian berdasarkan usia	50
Gambar 3 Selebaran sampel penelitian berdasarkan jenis kelamin	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Blue Print Skala Penelitian Sebelum Uji Coba	76
Lampiran 2 Blue Print Skala Penelitian Setelah Uji Coba.....	87
Lampiran 3 Bukti Uji Coba di Google Form	96
Lampiran 4 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	97
Lampiran 5 Hasil Uji Kategorisasi.....	100
Lampiran 6 Hasil Uji Asumsi Klasik	101
Lampiran 7 Hasil Uji Hipotesis	104
Lampiran 8 Bukti Penelitian	105
Lampiran 9 Tabulasi Data.....	106
Lampiran 10 Dokumentasi.....	111

THE INFLUENCE OF SELF-ESTEEM AND PEER SOCIAL SUPPORT ON THE RESILIENCE OF MARITIM CADET STUDENTS

ABSTRACT

In the context of maritime cadet students, resilience is a crucial factor in supporting their academic and professional success in a highly disciplined and challenging environment. This study aims to analyze the influence of self-esteem and peer social support on the resilience level of maritime cadet students. A quantitative approach with a causal research design was used in this study. The total sample consisted of 142 maritime cadet students from Politeknik Bumi AKPELNI, selected using a cluster random sampling technique. Data collection was conducted using resilience scales, self-esteem scales, and peer social support scales. Data analysis was performed using multiple linear regression to examine the effects of self-esteem, peer social support, and resilience. The results showed that the self-esteem variable significantly influenced resilience with a p-value of 0.000 (< 0.05), while the peer social support variable also had a significant effect on resilience with a p-value of 0.000 (< 0.05). Additionally, self-esteem and peer social support together significantly influenced resilience, with a p-value of 0.000 (< 0.05) and a contribution of 94.2%. Therefore, there is a significant influence of self-esteem and peer social support on the resilience of maritime cadet students. Based on the research conducted, it is recommended that cadet students at Politeknik Bumi AKPELNI improve their resilience by enhancing their self-esteem and peer social support.

Keywords: *self-esteem, peer social support, resilience*

PENGARUH HARGA DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA TERHADAP RESILIENSI MAHASISWA TARUNA PELAYARAN

ABSTRAK

Dalam konteks mahasiswa taruna pelayaran, resiliensi menjadi faktor penting dalam menunjang keberhasilan akademik dan profesional mereka di lingkungan yang penuh disiplin serta tantangan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh harga diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap tingkat resiliensi mahasiswa taruna pelayaran. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis kausalitas. Total sampel dalam penelitian ini sebanyak 142 mahasiswa taruna pelayaran Politeknik Bumi AKPELNI. Teknik pengambilan data menggunakan *cluster random sampling*. Pengambilan data menggunakan skala resiliensi, skala harga diri, dan skala dukungan sosial teman sebaya. Analisis data menggunakan metode regresi linear berganda untuk menguji pengaruh antara variabel harga diri, dukungan sosial teman sebaya, dan resiliensi. Hasil yang diperoleh yaitu variabel harga diri terhadap resiliensi berpengaruh signifikan sejumlah 0,000 ($< 0,05$), lalu variabel dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi berpengaruh signifikan sebesar 0,000 ($< 0,05$), serta harga diri dan dukungan sosial teman sebaya berpengaruh signifikan dengan skor 0,000 ($< 0,05$) dan berkontribusi sebesar 94,2% terhadap resiliensi. Sehingga, terdapat pengaruh yang signifikan antara harga diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi mahasiswa taruna pelayaran. Berdasarkan penelitian yang dilakukan disarankan bahwa mahasiswa taruna pelayaran Politeknik Bumi AKPELNI untuk meningkatkan resiliensi yaitu dengan meningkatkan harga diri dan dukungan sosial teman sebayanya.

Kata kunci: harga diri, dukungan sosial teman sebaya, resiliensi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan proses yang dilakukan terus menerus dari penyesuaian yang lebih tinggi bagi makhluk manusia yang telah berkembang secara fisik dan mental, yang bebas dan sadar kepada Tuhan, seperti termanifestasi dalam alam sekitar intelektual, emosional dan kemanusiaan dari manusia (Lestari & Maunah, 2022). Menurut Wibawa (2017) Pendidikan Tinggi adalah lembaga ilmiah yang mempunyai tugas menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran di atas perguruan tingkat menengah, dan yang memberikan pendidikan dan pengajaran berdasarkan kebudayaan dan kebangsaan Indonesia dengan cara ilmiah. Fungsi perguruan tinggi adalah mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan civitas akademika yang inovatif, responsif, kreatif, terampil, berdaya saing, dan kooperatif melalui pelaksanaan Tridharma.

Menurut Mardiyah & Rahmandani (2019) Indonesia merupakan negara maritim yang mana antara daratan dan lautan lebih luas lautannya. Laut Indonesia memiliki luas 3.273.810 km² yang terbentang sejauh 3.977 mil. Dikarenakan wilayah lautan sangat luas tentunya tidak bisa terlepas dari aktivitas pelayaran. Untuk mencetak pelaut-pelaut yang memiliki keahlian mumpuni di setiap bidangnya maka Pendidikan tinggi pelayaran sangat dibutuhkan untuk memenuhi kebutuhan tersebut. Pendidikan tinggi pelayaran tersebar di beberapa wilayah Indonesia, salah satunya di Kota Semarang (Mardiyah & Rahmandani, 2019). Menurut Andriani (2018) Perguruan tinggi dengan sistem kemaritiman memiliki cara tersendiri untuk meningkatkan intelektual dan budi pekerti tarunanya yaitu dengan menerapkan sistem pendidikan semi militer dan asrama. Menurut Tepy

(2016) perguruan tinggi berasrama dirancang dan diperuntukkan bagi para peserta didik untuk membentuk sikap, perilaku serta karakter yang sesuai visi/misi perguruan tinggi dimana para peserta didik (berasrama) didampingi oleh guru/senior yang dapat membantu perkembangannya secara berkelanjutan.

Resiliensi adalah proses dinamis yang melibatkan faktor individu dan lingkungan, mencerminkan kemampuan seseorang untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif dalam situasi sulit atau penuh hambatan (Hendriani, 2022). Resiliensi merujuk pada kemampuan seseorang untuk pulih dari tekanan, kesulitan, atau kegagalan. Hal ini sejalan dengan pendapat Mardiyah & Ramadhani (2018) di lingkungan pendidikan militer, tingkat resiliensi taruna sangat penting dalam menentukan kemampuan mahasiswa taruna pelayaran untuk bertahan dan berhasil menyelesaikan pendidikan mahasiswa taruna pelayaran dengan sukses.

Berdasarkan pra-riset ulang yang dilakukan berupa wawancara yang dilaksanakan pada hari Minggu, 20 April 2025 kepada 5 mahasiswa Politeknik Bumi AKPELNI dengan menggunakan aspek resiliensi yang dikemukakan oleh Reivich & Shatte (2002) terdapat 7 aspek resiliensi yaitu pengaturan emosi, optimisme, empati, efikasi diri, kontrol impuls, analisis kasual, dan pencapaian. Pertama, pada aspek pengaturan emosi, dari lima mahasiswa yang diwawancarai, tiga di antaranya mengaku kesulitan mengendalikan diri saat dihadapkan pada kedisiplinan yang sangat ketat. Aturan-aturan yang ada dan jadwal yang padat seringkali memicu frustrasi, terutama ketika mereka merasa tekanan tersebut datang secara bertubi-tubi tanpa ruang untuk mengekspresikan perasaan.

Kedua, aspek optimisme tercatat tiga dari lima mahasiswa menyampaikan bahwa mereka sering merasa takut kemampuan yang mereka miliki tidak cukup untuk bertahan sebagai taruna pelayaran. Rasa ragu terhadap potensi diri ini menjadi beban psikologis yang cukup berat. Ketakutan tersebut tidak hanya mempengaruhi motivasi belajar mereka, tetapi juga menurunkan keyakinan diri dalam menghadapi ujian fisik dan

mental yang menjadi bagian dari proses pembentukan karakter di dunia pelayaran.

Ketiga, aspek kontrol impuls juga menunjukkan dua dari lima mahasiswa mengungkapkan bahwa mereka pernah mengalami kelelahan ekstrem akibat padatnya aktivitas. Kelelahan ini tidak hanya berdampak pada kondisi fisik, tetapi juga berpengaruh pada kemampuan mereka dalam mengambil keputusan secara rasional. Dalam kondisi lelah, mereka lebih mudah marah, tergesa-gesa, dan cenderung melakukan kesalahan karena tidak dapat mengendalikan dorongan emosional yang muncul.

Keempat, aspek analisis kasual turut menunjukkan adanya hambatan dalam perkembangan kognitif mahasiswa. Tiga mahasiswa mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas-tugas berat, namun mereka juga kurang menunjukkan inisiatif untuk bertanya atau mencari bantuan. Hal ini menunjukkan adanya kecenderungan untuk menyalahkan faktor luar atau menyerah pada kesulitan tanpa menganalisis akar masalah secara mendalam. Kurangnya kebiasaan berpikir reflektif ini berpotensi menghambat perkembangan kemampuan problem solving yang esensial di dunia pelayaran.

Persepsi individu terhadap diri sendiri memiliki dampak besar terhadap berbagai aspek kehidupan, termasuk perilaku dan interaksi sosial. Tingkat keyakinan seseorang terhadap nilai dan kemampuannya tidak hanya menentukan cara mereka merespons tantangan, tetapi juga memengaruhi motivasi dalam mencapai tujuan. Harga diri memainkan peran yang sangat penting dan memiliki dampak besar terhadap perilaku individu. Seseorang dengan harga diri tinggi cenderung lebih ambisius, karena mereka menempatkan aspirasi mereka pada level yang lebih tinggi. Harga diri yang dimiliki seseorang juga memengaruhi bagaimana mereka berinteraksi dalam hubungan sosial dengan orang lain. Individu dengan harga diri tinggi cenderung menunjukkan perilaku positif, sementara harga diri yang rendah dapat berdampak negatif pada perilaku individu (Calhoun & Acocella, 1990). Individu yang memiliki harga diri tinggi cenderung menyalahkan kegagalan atau kekecewaan pada faktor eksternal atau menganggapnya

sebagai kebutuhan untuk berusaha lebih keras. Ketika mengalami kegagalan atau penolakan, mereka tetap gigih dan terus mencoba berbagai pendekatan baru hingga menemukan cara yang berhasil (Feldman, 2009). Harga diri ini memengaruhi bagaimana seseorang merespons situasi sulit, mengatasi stres, dan bahkan bagaimana mahasiswa taruna pelayaran memotivasi diri sendiri untuk mencapai tujuan.

Dukungan semacam ini dapat berdampak besar terhadap rasa percaya diri seorang taruna. Dalam lingkungan yang menuntut, sangat mudah bagi seseorang untuk merasa ragu terhadap kemampuannya sendiri. Namun, ketika dikelilingi oleh rekan-rekan yang mendukung, keraguan tersebut dapat diatasi lebih mudah. Rekan-rekan sebaya yang turut berjuang menghadapi tantangan yang sama memberikan contoh konkret bahwa kesulitan dapat diatasi. Pengalaman berbagi kesulitan dengan orang lain yang berada dalam situasi serupa membantu taruna merasa bahwa mahasiswa taruna pelayaran tidak sendirian, sehingga meningkatkan kepercayaan diri dalam menghadapi situasi yang berat. Menurut Sulfemi & Yasita (2020) dukungan dari rekan sebaya juga berfungsi sebagai sumber motivasi tambahan. Dalam kehidupan sebagai taruna, ada kalanya seseorang mungkin merasa lelah, kehilangan semangat, atau kurang termotivasi untuk melanjutkan perjuangan. Di sinilah peran rekan-rekan sebaya sangat penting. Dengan saling mendukung, mahasiswa taruna pelayaran dapat memotivasi satu sama lain untuk terus berusaha mencapai tujuan bersama. Sering kali, semangat yang diberikan oleh teman-teman sebaya bisa menjadi pendorong untuk melangkah lebih jauh dan berusaha lebih keras, bahkan ketika situasi terasa sangat menantang.

Tidak hanya dalam hal motivasi dan rasa percaya diri, dukungan dari teman sebaya juga berperan penting dalam membantu mengelola stress (Sarafino & Smith, 2014). Lingkungan pendidikan yang penuh tekanan, baik dari segi fisik maupun mental, sering kali menimbulkan stres yang berat bagi para taruna. Namun, dengan adanya rekan-rekan yang dapat diajak berbicara atau berbagi cerita, beban tersebut bisa terasa lebih ringan. Kehadiran teman-teman yang memahami situasi dan tantangan yang dihadapi memberikan

ruang bagi seorang taruna untuk melepaskan stres. Mahasiswa taruna pelayaran dapat berbagi pengalaman, menawarkan solusi, atau sekadar mendengarkan dengan empati, yang pada akhirnya membantu mengurangi beban mental. Lebih jauh lagi, dukungan rekan sebaya juga membantu membangun rasa solidaritas dan kebersamaan di antara para taruna. Ketika mahasiswa taruna pelayaran saling mendukung dalam menghadapi tantangan, tercipta ikatan emosional yang lebih kuat. Kebersamaan ini tidak hanya memperkuat hubungan interpersonal, tetapi juga membentuk dinamika kelompok yang positif. Solidaritas yang terbangun melalui dukungan ini membuat kelompok taruna lebih kompak dan tangguh dalam menghadapi tantangan, sehingga mahasiswa taruna pelayaran bisa bekerja sama lebih baik dalam situasi-situasi yang memerlukan kekompakan dan koordinasi.

Menurut Gottlieb (2017) pentingnya dukungan rekan sebaya juga tidak terbatas pada aspek sosial dan emosional saja, tetapi juga pada aspek kognitif dan akademis. Dalam lingkungan pendidikan, rekan-rekan sebaya sering kali menjadi sumber pengetahuan dan keterampilan tambahan. Mahasiswa taruna pelayaran bisa saling bertukar informasi, berbagi tips belajar, atau bahkan membantu memahami materi yang sulit. Dukungan dari rekan sebaya juga membantu dalam mengembangkan keterampilan interpersonal dan kepemimpinan. Menurut Hariyadi (2021) melalui pengalaman bersama, taruna belajar untuk lebih peka terhadap perasaan dan kebutuhan orang lain. Mahasiswa taruna pelayaran memahami bahwa dalam situasi sulit, mahasiswa taruna pelayaran tidak hanya perlu berfokus pada diri sendiri, tetapi juga harus siap membantu dan mendukung rekan-rekannya. Ini menciptakan budaya saling tolong-menolong yang sangat penting dalam membangun iklim pendidikan yang positif dan inklusif. Meskipun banyak penelitian telah dilakukan tentang faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi dalam konteks pendidikan, penelitian yang mengkaji hubungan antara harga diri, dukungan sosial teman sebaya, dan resiliensi khususnya pada taruna pelayaran masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk mengisi celah pengetahuan ini dan memberikan wawasan yang lebih

dalam tentang faktor-faktor psikologis yang memengaruhi resiliensi mahasiswa taruna Pelayaran.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti merumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Apakah harga diri berpengaruh terhadap resiliensi mahasiswa taruna pelayaran?
2. Apakah dukungan sosial teman sebaya berpengaruh terhadap resiliensi mahasiswa taruna pelayaran?
3. Apakah terdapat pengaruh antara harga diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi mahasiswa taruna pelayaran?

C. Tujuan

Berdasarkan latar belakang serta rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini yaitu:

1. Untuk menguji secara empiris pengaruh harga diri terhadap resiliensi mahasiswa taruna pelayaran.
2. Untuk menguji secara empiris dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi mahasiswa taruna pelayaran.
3. Untuk menguji secara empiris pengaruh harga diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi mahasiswa taruna pelayaran.

D. Manfaat Penelitian

Adapun beberapa manfaat yang akan didapat dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

a) Manfaat Teoritis

- 1) Sebagai bahan acuan untuk penelitian sejenis yang mungkin akan melakukan penelitian serupa.

- 2) Sebagai tambahan literatur bacaan atau khasanah psikologi berkaitan dengan harga diri, dukungan sosial teman sebaya, dan resiliensi.
- 3) Sebagai referensi bagi mahasiswa/i untuk meningkatkan pengetahuan dalam psikologi perkembangan, psikologi kepribadian, dan psikologi klinis terutama untuk mahasiswa psikologi UIN Walisongo Semarang.

b) Manfaat Praktis

1) Bagi Institusi

Bagi institusi diharapkan mampu memberikan kontribusi positif dalam mengoptimalkan dan mengembangkan *soft skills* terbaik mahasiswa taruna pelayaran berhubungan dengan harga diri, dukungan sosial teman sebaya, dan resiliensi.

2) Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi penelitian yang selanjutnya, penelitian ini dimaksudkan dapat menjadi pertimbangan, referensi dan dikembangkan lebih lanjut untuk penelitian selanjutnya.

E. Keaslian Penelitian

Berdasarkan kajian pustaka yang telah dilakukan untuk menghindari terjadinya pengulangan hasil penelitian, maka peneliti akan menjelaskan terkait hubungan penelitian dengan penelitian sebelumnya,

- a) Penelitian pertama, Ika Wulandari, Bhimo Surya Putra (2019) berjudul pengaruh harga diri dan peer support terhadap resiliensi pada siswa SMA Taruna Nala Malang. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif dengan desain regresi linear berganda dengan jumlah responden 112 responden siswa SMA Taruna Nala Malang. Instrumen penelitian menggunakan 25 item skalan resiliensi, 10 item skala harga diri, dan 12 item skala peer support. Hasil penelitian ini yaitu harga diri dan peer support memengaruhi resiliensi siswa SMA Taruna Nala Malang.

- b) Penelitian kedua, Sonia Alvina (2016) yang berjudul Pengaruh Harga Diri dan Dukungan Sosial terhadap Resiliensi Mahasiswa dengan Pengalaman Bullying di Perguruan Tinggi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner. Subjek penelitian berjumlah 180 orang dengan rentan usia 19-22 tahun yang pernah mengalami bullying. Penelitian ini menerapkan teknik pengambilan sampel nonprobabilitas dan metode yang digunakan dalam pemilihan sampel adalah teknik *snowball sampling*. Instrumen penelitian menggunakan 40 item. Hasil dari penelitian ini yaitu terdapat pengaruh yang signifikan pada harga diri dan dukungan sosial terhadap resiliensi.
- c) Penelitian ketiga, Cicilia Tanti Hutami, Avin Fadilla Helmi (2017) berjudul Self Efficacy dan Resiliensi: sebuah tinjauan meta-analisis. Langkah-langkah dalam melakukan meta-analisis yaitu *pertama*, memformulasikan permasalahan penelitian. *Kedua*, mengumpulkan bahan literatur melalui seleksi artikel atau hasil-hasil penelitian yang sesuai dengan tujuan yang diinginkan. *Ketiga*, melakukan evaluasi terhadap penelitian untuk mencari informasi yang diperlukan. *Keempat*, melakukan analisa dan interpretasi dari literatur. *Kelima*, menyajikan hasil meta-analisis dalam bentuk tulisan. Hasil penelitian yaitu menunjukkan bahwa berdasarkan studi meta-analisis terhadap beberapa penelitian di beberapa negara tersebut di atas, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif antara *self efficacy* dengan resiliensi.
- d) Penelitian keempat, Fadhil Muhammad, Syaiful Bahri, Hetti Zuliani (2018) yang berjudul Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Resiliensi Remaja di SMA Banda Aceh. Responden dalam penelitian ini berjumlah 295 yang diambil dari 3 sekolah. Hasil dari penelitian ini terdapat hubungan positif yaitu semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi Tingkat kapasitas resiliensi remaja di SMA Banda Aceh. Hal ini juga selaras dengan penelitian terdahulu bahwa dukungan sosial teman sebaya yang diterima remaja oleh teman sebayanya akan dapat membantu remaja dalam Upaya memfasilitasi perkembangan ataupun kematangan kepribadian remaja.

- e) Penelitian kelima, Devin Mahendika, Saut Gracer Sijabat (2023) yang berjudul Pengaruh Dukungan Sosial, Strategi Coping, Resiliensi, dan Harga Diri terhadap Kesejahteraan Psikologis Siswa SMA di Kota Sukabumi. Metode dalam penelitian ini yaitu menggunakan desain survei lintas-seksional yang melibatkan pengumpulan data pada satu titik waktu dari sampel penelitian menggunakan bantuan google forms dengan jumlah sampel 400 partisipan. Hasil dari penelitian ini menunjukkan keempat faktor tersebut memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis. Secara spesifik, dukungan sosial, strategi penanganan, dan ketahanan berkontribusi lebih besar terhadap kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan harga diri.
- f) Penelitian yang keenam, Supriyati (2023) yang berjudul Pengaruh Dukungan Sosial dan Harga Diri terhadap Resiliensi Mahasiswa Perantau. Subjek dalam penelitian ini yaitu mahasiswa perantau dari program studi kedokteran berjumlah 90 orang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan skala sebagai alat ukurnya, terdapat 25 item skala resiliensi, 12 item skala dukungan sosial, dan 10 skala harga diri. Hasil dari penelitian ini yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan harga diri dengan resiliensi pada mahasiswa perantau program studi kedokteran Universitas Malahayati angkatan 2019.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas yang dilakukan oleh peneliti terdahulu, peneliti ini berbeda. Hal yang membedakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan tiga variabel yang terdiri dari dua variabel independen yaitu harga diri dan dukungan sosial teman sebaya serta satu variabel dependen yaitu resiliensi. Selain itu metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuantitatif asumptif kasual yang berbeda dari penelitian sebelumnya. Subjek dalam penelitian ini juga berbeda dari penelitian terdahulu. Secara keseluruhan, urgensi penelitian ini terletak pada fakta bahwa belum ada yang mengkaji bagaimana harga diri dan dukungan sosial teman sebaya memengaruhi resiliensi

mahasiswa taruna pelayaran. Selain itu, belum ada penelitian yang mengangkat subjek, jumlah populasi, lokasi, atau pendekatan simultan yang serupa.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Resiliensi

1. Pengertian Resiliensi

Reivich & Shatte (2002) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan individu untuk menghadapi, mengatasi, dan beradaptasi dengan berbagai tekanan, tantangan, atau peristiwa sulit dalam kehidupan. Resiliensi bukan sekadar kemampuan bertahan, tetapi juga mencakup proses bangkit kembali setelah mengalami kegagalan, trauma, atau kesulitan. Individu yang memiliki resiliensi tinggi mampu menyesuaikan diri dengan situasi yang berubah, mencari solusi kreatif untuk menyelesaikan masalah, dan tetap menjaga keseimbangan emosional serta mental. Sejalan dengan pendapat Reivich & Shatte, Hendriani (2022) menjelaskan bahwa resiliensi adalah sebuah proses dinamis yang melibatkan mekanisme dari berbagai faktor, termasuk aspek individu, sosial, dan lingkungan. Proses ini mencerminkan ketangguhan seseorang dalam menghadapi pengalaman emosional yang negatif, serta kemampuannya untuk bangkit kembali dari situasi sulit atau hambatan yang signifikan. Resiliensi menunjukkan kekuatan individu dalam menyesuaikan diri dan tetap bertahan meskipun dihadapkan pada tekanan atau tantangan berat.

Menurut Edwards dkk., (2007) tingkat resiliensi yang tinggi memungkinkan seseorang untuk tetap tegar dan pantang menyerah saat menghadapi berbagai tekanan atau tantangan dari lingkungan. Resiliensi, sebagai kemampuan untuk beradaptasi dan bangkit dari situasi sulit, membantu individu mengelola stres, mengatasi hambatan, dan menemukan solusi yang efektif karena resiliensi berkembang melalui mekanisme internal dalam diri individu serta dipengaruhi oleh faktor eksternal atau lingkungan yang dapat berubah (Koamesah dkk.,

2022). Dengan resiliensi yang kuat, seseorang tidak hanya mampu bertahan dalam kondisi yang menekan tetapi juga dapat belajar dari pengalaman tersebut untuk menjadi lebih tangguh di masa depan. Resiliensi adalah proses dinamis yang mencerminkan kemampuan individu untuk beradaptasi secara efektif ketika menghadapi kesulitan atau tantangan, sehingga memainkan peran penting dalam kehidupan mahasiswa taruna pelayaran (Mulyani, 2011). Menurut Siebert (2009) Resiliensi adalah kemampuan seseorang atau kelompok untuk menghadapi dan mengatasi perubahan besar yang mengganggu secara efektif dan berkelanjutan. Kemampuan ini melibatkan kapasitas untuk menjaga keseimbangan fisik, mental, dan emosional, meskipun berada di bawah tekanan yang terus-menerus. Resiliensi adalah kemampuan individu untuk merespons secara sehat dan produktif saat menghadapi penderitaan atau trauma. Kemampuan ini memiliki peran penting dalam membantu seseorang mengelola tekanan yang muncul dalam kehidupan sehari-hari (Mahendika & Sijabat, 2023).

Berdasarkan pendapat diatas, maka dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan proses dinamis yang dialami individu dalam menghadapi, mengatasi, dan beradaptasi dengan berbagai tekanan, tantangan, atau peristiwa sulit dalam kehidupan sehingga dapat bangkit kembali dari situasi sulit tersebut. Proses ini tidak hanya melibatkan upaya untuk bertahan, tetapi juga mencakup kemampuan untuk menemukan solusi, belajar dari pengalaman, dan memperkuat diri dalam menghadapi situasi serupa di masa depan.

2. Aspek-Aspek Resiliensi

Menurut Reivich & Shatte (2002), individu dengan tingkat resiliensi tinggi memiliki tujuh aspek utama:

a. Pengaturan Emosi

Kemampuan untuk mengendalikan emosi dan tetap tenang saat menghadapi tekanan, dengan mengarahkan perhatian pada hal positif dan menyadari situasi yang memicu emosi.

b. Optimisme

Keyakinan bahwa situasi dapat berubah menjadi lebih baik, yang mendorong individu untuk terus mencari solusi dan memperbaiki diri.

c. Empati

Kemampuan memahami perasaan, kondisi, dan petunjuk emosional orang lain, termasuk bahasa nonverbal seperti ekspresi wajah dan intonasi suara.

d. Efikasi Diri

Keyakinan pada kemampuan diri untuk mengatasi tantangan dan mencapai kesuksesan, yang berperan penting dalam membangun resiliensi.

e. Kontrol Impuls

Kemampuan mengelola dorongan internal dan tekanan emosional agar tidak mengganggu pikiran dan perilaku.

f. Analisis Kausal

Kemampuan menganalisis sumber masalah secara tepat, dengan fokus pada solusi dan pengendalian diri tanpa menyalahkan faktor eksternal.

g. Pencapaian

Kemampuan untuk melihat tantangan sebagai peluang, mengambil risiko, dan mencapai kesuksesan meskipun menghadapi kemungkinan kegagalan atau kritik.

Pendapat lain diungkapkan Menurut Benard (2004), resiliensi terbentuk dari beberapa aspek berikut:

a. Kemampuan Sosial

Individu menunjukkan rasa humor, kepedulian, keterampilan komunikasi, fleksibilitas, serta sikap dan perilaku yang positif.

b. Kemampuan Memecahkan Masalah

Mencakup kemampuan berpikir abstrak dan reflektif, serta menemukan solusi alternatif yang melibatkan aspek kognitif dan sosial.

c. Kemandirian

Meliputi kesehatan yang baik, kesejahteraan, dan kebebasan untuk mengambil tindakan sesuai dengan keyakinannya.

d. Pemahaman Tujuan

Individu memiliki motivasi untuk meraih kesuksesan, tekad untuk berprestasi, dan kemampuan mengantisipasi kemungkinan buruk di masa depan.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli tentang aspek-aspek resiliensi, dijelaskan bahwa terdapat beberapa aspek resiliensi yaitu pengaturan emosi, optimisme, empati, efikasi diri, kontrol impuls, analisis kausal, pencapaian, kemampuan sosial, kemampuan memecahkan masalah, kemandirian, dan pemahaman tujuan. Berdasarkan kesimpulan yang dikemukakan para ahli di atas, maka peneliti merujuk pada aspek yang disampaikan Reivich & Shatte (2002).

3. Faktor-faktor Resiliensi

Menurut Grotberg (1995) terdapat beberapa faktor yang memengaruhi resiliensi, yaitu:

a) *I Have* (Dukungan eksternal)

Aspek ini merujuk pada dukungan yang diperoleh individu dari lingkungan sekitarnya, termasuk keluarga, teman, komunitas, dan institusi. Dukungan eksternal ini berperan penting dalam membangun rasa aman, dicintai, dan dihargai. Misalnya, seorang anak yang tumbuh dalam keluarga yang penuh kasih sayang akan lebih mudah mengembangkan rasa percaya diri dan ketahanan dalam menghadapi tantangan. Selain itu, dukungan eksternal juga

mencakup akses terhadap sumber daya seperti pendidikan, kesehatan, dan bimbingan emosional, yang semuanya membantu individu merasa dilindungi dan memiliki tempat untuk bersandar saat menghadapi kesulitan.

b) *I Am* (Kemampuan diri)

Aspek ini mengacu pada kualitas diri atau karakter positif yang dimiliki individu, seperti rasa percaya diri, integritas, keberanian, dan rasa tanggung jawab. *I Am* menggambarkan bagaimana individu memahami dan menerima dirinya sendiri, termasuk kekuatan dan kelemahannya. Ketika individu memiliki pandangan yang positif terhadap dirinya, ia cenderung mampu mengembangkan sikap yang mendukung ketahanan, seperti optimisme dan tekad untuk mengatasi rintangan.

c) *I can* (Keterampilan sosial)

Aspek ini mencakup keterampilan interpersonal dan kemampuan praktis yang memungkinkan individu untuk berinteraksi dengan orang lain dan menghadapi tantangan hidup. *I Can* mencakup kemampuan seperti komunikasi efektif, kerja sama, pemecahan masalah, dan adaptasi terhadap situasi yang sulit. Individu dengan keterampilan sosial yang baik lebih mampu membangun hubungan positif, menemukan solusi kreatif untuk masalah, dan memanfaatkan peluang yang ada.

Pendapat berbeda disampaikan oleh Herrman dkk., (2011) tentang faktor yang memengaruhi resiliensi, yaitu:

a) Faktor Kepribadian

Faktor ini berkaitan dengan karakteristik psikologis individu yang memengaruhi bagaimana seseorang menghadapi tantangan dan stres. Meliputi karakteristik pribadi seperti self-efficacy, harga diri (*self-esteem*), optimisme, kontrol internal (*internal locus of control*), kapasitas intelektual, konsep diri yang

positif, regulasi emosi, serta faktor demografis seperti usia, jenis kelamin, dan etnis.

b) Faktor Biologis

Faktor ini merujuk pada bagaimana kondisi biologis dan perkembangan awal seseorang memengaruhi resiliensi. Lingkungan awal, termasuk pola asuh dan nutrisi, dapat berdampak pada perkembangan otak dan sistem saraf. Struktur dan fungsi otak yang berkembang dengan baik akan mendukung kemampuan seseorang dalam menghadapi tekanan dan stres. Sistem neurobiologis yang sehat memungkinkan individu merespons tantangan dengan lebih adaptif.

c) Faktor Lingkungan

Lingkungan sosial memiliki peran besar dalam membentuk resiliensi individu, terutama melalui dukungan yang diberikan oleh keluarga, sekolah, dan teman sebaya berkontribusi besar terhadap resiliensi individu.

Dapat disimpulkan bahwa resiliensi dipengaruhi oleh kombinasi dukungan eksternal (*i have*), kemampuan diri (*i am*), keterampilan sosial (*i can*), faktor kepribadian, faktor biologis, dan faktor lingkungan. Pada remaja, resiliensi sering kali dipicu oleh dukungan dari lingkungan sekitar serta adanya harapan untuk mencapai tujuan. Kurangnya dukungan lingkungan dapat melemahkan kemampuan resiliensi remaja, sehingga mahasiswa taruna pelayaran cenderung melihat masalah sebagai hambatan. Selain itu, harapan yang rendah dalam mencapai tujuan dapat membuat remaja lebih mudah menyerah, memunculkan emosi negatif, dan pada akhirnya menghambat perkembangan resiliensi.

4. Resiliensi dalam Perspektif Islam

Resiliensi merupakan sikap yang sangat disukai Allah SWT. Sebagai umat beragam Islam selain harus bersabar juga harus bangkit dalam setiap ujian yang datang silih berganti. Dalam QS. Al-Insyirah ayat 5 yang berbunyi;

أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ ۖ وَوَضَعْنَا عَنكَ وِزْرَكَ ۚ
الَّذِي أَنْقَضَ ظَهْرَكَ ۖ وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ ۚ
فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۚ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۚ
فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ۚ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ ۚ

Artinya:

“ Bukankah Kami telah melapangkan dadamu (Nabi Muhammad), meringankan beban (tugas-tugas kenabian) darimu, yang memberatkan punggungmu, dan meninggikan (derajat)-mu (dengan selalu) menyebut-nyebut (nama)-mu?Maka, sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Apabila engkau telah selesai (dengan suatu kebajikan), teruslah bekerja keras (untuk kebajikan yang lain), dan hanya kepada Tuhanmu berharaplah!”

Dalam tafsir Al-Mishbah jilid 15 menjelaskan bahwa kata *al-usr* disebutkan dalam Al-Qur'an sebanyak 4 kali, sementara dalam berbagai bentuk lainnya muncul sebanyak 12 kali. Istilah ini digunakan untuk menggambarkan sesuatu yang sangat keras, sulit, atau berat. Allah SWT dalam Q.S Al-Insyirah ini hendak menjelaskan salah satu ketetapan-Nya yang bersifat universal dan konsisten, yaitu bahwa "setiap kesulitan selalu disertai atau diikuti oleh kemudahan, asalkan seseorang memiliki tekad untuk mengatasinya." (Shihab, 2004)

Dalam ayat ini mendorong seseorang untuk tidak menyerah pada keadaan, tetapi justru bangkit dan mengembangkan kemampuan menghadapi tekanan. Dengan memahami bahwa setiap kesulitan akan diiringi dengan kemudahan, seseorang dapat memupuk keyakinan dan optimisme, yang menjadi elemen penting dalam membangun ketahanan

diri. Resiliensi juga mencakup kemampuan untuk belajar dari pengalaman sulit dan tumbuh lebih kuat karenanya. Ayat ini memberikan landasan spiritual bagi individu untuk terus berjuang, memahami bahwa tantangan adalah bagian dari proses menuju kemajuan.

B. Harga Diri

1. Pengertian Harga Diri

Menurut Santrock (2008) harga diri adalah penilaian individu terhadap dirinya sendiri, baik secara positif maupun negatif. Penilaian ini mencerminkan cara seseorang memandang dirinya, termasuk pengakuan terhadap kemampuan dan keberhasilan yang telah dicapainya. Harga diri adalah persepsi individu tentang dirinya sendiri, yang mencerminkan sikap menerima atau menolak dirinya serta tingkat kepercayaan terhadap kemampuan, nilai, pencapaian, dan pentingnya dirinya (Coopersmith, 1967). Harga diri adalah evaluasi terhadap diri sendiri yang dipengaruhi oleh karakteristik orang lain sebagai pembanding. Penilaian ini terbentuk melalui sikap, interaksi, penghargaan, serta penerimaan yang diberikan oleh orang lain terhadap individu (Burn, 1993).

Menurut Globe (1994) harga diri didefinisikan sebagai evaluasi yang dilakukan individu terhadap dirinya sendiri, yang umumnya berhubungan dengan persepsi tentang dirinya. Evaluasi ini mencerminkan sikap menerima atau menolak diri, sekaligus menggambarkan sejauh mana individu memiliki kepercayaan pada kemampuan, nilai, pentingnya peran, pencapaian, dan keberhargaannya. Sejalan dengan pendapat di atas, Chaplin (2011) mendefinisikan harga diri sebagai evaluasi individu terhadap dirinya sendiri, yang dipengaruhi oleh sikap, interaksi, penghargaan, dan penerimaan dari orang lain. Faktor-faktor ini memainkan peran penting dalam membentuk persepsi individu terhadap nilai dan kemampuannya.

Ghufron (2016) mendefinisikan harga diri sebagai evaluasi yang dilakukan individu terhadap dirinya sendiri, yang terbentuk berdasarkan

interaksi dan hubungan yang dijalin dengan orang lain. Penilaian ini mencerminkan bagaimana seseorang memandang dirinya dalam konteks sosial, dipengaruhi oleh cara ia diperlakukan, dihargai, atau diterima oleh lingkungan sekitar.

Berdasarkan pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa harga diri merupakan penilaian individu terhadap dirinya sendiri berdasarkan persepsi orang lain terhadap dirinya. Artinya, persepsi orang lain, baik berupa penghargaan, pengakuan, atau penolakan, berperan penting dalam membentuk cara seseorang melihat dan menilai dirinya.

2. Aspek-aspek Harga Diri

Coopersmith (1967) menjelaskan bahwa aspek-aspek harga diri terdiri dari beberapa hal, yaitu:

a. Kekuatan

Kekuatan atau kekuasaan merujuk pada kualitas atau kemampuan yang memungkinkan individu untuk mengendalikan situasi atau keadaan tertentu, serta memperoleh dukungan dari orang lain untuk mengatasi tantangan yang dihadapinya. Kekuatan ini tidak hanya berkaitan dengan kekuatan fisik atau otoritas, tetapi juga mencakup aspek-aspek seperti pengaruh, keterampilan sosial, dan kemampuan untuk membangun jaringan yang mendukung.

b. Keberartian

Keberartian adalah perasaan yang muncul ketika seseorang merasa diterima, dihargai, dan dianggap penting oleh orang lain. Perasaan ini tidak hanya berasal dari pengakuan eksternal, tetapi juga dari kemampuan individu untuk mengenali dan memahami dirinya sendiri secara mendalam.

c. Kebajikan

Kebajikan adalah pemahaman mengenai masalah-masalah moral, etika, dan agama yang memengaruhi masyarakat luas. Seiring waktu, individu akan berusaha mengurangi perilaku negatif dan mengadopsi tindakan yang sesuai dengan hukum, norma moral, etika, dan ajaran agama. Individu yang memiliki sifat positif cenderung mengembangkan perasaan baik terhadap dirinya sendiri, yang pada gilirannya dapat meningkatkan harga diri mereka.

d. Kemampuan

Kemampuan merujuk pada tingkat kinerja yang dapat dicapai oleh seseorang dalam berbagai aktivitas atau tugas, dengan tujuan untuk memenuhi kebutuhan pencapaian pribadi. Tingkat pencapaian ini dapat bervariasi dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk usia individu, pengalaman, dan kondisi fisik atau mental. Seiring bertambahnya usia, individu cenderung mengembangkan keterampilan dan pengetahuan yang lebih dalam, yang memungkinkan mereka mencapai hasil yang lebih tinggi dalam bidang tertentu.

Pandangan yang berbeda tentang aspek-aspek harga diri dijelaskan oleh Felker (1974) terdiri dari empat aspek utama, yaitu:

a. Perasaan Diterima (*Feeling of Belonging*)

Feeling of Belonging adalah perasaan individu yang merasa menjadi bagian dari kelompok dan diterima oleh anggota kelompok lainnya. Ketika individu merasa diterima, ia cenderung memiliki penilaian positif terhadap dirinya. Sebaliknya, jika merasa ditolak atau tidak diterima, individu tersebut akan memiliki penilaian negatif terhadap dirinya.

b. Perasaan Mampu (*Feeling of Competence*)

Feeling of Competence adalah perasaan individu yang merasa mampu mencapai hasil yang diinginkan. Ketika individu berhasil mencapai tujuan, ia akan memberikan penilaian positif

terhadap dirinya sendiri dan merasa percaya pada kemampuan serta keputusan yang diambil dalam kehidupannya.

c. Perasaan Berharga (*Feeling of Worth*)

Feeling of Worth adalah perasaan individu bahwa dirinya berharga. Individu yang merasa dirinya berharga akan memiliki penilaian positif tentang diri sendiri, merasa percaya diri, dan memiliki harga diri yang tinggi. Rasa berharga ini mendukung individu untuk merasa yakin pada diri sendiri dan menghormati potensi yang dimilikinya.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli tentang aspek-aspek harga diri, dijelaskan bahwa terdapat beberapa aspek harga diri yaitu kekuatan, keberartian, kebajikan, kemampuan, perasaan diterima (*feeling of belonging*), perasaan mampu (*feeling of competence*), dan perasaan berharga (*feeling of worth*). Berdasarkan kesimpulan yang dikemukakan para ahli di atas, maka peneliti merujuk pada aspek yang disampaikan oleh (Coopersmith, 1967).

3. Harga Diri dalam Perspektif Islam

Harga diri (*self-esteem*) adalah pandangan positif terhadap diri yang dibentuk oleh kesadaran akan nilai diri sebagai makhluk ciptaan Allah yang memiliki kehormatan dan tujuan mulia. Islam mengajarkan bahwa setiap individu memiliki nilai yang sangat tinggi di sisi Allah, terlepas dari status sosial, kekayaan, atau penampilan fisik. Harga diri yang sejati dalam Islam tidak bergantung pada pengakuan duniawi, tetapi lebih pada kedekatan seseorang dengan Allah dan ketaatannya terhadap ajaran-Nya. Allah SWT berfirman dalam QS.Al-Imran ayat 139 yang berbunyi:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya:

“Janganlah kamu (merasa) lemah dan jangan (pula) bersedih hati, padahal kamu paling tinggi (derajatnya) jika kamu orang-orang mukmin.”

Berdasarkan tafsir Al-Mishbah jilid 2 tentang QS. Al-Imran ayat 139 yang berbicara tentang peristiwa perang. Dalam peristiwa perang Uhud, mereka tidak berhasil meraih kemenangan, bahkan harus menanggung luka dan kehilangan jiwa, sementara dalam perang Badar, mereka berhasil meraih kemenangan dengan gemilang. Mereka diperintahkan untuk berjalan di bumi dan merenungkan pelajaran yang dapat diambil dari akibat yang menimpa mereka yang melanggar serta mengingkari ketetapan-ketetapan Allah (Shihab, 2002).

Setiap peristiwa yang terjadi, baik itu kemenangan maupun kekalahan, merupakan bagian dari ujian kehidupan yang mengandung hikmah dan pelajaran penting. Meskipun menghadapi cobaan, mereka tidak seharusnya merasa putus asa. Sebaliknya, mereka harus melihat setiap kesulitan sebagai peluang untuk belajar, memperbaiki diri, dan semakin mendekatkan diri kepada Allah. Ketika seseorang menghadapi kesulitan, ia diajarkan untuk tetap tabah dan percaya bahwa setiap ujian adalah bagian dari perjalanan menuju kebaikan yang lebih besar. Keimanan dan keteguhan hati menjadi kunci untuk tidak terjatuh dalam keputusan, melainkan untuk terus berusaha dan berharap kepada rahmat Allah.

C. Dukungan Sosial Teman Sebaya

1. Pengertian Dukungan Sosial Teman Sebaya

Sarafino & Smith (2014) mendefinisikan dukungan sosial sebagai segala bentuk kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diterima individu dari orang lain atau kelompok. Dengan kata lain, dukungan sosial adalah keberadaan orang-orang di sekitar individu yang

mampu memberikan rasa percaya diri bahwa ia dicintai, dihargai, dan diperhatikan. Dukungan ini juga memperkuat keyakinan individu bahwa dirinya adalah bagian integral dari komunitas sosial, seperti keluarga, teman dekat, atau rekan kerja. Menurut Santrock (2002), dukungan sosial dapat berasal dari berbagai sumber, salah satunya adalah teman sebaya. Teman sebaya merujuk pada kelompok anak-anak atau remaja yang berada pada tingkat perkembangan dan kedewasaan yang serupa. Hilman (2002) menjelaskan bahwa peran teman sebaya sebagai sumber dukungan sosial sangat signifikan, terutama selama masa remaja. Dalam hubungan ini, individu mendapatkan berbagai bentuk dukungan, seperti dukungan emosional, penghargaan, dan bahkan bantuan praktis. Teman sebaya sering kali menjadi tempat berbagi pengalaman, saling memahami, dan memberikan dorongan untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.

Selain itu, interaksi dengan teman sebaya juga berkontribusi pada perkembangan keterampilan sosial, kemampuan komunikasi, serta pembentukan identitas diri. Hubungan ini membantu individu merasa diterima dan dihargai sebagai bagian dari kelompok sosial (Hilman, 2002). Dalam model konvoi relasi sosial, individu menjalani hidupnya dalam lingkup jaringan sosial yang memungkinkan mahasiswa taruna pelayaran untuk saling memberikan dan menerima dukungan sosial. Dukungan ini berperan penting dalam membantu individu dari segala usia menghadapi berbagai masalah dengan lebih efektif. (J. W. Santrock, 2007).

Dukungan sebaya mengacu pada bantuan yang diperoleh individu melalui interaksi sosial dengan orang-orang terdekat mereka, yang berperan dalam memenuhi kebutuhan untuk menyelesaikan masalah, baik dalam aspek material maupun non-material (Ghufron dkk., 2024). Berdasarkan berbagai pendapat tersebut, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan bentuk kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diterima individu yang berasal dari teman sebayanya yang mampu memberikan rasa percaya diri bahwa ia dicintai, dihargai, dan diperhatikan.

2. Aspek-aspek Dukungan Sosial Teman Sebaya

Menurut House dkk., (1988), dukungan teman sebaya mencakup empat aspek utama yang membantu individu dalam berbagai situasi:

a. Dukungan Emosional

Dukungan ini melibatkan pemberian perhatian, kehangatan, kasih sayang, kepercayaan, dan simpati. Teman sebaya berperan sebagai sumber kenyamanan emosional yang membantu individu merasa didukung secara psikologis dalam menghadapi berbagai tantangan.

b. Dukungan Penghargaan

Individu menerima pengakuan dalam bentuk pujian, motivasi, dan dorongan untuk maju. Teman sebaya memberikan validasi terhadap pendapat dan usaha individu, yang meningkatkan rasa percaya diri dan penghargaan terhadap diri sendiri.

c. Dukungan Instrumental

Aspek ini mencakup bantuan langsung yang bersifat praktis, seperti memberikan pinjaman uang, membantu menyelesaikan tugas, atau menyediakan solusi konkret untuk masalah yang dihadapi. Dukungan ini sering kali mempermudah individu dalam menyelesaikan tantangan sehari-hari.

d. Dukungan Informasi

Melalui dukungan informasi, individu mendapatkan nasihat, saran, atau umpan balik yang membantu mahasiswa taruna pelayaran mengambil keputusan yang lebih baik. Teman sebaya menjadi sumber wawasan dan perspektif yang berharga dalam mengatasi masalah atau mencapai tujuan.

Pendapat berbeda disampaikan Menurut Weiss dkk (2013) tingkat dukungan yang diterima individu dari hubungan dengan orang lain dapat diukur melalui enam komponen berikut:

a. Kasih Sayang

Hubungan yang dibangun dengan kasih sayang yang baik akan menciptakan keterikatan yang kuat dan saling mendukung di antara individu dan lingkungan sekitarnya.

b. Integrasi Sosial

Kemampuan individu untuk menyatukan berbagai elemen berbeda dalam kehidupan sosial, termasuk mengesampingkan ego demi membangun hubungan yang harmonis dengan orang lain.

c. Penghargaan atau Pengakuan

Penerimaan penghargaan atau pengakuan dari orang-orang di sekitar, terutama dari orang terdekat, membuat individu merasa dihargai dan diperhatikan. Dukungan ini menjadi elemen penting dalam menjaga hubungan yang sehat.

d. Hubungan yang Dapat Diandalkan

Memiliki hubungan yang dapat diandalkan memberikan rasa aman dan kebahagiaan bagi individu, karena mahasiswa taruna pelayaran tahu ada orang yang bisa dijadikan tempat bersandar.

e. Bimbingan

Pemberian arahan atau nasihat dalam hubungan menjadi salah satu bentuk dukungan utama yang membantu individu merasa dihargai dan memiliki peran berarti dalam kehidupan orang lain.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli tentang aspek-aspek dukungan sosial teman sebaya, dijelaskan bahwa terdapat beberapa aspek dukungan sosial teman sebaya yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, kasih sayang, integrasi sosial, penghargaan atau pengakuan, hubungan yang dapat diandalkan, dan bimbingan. Berdasarkan kesimpulan yang dikemukakan para ahli di atas, maka peneliti merujuk pada aspek yang disampaikan oleh House, dkk (1988)

3. Dukungan Sosial Teman Sebaya dalam Perspektif Islam

Islam, sebagai agama yang dimuliakan oleh Allah SWT, mengajarkan nilai-nilai moral yang luhur yang dikenal dengan konsep "*rahmatan lil-'alamin*". Islam digambarkan sebagai agama yang penuh dengan cinta dan kasih sayang. Dalam ajaran agama Islam, diajarkan untuk senantiasa menyebarkan kebaikan, menunjukkan kasih sayang kepada sesama, dan membangun hubungan yang harmonis. Sebagai manusia diwajibkan untuk menjaga hubungan baik, baik dengan Tuhan maupun dengan sesama makhluk-Nya.

Membangun hubungan yang baik melalui tindakan kebaikan dan perhatian kepada orang-orang di sekitar, termasuk teman-teman dan dalam kehidupan sehari-hari, memerlukan dukungan sosial yang saling menguatkan. Al-Quran menjadi pedoman umat manusia dalam menjalankan kehidupan. Allah SWT berfirman dalam QS. Al-Hujurat ayat 13 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۚ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَىٰكُمْ ۚ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

Artinya:

“Wahai manusia! Sungguh, Kami telah menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan, kemudian Kami jadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku agar kamu saling mengenal. Sungguh, yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling bertakwa. Sungguh, Allah Maha Mengetahui, Maha Teliti” (QS. Al-Hujurat: 13).

Dalam tafsir Al-Misbah jilid 13 Surat Al-Hujurat ayat 13 ini mengajarkan bahwa manusia harus saling mengenal satu sama lain dan menjaga hubungan persaudaraan yang harmonis dan saling mendukung satu sama lain. Hal menunjukkan bahwa persaudaraan yang terjalin di antara sesama Muslim memiliki dasar yang berlapis. Pertama, persaudaraan itu didasarkan pada kesamaan iman, dan kedua, pada

ikatan keturunan, meskipun yang terakhir ini bukan dalam arti yang sepenuhnya hakiki. Tidak ada alasan untuk memutus hubungan persaudaraan tersebut, terutama jika ikatan itu juga diperkuat oleh kebersamaan dalam hal kebangsaan, cita-cita, bahasa, nasib, dan tanggung jawab bersama (Shihab, 2002).

Thabathaba'i menjelaskan bahwa manusia perlu menyadari bahwa firman Allah: "*Sesungguhnya orang-orang mukmin itu bersaudara*" adalah ketetapan syariat yang menegaskan persaudaraan di antara orang-orang beriman. Hal ini tidak hanya memiliki implikasi pada hubungan keagamaan, tetapi juga menetapkan hak-hak yang diatur oleh agama untuk dipenuhi di antara mereka.

D. Harga Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Resiliensi Mahasiswa Taruna Pelayaran

Mahasiswa taruna pelayaran adalah individu yang tengah menempuh pendidikan khusus untuk mempersiapkan diri menjadi pelaut atau pelayar profesional yang kompeten. Dalam menjalani profesi ini, mahasiswa taruna pelayaran tidak hanya dituntut untuk memiliki kemampuan teknis yang mumpuni, seperti keterampilan navigasi dan pengoperasian kapal, tetapi juga harus mengembangkan karakter yang tangguh dan mental yang kuat (Rahayu dkk., 2024). Resiliensi merupakan proses dinamis yang dialami individu dalam menghadapi, mengatasi, dan beradaptasi dengan berbagai tekanan, tantangan, atau peristiwa sulit dalam kehidupan sehingga dapat bangkit kembali dari situasi sulit tersebut. Reivich dan Shatte (2002) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan individu untuk menghadapi, mengatasi, dan beradaptasi dengan berbagai tekanan, tantangan, atau peristiwa sulit dalam kehidupan. Adapun faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi menurut (Grotberg, 1995) yaitu *I have* (dukungan eksternal), *I am* (kemampuan diri), dan *I can* (keterampilan sosial).

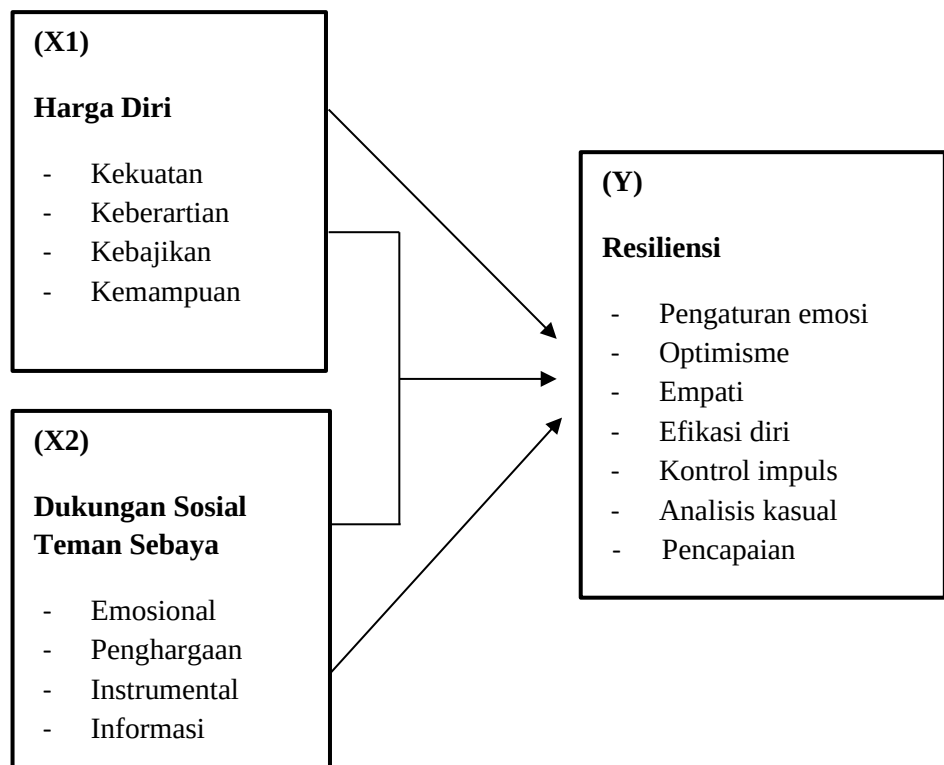
Taruna pelayaran harus memiliki harga diri yang tinggi karena lingkungan belajar seorang calon pelaut sangat kompleks antara akademis

dan teknis. Penelitian yang dilakukan oleh Ika Wulandari dan Bhimo Surya Putra (2019) terhadap siswa/I SMA Taruna Nala harga diri menjadi salah satu faktor penting yang mendukung ketahanan taruna dalam menjalani proses pendidikan yang mahasiswa taruna pelayaran tempuh. Harga diri menurut Coopersmith (1967) adalah persepsi individu tentang dirinya sendiri, yang mencerminkan sikap menerima atau menolak dirinya serta tingkat kepercayaan terhadap kemampuan, nilai, pencapaian, dan pentingnya dirinya. Harga diri memengaruhi faktor dari resiliensi yaitu *i am* (kemampuan diri). Penilaian individu terhadap dirinya sendiri berdasarkan persepsi orang lain akan sangat menentukan bagaimana individu memahami kemampuan yang dimilikinya seperti rasa percaya diri, keberanian, dan rasa tanggung jawab. Harga diri merupakan aspek krusial yang berdampak pada berbagai bidang, termasuk gaya berbicara, tindakan, pengambilan keputusan, preferensi, serta respons emosional dalam individu (Jannah dkk., 2022).

Selain harga diri, dukungan sosial teman sebaya juga sangat berperan penting dalam memengaruhi resiliensi mahasiswa taruna pelayaran. Pada kalangan mahasiswa taruna, terdapat budaya yang dikenal sebagai jiwa korsa, yaitu semangat kebersamaan dan solidaritas yang kuat di antara mahasiswa taruna pelayaran. Budaya ini menciptakan rasa persaudaraan yang mendalam, di mana setiap individu merasa saling mendukung dan memperkuat satu sama lain (Anggraini, 2021). Menurut Santrock (2007) individu menjalani hidupnya dalam lingkup jaringan sosial yang memungkinkan individu untuk saling memberikan dan menerima dukungan sosial. Dukungan ini berperan penting dalam membantu individu dari segala usia menghadapi berbagai masalah dengan lebih efektif. Dukungan sosial teman sebaya memengaruhi faktor resiliensi yaitu *i have* (dukungan eksternal). Suatu bentuk kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diterima oleh individu yang berasal dari teman sebayanya yang mampu memberikan rasa percaya diri bahwa ia dicintai, dihargai, dan diperhatikan sangat memengaruhi dukungan eksternal yang diterima individu (*I have*) (Grotberg, 1995).

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa harga diri dan dukungan sosial teman sebaya memengaruhi resiliensi mahasiswa taruna pelayaran. Mahasiswa taruna pelayaran yang memiliki harga diri dan dukungan sosial teman sebaya bagus cenderung memiliki resiliensi yang tinggi. Sebaliknya apabila harga diri dan dukungan sosial teman sebayanya rendah, maka resiliensinya juga rendah pula.

E. Kerangka Berfikir



F. Hipotesis

H1 : Adanya Pengaruh Harga Diri terhadap Resiliensi Mahasiswa Taruna Pelayaran.

H2 : Adanya Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Resiliensi Mahasiswa Taruna Pelayaran.

H3 : Adanya Pengaruh Harga Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Resiliensi Mahasiswa Taruna Pelayaran.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif asosiatif kausal. Menurut Sugiyono (Sugiyono, 2014), metode kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filosofi positivisme. Metode ini digunakan untuk mengkaji populasi atau sampel tertentu dengan cara mengumpulkan data menggunakan instrumen penelitian. Selanjutnya, data yang diperoleh dianalisis secara statistik untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya. Metode kuantitatif memiliki keunggulan dalam menghasilkan teori yang bersifat teoritis, universal, dan dapat diterapkan secara umum.

Teori yang dihasilkan melalui pendekatan ini dapat dimanfaatkan untuk menjelaskan serta memprediksi berbagai kasus serupa di masa depan (Azwar, 2000). Penelitian ini menggunakan analisis regresi, dimana peneliti berusaha mengidentifikasi hubungan sebab-akibat antara dua atau lebih variabel. Pendekatan ini didukung oleh definisi konsep, kerangka konseptual, dan kerangka teori yang membentuk dasar untuk menghasilkan dugaan awal atau hipotesis mengenai hubungan antar variabel (Hariwijaya, 2015).

B. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat ataupun penilaian individu, kegiatan atau objek yang mempunyai variasi tertentu yang ditentukan atau ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari lalu ditarik kesimpulannya (Azwar, 2000). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yakni;

a) Variabel Independen

Variabel ini sering disebut sebagai variabel stimulus atau variabel prediktor, karena memiliki peran dalam memengaruhi atau meramalkan perubahan pada variabel dependen. Menurut (Azwar, 2000) variabel independen adalah faktor yang menjadi penyebab terjadinya perubahan pada variabel dependen, atau dengan kata lain, variabel ini memiliki pengaruh langsung terhadap variabel dependen. Dalam konteks penelitian ini, variabel independen yang dikaji mencakup harga diri serta dukungan sosial dari teman sebaya, yang keduanya dianggap memiliki kontribusi penting dalam memengaruhi hasil penelitian.

b) Variabel Dependen

Variabel ini sering disebut sebagai variabel hasil, keluaran, atau konsekuensi, karena mencerminkan dampak atau hasil dari pengaruh yang diberikan oleh variabel bebas. Sebagaimana dijelaskan (Azwar, 2000), variabel dependen merupakan variabel yang keberadaannya dipengaruhi oleh variabel independen, atau dengan kata lain, variabel ini adalah konsekuensi yang muncul akibat adanya perubahan pada variabel bebas. Dalam penelitian ini, variabel dependen yang diteliti adalah resiliensi, yang menjadi fokus utama untuk memahami bagaimana faktor-faktor seperti harga diri dan dukungan sosial teman sebaya berkontribusi terhadap kemampuan seseorang untuk bertahan dan beradaptasi dalam menghadapi tantangan.

C. Definisi Operasional

a) Definisi Operasional Resiliensi

Resiliensi merupakan kemampuan yang dialami individu dalam menghadapi, mengatasi, dan beradaptasi dengan berbagai tekanan, tantangan, atau peristiwa sulit dalam kehidupan sehingga dapat bangkit kembali dari situasi sulit tersebut. Resiliensi akan diukur

menggunakan *blue print* instrumen skala resiliensi yang telah disusun peneliti berdasarkan aspek Pengaturan emosi, Optimisme, Empati, Efikasi diri, Kontrol impuls, Analisis kausal, dan Pencapaian. Semakin tinggi skor yang didapat maka semakin tinggi resiliensi yang diperoleh. Sebaliknya apabila skor yang diperoleh rendah, maka semakin rendah pula resiliensi responden.

b) Definisi Operasional Harga Diri

Harga diri adalah penilaian individu terhadap dirinya sendiri berdasarkan persepsi orang lain terhadap dirinya. Harga diri diukur menggunakan *blue print* instrumen skala harga diri yang telah disusun peneliti berdasarkan aspek kekuatan, keberartian, kebajikan, dan kemampuan. Semakin tinggi skor yang diperoleh responden maka semakin tinggi harga diri yang diperoleh. Sebaliknya apabila skor yang didapatkan rendah, maka semakin rendah pula harga diri responden.

c) Definisi Operasional Dukungan Sosial Teman Sebaya

Dukungan sosial teman sebaya merupakan bentuk kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diterima individu yang berasal dari teman sebayanya yang mampu memberikan rasa percaya diri bahwa ia dicintai, dihargai, dan diperhatikan.. Dukungan sosial teman sebaya akan diukur menggunakan *blue print* instrumen skala dukungan sosial teman sebaya yang telah disusun peneliti berdasarkan aspek Emosional, Penghargaan, Instrumental, dan Informasi. Semakin tinggi skor yang didapat maka semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya yang diperoleh. Sebaliknya apabila skor yang diperoleh rendah, maka semakin rendah pula dukungan sosial teman sebaya responden.

D. Tempat dan Waktu Penelitian

a) Tempat Penelitian

Tempat dilaksanakannya penelitian ini yaitu di Politeknik Bumi Akademi Pelayaran Niaga (AKPELNI) yang berlokasi di Jl. Pawiyatan Luhur II No.17, Bendan Duwur, Gajah Mungkur, Semarang.

b) Waktu Penelitian

Waktu dilaksanakannya penelitian ini yaitu pada 20 Maret 2025.

E. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

a) Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi terdiri dari suatu obyek ataupun subyek dengan jumlah serta karakteristik tertentu yang telah ditetapkan sebelumnya oleh peneliti guna menyelidiki dan menarik Kesimpulan darinya (Sugiyono, 2014). Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa taruna pelayaran Politeknik Bumi Akademi Pelayaran Niaga (PBA) tingkat II sejumlah 218 mahasiswa dari program studi Teknologi Operasi Rekayasa Kapal, Tekonologi Rekayasa Permesinan Kapal, Manajemen Pelabuhan dan Logistik Maritim, dan Transportasi Laut.

b) Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang diambil untuk mewakili keseluruhan populasi berdasarkan jumlah dan karakteristik tertentu. Menurut (Sugiyono, 2014), sampel dipilih sebagai representasi dari populasi sehingga hasil analisis yang diperoleh dapat digeneralisasikan dengan tingkat kepercayaan tertentu. Peneliti menggunakan rumus slovin dalam menentukan jumlah sampel yang akan diambil dalam penelitian. Penggunaan rumus Slovin mengharuskan penetapan batas kesalahan yang dinyatakan dalam bentuk persentase. Semakin kecil batas kesalahan yang ditentukan, semakin tinggi tingkat akurasi atau kualitas hasil penelitian yang akan

diperoleh (Firdaus, 2021). Umumnya, terdapat tiga tingkat toleransi kesalahan yang digunakan, yaitu 10% (0,10), 5% (0,05), dan 1% (0,01). Artinya, semakin kecil toleransi kesalahan yang dipilih, semakin besar jumlah sampel yang dibutuhkan untuk penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti memilih tingkat toleransi kesalahan sebesar 5%, yang berarti tingkat kepercayaan penelitian mencapai 95%. Berikut adalah rumus Slovin yang digunakan untuk menentukan ukuran sampel.

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

$$n = \frac{218}{1 + 218(0,05)^2}$$

$$n = \frac{218}{1,545}$$

$$n = 141,100$$

Dimana:

n = Jumlah Responden

N = Jumlah populasi

e = Presentase toleransi kesalahan

Jumlah populasi diketahui berjumlah 218, berdasarkan rumus Slovin diatas jumlah sampel yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu sejumlah 142 mahasiswa taruna pelayaran yang akan mengerjakan skala penelitian.

c) Teknik Sampling

Teknik sampling merupakan metode yang digunakan untuk memilih sampel dalam suatu penelitian. Teknik ini diterapkan untuk meningkatkan efisiensi proses penelitian, sehingga hasil yang diperoleh tetap berkualitas, namun tetap sesuai dengan kemampuan dan sumber daya yang dimiliki oleh peneliti (Firdaus, 2021). Dalam penelitian ini, teknik yang digunakan adalah *cluster random sampling* dengan menggunakan spin. Metode ini melibatkan pembagian populasi menjadi beberapa kelompok atau klaster berdasarkan karakteristik tertentu. Ketika sebuah klaster terpilih, seluruh anggota dalam klaster tersebut

akan dijadikan sampel penelitian (Sayidah, 2018). Dalam teknik ini, populasi dibagi menjadi beberapa kelompok atau klaster, dan sampel kemudian diambil dari masing-masing klaster yang telah ditentukan sebelumnya.

F. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menetapkan instrumen penelitian yang sesuai. Data akan dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner yang berisi pertanyaan atau pernyataan yang relevan dengan ketiga variabel yang diteliti. Kuesioner tersebut akan diberikan kepada setiap responden untuk diisi. Instrumen penelitian yang digunakan dalam studi ini meliputi skala harga diri, skala dukungan sosial teman sebaya, dan resiliensi mahasiswa taruna pelayaran. Dalam penelitian ini, skala yang digunakan adalah skala Likert yang dimodifikasi dengan empat pilihan jawaban. Skala Likert ini digunakan untuk mengukur pendapat, sikap, dan persepsi responden terhadap fenomena sosial yang diteliti. Penyusunan skala berdasarkan aspek-aspek yang sudah ditentukan peneliti. Secara umum, skala sikap terdiri dari 25 hingga 30 pernyataan yang mencakup dua komponen, yaitu pernyataan positif (*favorable*) dan pernyataan negatif (*unfavorable*) (Azwar, 2000). Kategori opsi pada respon diberikan skor sebagai berikut:

Tabel 3.1 Kategorisasi Respon

Respon	Skor	
	F (Favorable)	UF (Unfavorable)
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Adapun skala yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu tiga skala sebagai berikut:

a) Skala Resiliensi

Skala Resiliensi pegawai disusun berlandaskan aspek yang dikemukakan oleh Reivich & Shatte (2002) yaitu Pengaturan Emosi, Optimisme, Empati, Efikasi Diri, Kontrol terhadap Impuls, Analisis kasual, dan Pencapaian.

Tabel 3.2 Blue Print Skala Resiliensi

Aspek	Aitem		Jumlah
	F	UF	
Pengaturan Emosi	1,15	10,24	4
Optimisme	2,16	11,25	4
Empati	3,17	4,18	4
Efikasi Diri	12,26	5,19	4
Kontrol Impuls	13,27	6,20	4
Analisis Kausal	8,22	7,21	4
Pencapaian	9,23	14,28	4
Total	14	14	28

b) Skala Harga Diri

Skala harga diri disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Coopersmith, yaitu aspek kekuatan, keberartian, kebajikan, dan kemampuan.

Tabel 3.3 Blue Print Skala Harga Diri

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		F	UF	
Kekuatan	1.Mengendalikan diri sendiri	1,17	9, 25	4
	2. Kemampuan mengoordinir orang lain	2,18	10,26	4
Keberartian	1.Memahami dan menerima diri sendiri	11,27	3,19	4
	2. Diterima dengan baik oleh orang lain	12,28	4,20	4
Kebajikan	1.Taat dan tertib peraturan	5,21	13,29	4
	2. Mampu menjadi contoh bagi orang lain	6,22	14,30	4
Kemampuan	1. Berusaha mencapai target	15,31	7, 23	4
	2. Mampu mengerjakan tugas dengan baik	16,32	8, 24	4
Total		16	16	32

c) Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

Skala dukungan teman sebaya disusun berlandaskan pada aspek yang dikemukakan oleh Sarafino (1994), yaitu aspek emosional, penghargaan, instrumental, dan informasi.

Tabel 3.4 Blue Print Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		F	UF	
Emosional	1.Afeksi dan empati	1,17	9,25	4
	2.Mendengarkan keluhan kesah	2,18	10,26	4
Penghargaan	1.Menerima motivasi dan dorongan	11,27	3,19	4
	2.Mendapatkan penilaian positif	12,28	4,20	4
Instrumental	1.Mendapat bantuan jasa dari teman	5,21	13,29	4
	2.Mendapatkan bantuan penyelesaian tugas	6,22	14,30	4
Informasi	1.Mendapatkan saran dan nasehat	15,31	7,23	4
	2.Mendapatkan umpan balik dari teman	16,32	8,24	4
Total		16	16	32

G. Validitas, Uji Daya Beda, dan Reliabilitas

a) Validitas

Validitas adalah ukuran yang menunjukkan sejauh mana sebuah instrumen pengukuran dapat mengukur apa yang seharusnya diukur. Ini merujuk pada tingkat keakuratan dan kecermatan hasil yang

diperoleh dari proses pengukuran (Sugiyono, 2014). Dalam penelitian ini, item-item pada skala telah diuji menggunakan uji validitas isi atau konten. Validitas isi merujuk pada keabsahan pengukuran yang menilai sejauh mana isi tes mencakup semua aspek yang relevan dengan konsep yang diukur. Proses ini dilakukan melalui evaluasi oleh para ahli atau dengan menggunakan *expert judgement*, yaitu penilaian oleh orang yang memiliki kompetensi di bidang terkait (Azwar, 2000). Dengan demikian, validitas isi memastikan bahwa instrumen yang digunakan dalam penelitian ini benar-benar sesuai untuk mengukur variabel yang dimaksud dan mencakup semua dimensi yang diperlukan.

b) Uji Daya Beda Item

Pengujian ini bertujuan untuk mengevaluasi sejauh mana suatu item mampu mengidentifikasi sampel yang memiliki atau tidak memiliki atribut. Metode yang digunakan untuk menilai hal tersebut adalah uji daya beda item. Semakin tinggi daya beda suatu item, semakin baik kualitas instrumen penelitian. Dalam pengujian ini, digunakan metode *corrected item-total correlation*. Sugiyono (2014) menyampaikan apabila koefisien korelasi $\geq 0,3$ maka dinyatakan valid, apabila koefisien korelasi $\leq 0,3$ maka tidak valid.

c) Reliabilitas

Reliabilitas dapat diartikan sebagai tingkat konsistensi hasil pengukuran yang diperoleh ketika gejala yang sama diukur menggunakan alat ukur yang serupa secara berulang. Artinya, suatu instrumen pengukuran dikatakan reliabel jika dapat memberikan hasil yang konsisten dan stabil dalam berbagai kesempatan (Azwar, 2000). Untuk mengukur konsistensi dari aitem yang ada dalam instrument peneliti menggunakan teknik analisis alpha cronbach. Instrumen penelitian dikatakan reliabel maka nilai *alpha cronbach* $\geq 0,6$ begitupun sebaliknya apabila nilai *alpha cronbach* $\leq 0,6$ maka instrument penelitian dinyatakan tidak reliabel (Sugiyono, 2014).

H. Hasil Uji Coba Alat Ukur

Peneliti telah melaksanakan uji coba untuk menguji validitas dan reliabilitas alat ukur dengan jumlah responden 30 orang. Responden dalam uji coba penelitian ini adalah mahasiswa taruna tingkat II Politeknik Bumi AKPELNI yang bukan merupakan subjek pra riset dan responden penelitian.

1) Hasil *Expert Judgment*

Expert Judgment dilakukan oleh dua orang dosen ahli, yang pertama yaitu Ibu Dewi Khurun Aini, M.A sekaligus pembimbing I dan Ibu Lucky Ade Sessiani, S.Psi.,M.Psi.,Psikolog sekaligus pembimbing II peneliti. Peneliti memperoleh panduan terkait kesesuaian isi serta ketepatan penggunaan bahasa dalam instrumen penelitian melalui proses *expert judgment* ini. Dalam tahap ini, para ahli memberikan masukan dan evaluasi guna memastikan bahwa setiap butir instrumen selaras dengan tujuan penelitian serta disusun dengan bahasa yang jelas, komunikatif, dan sesuai. Sehingga instrumen penelitian dapat disempurnakan agar lebih valid dan reliabel dan hasil yang diperoleh nantinya lebih akurat dan dapat dipertanggungjawabkan. Berikut merupakan hasil *expert judgment* yang dilakukan peneliti.

2) Hasil Uji Daya Beda Item

a) Resiliensi

Pengukuran skala resiliensi untuk uji coba menggunakan item sejumlah 28 butir. Setelah data terkumpul, kemudian data diolah dengan menggunakan *SPSS for windows* versi 26 dan didapatkan hasil dari *corrected item-total correlation* terdapat 25 butir item yang layak (valid) karena memiliki koefisien korelasi $\geq 0,3$ dan memiliki daya beda tinggi. Sedangkan 3 item yang gugur memiliki koefisien korelasi $\leq 0,3$, yaitu item nomor **2,3**, dan **13**.

Tabel 3.5 Hasil Uji Coba Skala Resiliensi

Aspek	Aitem		Jumlah
	F	UF	
Pengaturan Emosi	1,15	10,24	4
Optimisme	2*,16	11,25	4
Empati	3*,17	4,18	4
Efikasi Diri	12,26	5,19	4
Kontrol Impuls	13*,27	6,20	4
Analisis Kausal	8,22	7,21	4
Pencapaian	9,23	14,28	4
Total	14	14	28

Catatan: aitem yang terdapat tanda * merupakan item yang gugur

b) Harga Diri

Pengukuran skala harga diri untuk uji coba menggunakan item sejumlah 32 butir. Setelah data terkumpul, kemudian data diolah dengan menggunakan *SPSS for windows* versi 26 dan didapatkan hasil dari *corrected item-total correlation* terdapat 30 butir item yang layak (valid) karena memiliki koefisien korelasi $\geq 0,3$ dan memiliki daya beda tinggi. Sedangkan 2 item yang gugur memiliki koefisien korelasi $\leq 0,3$, yaitu item nomor **11** dan **12**.

Tabel 3.6 Hasil Uji Coba Skala Harga Diri

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		F	UF	
Kekuatan	1.Mengendalikan diri sendiri	1,17	9, 25	4
	2. Kemampuan mengoordinir orang lain	2,18	10,26	4
Keberartian	1.Memahami dan menerima diri sendiri	11*,27	3,19	4
	2. Diterima dengan baik oleh orang lain	12*,28	4,20	4
Kebajikan	1.Taat dan tertib peraturan	5,21	13,29	4
	2. Mampu menjadi contoh bagi orang lain	6,22	14,30	4
Kemampuan	1. Berusaha mencapai target	15,31	7, 23	4
	2. Mampu mengerjakan tugas dengan baik	16,32	8, 24	4
Total		16	16	32

Catatan: aitem yang terdapat tanda * merupakan item yang gugur

c) Dukungan Sosial Teman Sebaya

Pengukuran skala dukungan sosial teman sebaya untuk uji coba menggunakan item sejumlah 32 butir. Setelah data terkumpul,

kemudian data diolah dengan menggunakan *SPSS for windows* versi 26 dan didapatkan hasil dari *corrected item-total correlation* terdapat 20 butir item yang layak (valid) karena memiliki koefisien korelasi $\geq 0,3$ dan memiliki daya beda tinggi. Sedangkan 12 item yang gugur memiliki koefisien korelasi $\leq 0,3$, yaitu item nomor **1, 5, 7, 8, 12, 23, 24, 25, 26, 27, 29, dan 30**.

Tabel 3.7 Hasil Uji Coba Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		F	UF	
Emosional	1.Afeksi dan empati	1*,17	9,25*	4
	2.Mendengarkan keluhan kesah	2,18	10,26*	4
Penghargaan	1.Menerima motivasi dan dorongan	11,27*	3,19	4
	2.Mendapatkan penilaian positif	12*,28	4,20	4
Instrumental	1.Mendapat bantuan jasa dari teman	5*,21	13,29*	4
	2.Mendapatkan bantuan penyelesaian tugas	6,22	14,30*	4
Informasi	1.Mendapatkan saran dan nasehat	15,31	7*,23*	4
	2.Mendapatkan umpan balik dari teman	16,32	8*,24*	4
Total		16	16	32

Catatan: aitem yang terdapat tanda * merupakan item yang gugur

3) Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur

a) Reliabilitas Resiliensi (Y)

Tabel 3.8 Hasil Reliabilitas Resiliensi Sebelum Uji Coba

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.892	28

Tabel 3.9 Hasil Reliabilitas Resiliensi Setelah Uji Coba

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.900	25

b) Reliabilitas Harga Diri (X1)

Tabel 3.10 Hasil Reliabilitas Harga Diri sebelum Uji Coba

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.909	32

Tabel 3.11 Hasil Reliabilitas Harga Diri Setelah Uji Coba

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.909	30

c) Reliabilitas Dukungan Sosial Teman Sebaya (X2)

Tabel 3.12 Hasil Reliabilitas Dukungan Sosial Teman Sebaya Sebelum Uji Coba

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.826	32

Tabel 3.13 Hasil Reliabilitas Dukungan Sosial Teman Sebaya Setelah Uji Coba

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.892	20

Berdasarkan hasil uji coba reliabilitas yang sudah peneliti lakukan, ditemukan bahwa hasil *cronbach's Alpha* untuk skala resiliensi yaitu **0,900**, *cronbach's Alpha* untuk skala harga diri yaitu **0,909**, dan *cronbach's Alpha* skala dukungan sosial teman sebaya yaitu **0,892**. Berdasarkan hasil tersebut maka ketiga variabel dalam penelitian ini yaitu resiliensi, harga diri, dan dukungan sosial teman sebaya dinyatakan reliabel dengan dengan koefisien *cronbach's Alpha* $\geq 0,6$.

I. Teknik Analisis Data

1) Uji Asumsi

a) Uji Normalitas

Pengujian normalitas dilakukan dengan tujuan untuk menentukan apakah residual dari data yang telah diteliti mengikuti distribusi normal atau tidak (Firdaus, 2021). Uji normalitas akan dilakukan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan perangkat lunak SPSS for Windows. Data dikatakan berdistribusi normal jika nilai probabilitas (signifikansi) lebih besar dari 0,05. Sebaliknya, data dianggap tidak berdistribusi normal jika nilai probabilitasnya kurang dari 0,05 (Gani & Amalia, 2018).

b) Uji Linearitas

Uji linearitas adalah metode yang digunakan untuk mengidentifikasi apakah distribusi data dalam penelitian memiliki hubungan yang linear. Uji ini bertujuan untuk memastikan bahwa setiap variabel independen memiliki hubungan linear yang signifikan dengan variabel dependen (Hanief & Himawanto, 2017). Uji linearitas dilakukan dengan menggunakan metode *Deviation from Linearity*, yang dibantu oleh perangkat lunak SPSS for Windows. Jika nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka terdapat hubungan linear antara variabel dependen dan independen. Sebaliknya, jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka tidak ada hubungan linear antara kedua variabel tersebut. Selain itu, jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, ini juga menunjukkan adanya penyimpangan dari linearitas (*deviation from linearity*) antara variabel-variabel yang diuji.

c) Uji Multikolinearitas

Menurut Ghazali (2013), uji multikolinearitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat korelasi antar variabel bebas dalam model regresi. Keberadaan multikolinearitas dalam analisis regresi dapat dideteksi melalui nilai VIF (*Variance Inflation*

Factor). Jika nilai $VIF \leq 10,00$ dan nilai toleransi $\geq 0,1$, maka model regresi tersebut dianggap bebas dari multikolinearitas. Hal ini penting karena model regresi yang baik tidak memerlukan adanya multikolinearitas.

2) Uji Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara atau dugaan awal terhadap suatu permasalahan penelitian yang memerlukan pembuktian melalui data dan fakta yang telah dikumpulkan (Arikunto, 2010). Uji hipotesis merupakan prosedur yang bertujuan untuk menentukan batas penerimaan atau penolakan berdasarkan tingkat signifikansi statistik dari suatu koefisien yang telah diperoleh dalam analisis (Winarsunu, 2017). Penelitian ini menggunakan model analisis regresi linier berganda. Menurut Sugiyono (2014), model analisis regresi linier berganda adalah metode pengujian yang didasarkan pada hubungan sebab-akibat antara satu variabel independen dan satu variabel dependen. Hipotesis dapat diterima jika nilai signifikansi kurang dari 0,01, sedangkan jika nilai signifikansi lebih dari 0,01, hipotesis ditolak. Dalam penelitian ini, analisis regresi linier berganda dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS for windows versi 26.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

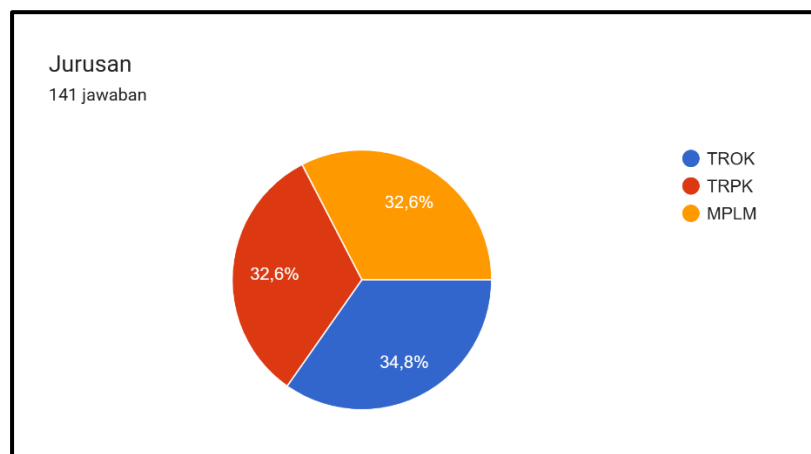
1) Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini melibatkan mahasiswa taruna Tingkat II Politeknik Bumi Akademi Pelayaran Niaga (AKPELNI). Pelaksanaannya berlangsung dari 20 Maret 2025. Populasi mahasiswa taruna Tingkat II Politeknik Bumi Akademi Pelayaran Niaga (AKPELNI) berjumlah 218 mahasiswa, sedangkan sampel penelitian berjumlah 142 mahasiswa. Berdasarkan skala yang telah disebarkan, diperoleh data dengan kategorisasi sebagai berikut:

a. Berdasarkan Jurusan

Kategori subjek berdasarkan program studi peneliti rangkum dalam grafik pada gambar 1.

Gambar 1
Diagram Deskripsi Subjek Berdasarkan Jurusan



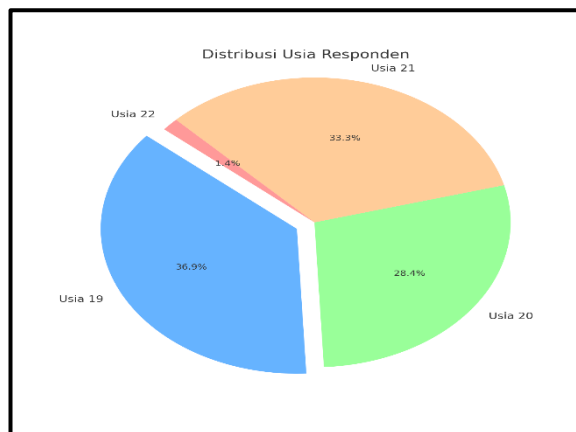
Berdasarkan grafik tersebut, dapat diketahui bahwa persentasi jumlah program studi Teknologi Rekayasa Operasi Kapal (TROK) sebesar 34,8% atau sejumlah 49 mahasiswa, program studi Teknologi Rekayasa Permesinan Kapal (TRPK) sebesar 32,6% atau

sejumlah 46 mahasiswa, dan program studi Manajemen Pelabuhan dan Logistik Maritim (PLM) sebesar 32,6% atau sejumlah 46 mahasiswa.

b. Berdasarkan Usia

Kategori subjek berdasarkan usia peneliti rangkum dalam grafik pada gambar 2.

Gambar 2
Diagram Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia

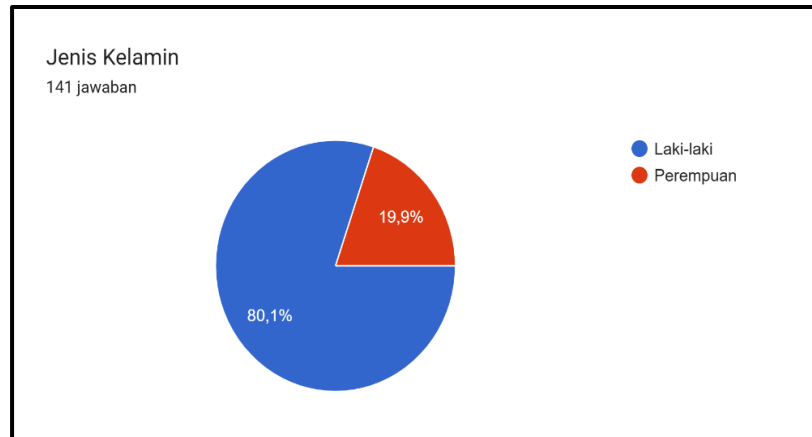


Berdasarkan grafik tersebut, dapat diketahui bahwa persentasi usia responden yaitu, usia 19 tahun sejumlah 52 mahasiswa, usia 20 tahun sejumlah 40 mahasiswa, usia 21 tahun 47 mahasiswa, dan usia 22 tahun sejumlah 2 mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek penelitian berada dalam rentan usia 19-21 tahun. Usia ini merupakan masa dewasa awal, usia dimana individu mulai mengembangkan kemandirian, menentukan arah hidup, serta membangun identitas pribadi dan profesional.

c. Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategori subjek berdasarkan jenis kelamin peneliti rangkum dalam grafik pada gambar 3.

Gambar 3
Diagram Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin



Berdasarkan grafik tersebut, dapat diketahui bahwa persentasi jumlah perempuan dalam sampel sebesar 19,9% atau sejumlah 28 responden dan laki-laki sebesar 80,1% atau sejumlah 113 responden. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek merupakan laki-laki.

2) Kategorisasi Variabel Penelitian

Analisis data mengenai resiliensi, harga diri, dan dukungan sosial teman sebaya mahasiswa taruna pelayaran dilakukan menggunakan SPSS *for Windows*. Tujuan dari analisis ini adalah untuk memperoleh *mean*, *median*, *standart deviation*, nilai maksimum dan minimum. Berikut adalah deskripsi data yang diperoleh berdasarkan output statistik yang telah dianalisis oleh peneliti.

Tabel 4.1 Hasil Uji Deskriptif

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Resiliensi	142	25	94	71.19	19.347
Harga Diri	142	30	120	88.74	26.575
Dukungan Sosial Teman Sebaya	142	20	80	58.87	17.209
Valid N (listwise)	142				

Berdasarkan hasil uji deskriptif di atas yang telah dilakukan oleh peneliti yaitu variabel (Y) mendapatkan hasil *minimum* sebesar 25, *maximum* sebesar 94, nilai *mean* sebesar 71.19 dan hasil *standart deviation* sebesar 19.347. Selanjutnya variabel (X1) mendapatkan hasil *minimum* sebesar 30, *maximum* sebesar 120, nilai *mean* sebesar 88.74 dan hasil *standart deviation* sebesar 26.575. Kemudian variabel (X2) mendapatkan hasil *minimum* sebesar 20, *maximum* sebesar 80, nilai *mean* sebesar 58.87 dan hasil *standart deviation* sebesar 17.209.

Berdasarkan data tersebut, kategori dari setiap variabel dapat disajikan dalam tabel berikut:

a. Kategorisasi Resiliensi (Y)

Tabel 4.2 Kategorisasi Variabel Resiliensi

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$X < (\text{Mean} - \text{ISD})$	$X < 51,83$	Rendah
$(\text{Mean} - \text{ISD}) < X \leq (\text{Mean} + \text{ISD})$	$51,83 < X \leq 90,573$	Sedang
$X \geq (\text{Mean} + \text{ISD})$	$X \geq 90,573$	Tinggi

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa variabel resiliensi pada mahasiswa taruna pelayaran memiliki skor rendah jika nilainya kurang dari 51,83. Kemudian memiliki skor sedang jika nilainya antara 51,83 – 90,573. Selanjutnya memiliki skor tinggi jika nilainya lebih besar dari 90,573. Maka dari itu hasil yang didapatkan dari Tingkat resiliensi pada mahasiswa taruna pelayaran adalah sebagai berikut:

Tabel 4.3 Distribusi Variabel Resiliensi

kategori		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	27	19.1	19.1	19.1
	Sedang	101	71.6	71.6	90.8
	Tinggi	13	9.2	9.2	100.0
	Total	142	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel di atas terdapat 27 mahasiswa taruna yang memiliki Tingkat resiliensi berkategori rendah dengan presentase 19,1 %. Terdapat pula 101 mahasiswa taruna dengan tingkat resiliensi yang berkategori sedang dengan presentase 71.6%, dan terdapat 13 mahasiswa taruna yang memiliki tingkat resiliensi berkategori tinggi dengan presentase 9,2%. Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat resiliensi yang ada pada mahasiswa taruna pelayaran tergolong sedang.

b. Kategorisasi Harga Diri (X1)

Tabel 4.4 Kategorisasi Variabel Harga Diri

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$X < (\text{Mean} - \text{ISD})$	$X < 62,165$	Rendah
$(\text{Mean} - \text{ISD}) < X \leq (\text{Mean} + \text{ISD})$	$62,165 < X \leq 115,315$	Sedang
$X \geq (\text{Mean} + \text{ISD})$	$X \geq 115,315$	Tinggi

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa variabel harga diri pada mahasiswa taruna pelayaran memiliki skor rendah jika nilainya kurang dari 62,165. Kemudian memiliki skor sedang jika nilainya antara 62,165-115,315. Selanjutnya memiliki skor tinggi jika nilainya lebih besar dari 115,315. Maka dari itu hasil yang didapatkan dari Tingkat harga diri pada mahasiswa taruna pelayaran adalah sebagai berikut:

Tabel 4.5 Distribusi Variabel Harga Diri

Kategori					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	30	21.3	21.3	21.3
	Sedang	84	59.6	59.6	80.9
	Tinggi	27	19.1	19.1	100.0
	Total	142	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel di atas terdapat 30 mahasiswa taruna yang memiliki tingkat harga diri berkategori rendah dengan presentase 21,3%. Terdapat pula 84 mahasiswa taruna dengan tingkat harga diri yang berkategori sedang dengan presentase 59,6%, dan terdapat 27 mahasiswa taruna yang

memiliki tingkat harga diri berkategori tinggi dengan presentase 19,1%. Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat harga diri yang ada pada mahasiswa taruna pelayaran tergolong sedang.

c. Kategorisasi Dukungan Sosial Teman Sebaya (X2)

Tabel 4.6 Kategorisasi Variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$X < (\text{Mean} - \text{ISD})$	$X < 41,661$	Rendah
$(\text{Mean} - \text{ISD}) < X \leq (\text{Mean} + \text{ISD})$	$41,661 < X \leq 76,079$	Sedang
$X \geq (\text{Mean} + \text{ISD})$	$X \geq 76,079$	Tinggi

Berdasarkan tabel di atas, menunjukan bahwa variabel dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa taruna pelayaran memiliki skor rendah jika nilainya kurang dari 41,661. Kemudian memiliki skor sedang jika nilainya antara 41,661-76,079. Selanjutnya memiliki skor tinggi jika nilainya lebih besar dari 76,079. Maka dari itu hasil yang didapatkan dari tingkat dukungan sosiala teman sebaya pada mahasiswa taruna pelayaran adalah sebagai berikut:

Tabel 4.7 Distribusi Variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya

Kategori					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	31	22.0	22.0	22.0
	Sedang	85	60.3	60.3	82.3
	Tinggi	25	17.7	17.7	100.0
	Total	142	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel di atas terdapat 31 mahasiswa taruna yang memiliki tingkat dukungan sosial teman sebaya berkategori rendah dengan presentase 22%. Terdapat pula 85 mahasiswa taruna dengan tingkat dukungan sosial teman sebaya yang berkategori sedang dengan presentase 60,3%, dan terdapat 25 mahasiswa taruna yang memiliki tingkat dukungan sosial teman sebaya berkategori tinggi dengan presentase 17,7%. Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat dukungan sosial teman sebaya yang ada pada mahasiswa taruna pelayaran tergolong sedang.

B. Hasil Analisis Data

1) Uji Normalitas

Pengujian normalitas dilakukan dengan tujuan untuk menentukan apakah residual dari data yang telah diteliti mengikuti distribusi normal atau tidak (Firdaus, 2021). Uji normalitas akan dilakukan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan perangkat lunak SPSS for Windows. Data dikatakan berdistribusi normal jika nilai probabilitas (signifikansi) lebih besar dari 0,05. Sebaliknya, data dianggap tidak berdistribusi normal jika nilai probabilitasnya kurang dari 0,05.

Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		142
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.63956780
Most Extreme Differences	Absolute	.052

	Positive	.052
	Negative	-.038
Test Statistic		.052
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		

Berdasarkan tabel uji normalitas di atas dengan *One Sample Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan hasil yang signifikan sebesar 0,20 yang artinya nilai signifikan karena lebih dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa data residual dari penelitian ini terdistribusi normal.

2) Uji Linearitas

Uji linearitas adalah metode yang digunakan untuk mengidentifikasi apakah distribusi data dalam penelitian memiliki hubungan yang linear. Uji ini bertujuan untuk memastikan bahwa setiap variabel independen memiliki hubungan linear yang signifikan dengan variabel dependen (Hanief & Himawanto, 2017). Uji linearitas dilakukan dengan menggunakan metode *Deviation from Linearity*, yang dibantu oleh perangkat lunak SPSS for Windows. Jika nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka terdapat hubungan linear antara variabel dependen dan independen.

Tabel 4.9 Hasil Uji Linearitas Harga Diri dan Resiliensi

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Resiliensi * Harga Diri	Between Groups	(Combined)	52401.830	139	376.992	188.496	.058
		Linearity	45509.283	1	45509.283	22754.642	.004
		Deviation from Linearity	6892.547	138	49.946	24.973	.158
	Within Groups		2.000	1	2.000		
	Total		52403.830	140			

Berdasarkan tabel di atas menunjukan hasil yang signifikan sebesar 0,000 pada baris *linearity* atau $< 0,05$ yang artinya bahwa variabel memiliki hubungan yang linear. Kemudian pada baris *deviation from linearity* menunjukan nilai signifikan sebesar 0,158 atau $> 0,05$ yang artinya antar variabel memiliki hubungan yang linear.

Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Resiliensi

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Resiliensi Dukungan	Between Groups	(Combined)	42584.071	142	1013.906	10.119	.000
		Linearity	37959.102	1	37959.102	378.827	.000

Sosial Teman Sebaya		Deviation from Linearity	4624.969	41	112.804	1.126	.313
	Within Groups		9819.759	98	100.202		
	Total		52403.830	140			

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan hasil yang signifikan sebesar 0,000 pada baris *linearity* atau $< 0,05$ yang artinya bahwa variabel memiliki hubungan yang linear. Kemudian pada baris *deviation from linearity* menunjukkan nilai signifikan sebesar 0,313 atau $> 0,05$ yang artinya antar variabel memiliki hubungan yang linear.

3) Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat korelasi antar variabel bebas dalam model regresi. Keberadaan multikolinearitas dalam analisis regresi dapat dideteksi melalui nilai VIF (*Variance Inflation Factor*). Jika nilai $VIF \leq 10,00$ dan nilai toleransi $\geq 0,1$, maka model regresi tersebut dianggap bebas dari multikolinearitas. Hal ini penting karena model regresi yang baik tidak memerlukan adanya multikolinearitas.

Tabel 4.11 Hasil Uji Multikolinearitas

Coefficients ^a								
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	4.243	1.468		2.890	.004		
	Harga Diri	.439	.024	.603	18.335	.000	.385	2.596
	Dukungan Sosial Teman Sebaya	.476	.037	.423	12.860	.000	.385	2.596
a. Dependent Variable: Resiliensi								

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan hasil toleransi dari harga diri yang signifikan sebesar 0,385 atau $> 0,1$ dan dukungan teman sebaya sebesar 0,385 atau $> 0,1$. Kemudian pada tabel *Variance Inflation Factor* (VIF) didapatkan nilai signifikan harga diri sebesar 2,596 atau < 10 dan dukungan teman sebaya sebesar 2,596. Maka dapat disimpulkan bahwa pada masing-masing variabel tidak terjadi multikolinieritas.

C. Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis merupakan prosedur yang bertujuan untuk menentukan batas penerimaan atau penolakan berdasarkan tingkat signifikansi statistik dari suatu koefisien yang telah diperoleh dalam analisis (Winarsunu, 2017). Uji regresi berganda pengaruh harga diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi mahasiswa taruna pelayaran, uji ini dilakukan untuk menjawab apakah hipotesis ketiga diterima atau ditolak. Penentuan bahwa variabel harga diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi

secara bersama-sama berdasarkan dari nilai F hitung pada *output* SPSS, jika nilai F hitung lebih besar dari pada F tabel maka dapat dikatakan terdapat pengaruh. F tabel pada penelitian ini karena respondennya berjumlah 142 orang maka nilai F tabel 3,06.

Tabel 4.12 Koefisien Analisis Regresi Linear Berganda

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	4.243	1.468		2.890	.004
	Harga Diri	.439	.024	.603	18.335	.000
	Dukungan Sosial Teman Sebaya	.476	.037	.423	12.860	.000
a. Dependent Variable: Resiliensi						

Berdasarkan tabel diatas, didapat hasil nilai signifikansi variabel harga diri (X1) sebanyak 0,000 ($<0,05$) yang berarti bahwa hipotesis 1 diterima yaitu terdapat pengaruh yang signifikan dari harga diri terhadap resiliensi mahasiswa taruna pelayaran. Kemudian, didapatkan hasil nilai signifikansi variabel dukungan sosial teman sebaya (X2) sebanyak 0,000 ($<0,05$) yang berarti bahwa hipotesis 2 diterima yaitu terdapat pengaruh yang signifikan dari dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi mahasiswa taruna pelayaran.

Tabel 4.13 Persamaan Regresi Linear Berganda

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	49390.247	2	24695.124	1130.856	.000 ^b
	Residual	3013.583	138	21.838		
	Total	52403.830	140			
a. Dependent Variable: Resiliensi						
b. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial Teman Sebaya, Harga Diri						

Berdasarkan hasil uji regresi linear berganda didapatkan hasil nilai signifikansi 0,000 (<0,05) maka dapat disimpulkan bahwa variabel independen harga diri dan dukungan sosial teman sebaya berpengaruh secara simultan terhadap variabel dependen resiliensi. Berdasarkan penjelasan diatas bahwa hipotesis 3 dalam penelitian ini diterima.

Berdasarkan hasil uji hipotesis dapat didapatkan hasil persamaan regresi linear berganda sebagai berikut:

$$Y = 4.243 + 0,439X_1 + 0,476X_2$$

$$Y \text{ (Resiliensi)} = 4.243 + 0,439 \text{ (Harga Diri)} + 0,476 \text{ (Dukungan Sosial Teman Sebaya)}$$

Berdasarkan persamaan di atas, dapat disimpulkan bahwa nilai konstanta 4.243 adalah nilai resiliensi jika tidak adanya variabel harga diri dan dukungan sosial teman sebaya. Nilai koefisien X1 sebesar 0,439 yang berarti dengan adanya 1 satuan harga diri akan meningkatkan resiliensi sebesar 0,439. Nilai koefisien X2 sebesar 0,476 yang berarti adanya 1 satuan dukungan sosial teman sebaya akan meningkatkan resiliensi sebesar 0,476.

Tabel 4.14 Prediktor Harga Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Resiliensi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.971 ^a	.942	.942	4.673
a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial Teman Sebaya, Harga Diri				

Berdasarkan data yang telah didapat dari perhitungan SPSS di atas Nilai *Adjust R square* yang didapat berjumlah 0,942 atau 94,2% yang artinya variabel harga diri dan dukungan sosial teman sebaya sebesar 94,2% dan sisanya 5,8% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak masuk dalam penelitian ini. Hal-hal di atas menunjukkan bahwa hipotesis ketiga diterima (H3) yaitu terdapat pengaruh harga diri (X1) dukungan sosial teman sebaya (X2) terhadap resiliensi (Y) mahasiswa taruna pelayaran.

D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh harga diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi mahasiswa taruna pelayaran. Penelitian ini dilakukan dengan melibatkan 142 mahasiswa taruna pelayaran Politeknik Bumi Akademi Pelayaran Niaga (AKPELNI) tingkat II. Berdasarkan kategorisasi resiliensi mahasiswa taruna pelayaran dari 142 sampel, mayoritas ada dalam kategori sedang, yaitu sebanyak 101 mahasiswa (71,6%). Sedangkan mahasiswa yang memiliki resiliensi rendah sejumlah 28 (19,1%) dan mahasiswa yang memiliki resiliensi tinggi sejumlah 13 (9,2%). Pada variabel harga diri, mayoritas mahasiswa juga dalam kategori sedang yaitu sejumlah 85 (59,6%) dan variabel dukungan sosial teman sebaya dalam kategori sedang sejumlah 86 (60,3%). Hal

tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa taruna pelayaran Politeknik Bumi AKPELNI memiliki resiliensi, harga diri, dan dukungan sosial teman sebaya cukup baik.

Terdapat tiga hipotesis yang diungkap dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh harga diri (X1) terhadap resiliensi (Y), terdapat pengaruh dukungan sosial teman sebaya (X2) terhadap resiliensi (Y), dan terdapat pengaruh harga diri (X1) dan dukungan sosial teman sebaya (X2) terhadap resiliensi (Y). Hasil analisis hipotesis pertama menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ($<0,05$) dengan nilai t hitung 30,992 ($> 1,977$). Hal ini menunjukkan bahwa setiap satu satuan harga diri akan memberikan kontribusi positif terhadap resiliensi. Artinya, terdapat pengaruh yang signifikan antara harga diri terhadap resiliensi. Nilai R^2 yang didapat berjumlah 0,873 atau 87,3% yang artinya variabel harga diri memengaruhi resiliensi sebesar 87,4% dan sisanya 12,6% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak masuk dalam penelitian ini. Artinya bahwa hipotesis pertama (H1) diterima yaitu terdapat pengaruh harga diri (X1) terhadap resiliensi (Y) mahasiswa taruna pelayaran.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Cassidy dkk., (2004) yang menunjukkan bahwa harga diri yang tinggi dapat melindungi seseorang dari tekanan psikologis dengan mengurangi risiko mengalami stres, sehingga individu menjadi lebih tangguh dan mampu bertahan saat menghadapi peristiwa yang menekan atau situasi kehidupan yang penuh stres. Penelitian yang serupa juga dilakukan oleh Hanani (2019) bahwa *self-esteem* berpengaruh secara signifikan terhadap resiliensi.

Data deskriptif menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa taruna pelayaran Politeknik Bumi AKPELNI berada pada kategori sedang dalam variabel harga diri, yaitu sebanyak 84 mahasiswa (59,6%). Perbandingan ini menunjukkan bahwa mahasiswa taruna pelayaran Politeknik Bumi AKPELNI memiliki harga diri yang cukup baik. Adapun aspek harga diri yang memengaruhi resiliensi yaitu kekuatan, keberartian, kebajikan, dan kemampuan.

Pendekatan humanistik juga sejalan dengan temuan ini, karena menekankan bahwa harga diri memiliki hubungan yang erat dengan tingkat resiliensi seseorang. Menurut Jauhari & Karyono (2022), ketika individu berhasil memenuhi kebutuhan akan harga diri, mereka akan mengembangkan rasa percaya diri yang kuat, merasa berharga, serta memiliki keteguhan dan keyakinan terhadap kemampuan mereka dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Dengan kata lain, semakin seseorang merasa dihargai dan diakui, semakin besar kemampuannya untuk bertahan dan bangkit dari kesulitan. Hal ini menunjukkan bahwa harga diri bukan sekadar faktor psikologis, tetapi juga elemen penting dalam membangun ketahanan mental dan emosional.

Selanjutnya, hasil analisis hipotesis kedua menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($<0,05$) dengan t hitung 23,758 ($>1,977$). Berdasarkan *output* SPSS di atas diperoleh nilai t hitung sebesar 23,758 dan nilai signifikansi sebesar 0,000. Karena nilai t hitung $23,758 > 1,977$ dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, yang berarti bahwa setiap satu satuan dukungan sosial teman sebaya memberikan kontribusi positif terhadap resiliensi. Artinya, terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi. Nilai *Adjust R square* yang didapat berjumlah 0,801 atau 80,1% yang artinya variabel independen dukungan sosial teman sebaya memengaruhi resiliensi sebanyak 80,2% dan sisanya 19,8% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak masuk dalam penelitian ini. Artinya bahwa hipotesis kedua (H_2) diterima yaitu terdapat pengaruh dukungan sosial teman sebaya (X_2) terhadap resiliensi (Y) mahasiswa taruna pelayaran.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muhammad dkk., (2018) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial yang diperoleh remaja dari teman sebaya dapat berperan penting dalam membantu mereka mengembangkan serta mematangkan kepribadian. Secara khusus, dukungan ini berkontribusi terhadap peningkatan ketahanan atau resiliensi remaja, yang akan berdampak positif pada kemampuan mereka dalam menghadapi berbagai tantangan di masa depan. Penelitian yang dilakukan oleh Hapsari

& Eva (2021) juga mendukung penelitian yang dilakukan peneliti. Hasil pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa.

Kalisha dan Sundari (2023) dalam penelitiannya juga menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi mahasiswa. Dalam teori humanistik yang diungkapkan oleh Abraham Maslow terkait kebutuhan psikologi yaitu kebutuhan rasa cinta dan kasih sayang. Menurut Jauhari & Karyono (2022) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa setiap individu memerlukan hubungan yang seimbang dan harmonis dengan orang lain. Ketika hubungan tersebut terjalin dengan baik, akan tumbuh perasaan cinta dan kasih sayang yang memperkuat ikatan emosional. Hal ini kemudian menciptakan rasa saling memiliki dan keterikatan, baik dalam lingkungan keluarga maupun di tengah masyarakat.

Data deskriptif menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa taruna pelayaran Politeknik Bumi AKPELNI berada pada kategori sedang dalam variabel dukungan sosial teman sebaya, yaitu sebanyak 85 mahasiswa (60,3%). Perbandingan ini menunjukkan bahwa mahasiswa taruna pelayaran Politeknik Bumi AKPELNI memiliki dukungan sosial teman sebaya yang cukup baik. Adapun aspek dukungan sosial teman sebaya yang memengaruhi resiliensi yaitu emosional, penghargaan, instrumental, dan informasi.

Pengujian hipotesis ketiga menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($<0,05$) dengan F-hitung sebesar 1130,856 ($>3,06$). Hal ini mengindikasikan bahwa kedua variabel independen yaitu harga diri dan dukungan sosial teman sebaya memengaruhi variabel dependen yaitu resiliensi. Hasil analisis regresi mengindikasikan bahwa model regresi yang diterapkan dalam penelitian ini sesuai atau layak digunakan. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi yang diperoleh berada di bawah 0,05, yang menunjukkan bahwa model tersebut memiliki tingkat keandalan yang baik dalam menjelaskan hubungan antar variabel. Dengan demikian, temuan ini semakin memperkuat hipotesis penelitian, mengonfirmasi bahwa

variabel-variabel independen yang digunakan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen.

Nilai *Adjust R square* yang didapat berjumlah 0,942 atau 94,2% yang artinya variabel harga diri dan dukungan sosial teman sebaya memengaruhi resiliensi sebesar 94,2% dan sisanya 5,8% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak masuk dalam penelitian ini. Hal ini membuktikan tiap satu satuan harga diri dan dukungan sosial teman sebaya berkontribusi positif terhadap resiliensi. Artinya, terdapat pengaruh yang signifikan antara harga diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alvina dan Dewi (2017) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara variabel harga diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan variabel resiliensi pada mahasiswa yang pernah mengalami *bullying*. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi harga diri dan dukungan sosial yang diterima, semakin kuat tingkat resiliensi individu. Hal serupa juga diungkapkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Wulandari dkk., (2019) bahwa harga diri dan *peer support* memengaruhi resiliensi siswa SMA Taruna Nala Malang. Penelitian lain yang dilakukan oleh Malahayati (2023) juga mendukung temuan peneliti yaitu terdapat pengaruh antara dukungan sosial dan harga diri terhadap resiliensi pada mahasiswa perantau.

Penelitian ini berhasil mencapai tujuannya dengan membuktikan sekaligus memperkuat teori yang telah dikemukakan sebelumnya. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa harga diri serta dukungan sosial dari teman sebaya memiliki peran yang signifikan dalam membentuk tingkat resiliensi pada mahasiswa taruna pelayaran. Dalam lingkungan yang penuh dengan tantangan fisik maupun mental, keberadaan dukungan sosial menjadi faktor kunci yang membantu individu menghadapi tekanan. Temuan ini sejalan dengan teori bahwa individu yang merasa dihargai dan didukung oleh lingkungannya cenderung lebih percaya diri dalam menghadapi berbagai situasi sulit.

Melalui analisis yang telah dilakukan, ditemukan bahwa peningkatan harga diri dan kuatnya dukungan sosial dari teman sebaya

berkontribusi langsung dalam meningkatkan resiliensi. Semakin tinggi harga diri seseorang yang mencerminkan bagaimana ia menilai dan menghargai dirinya sendiri, serta semakin kuat dukungan sosial yang diterima dalam bentuk kenyamanan, perhatian, dan kebersamaan, semakin besar pula kemampuannya untuk bertahan dan bangkit dari tantangan yang dihadapi. Dengan adanya lingkungan yang suportif, mahasiswa taruna pelayaran dapat lebih mudah mengembangkan strategi adaptasi yang efektif, sehingga mereka mampu menghadapi tekanan dengan lebih tenang, optimis, dan berdaya juang tinggi.

Secara keseluruhan, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan untuk evaluasi lebih lanjut. Salah satu aspek yang menjadi kelemahan dalam penelitian ini yaitu tahapan penelitian tidak bertahap, kemudian pada instrumen skala dukungan sosial teman sebaya yang banyak gugur dikarenakan berbagai faktor, baik internal maupun eksternal, yang berpotensi memengaruhi responden saat mengisi skala penelitian. Faktor internal mencakup kualitas instrumen. Sementara itu, faktor eksternal meliputi kondisi lingkungan sekitar serta faktor waktu yang kurang tepat dapat memengaruhi konsentrasi dan ketepatan dalam memberikan jawaban. Kurangnya kendali terhadap faktor-faktor ini dapat menyebabkan variasi dalam respons yang diberikan, sehingga berpotensi memengaruhi validitas dan reliabilitas hasil penelitian. Oleh karena itu, penelitian di masa mendatang dapat mempertimbangkan strategi yang lebih ketat dalam mengontrol faktor-faktor tersebut guna memperoleh data yang lebih akurat dan dapat diandalkan.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil uji hipotesis pada penelitian ini maka dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Terdapat pengaruh yang signifikan dari harga diri terhadap resiliensi mahasiswa taruna pelayaran. Hasil uji ini menunjukkan bahwa tiap satu satuan harga diri akan meningkatkan resiliensi.
2. Terdapat pengaruh yang signifikan dari dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi mahasiswa taruna pelayaran. Hasil uji ini menunjukkan bahwa tiap satu satuan dukungan sosial teman sebaya akan meningkatkan resiliensi.
3. Terdapat pengaruh yang signifikan dari harga diri dan dukungan sosial teman sebaya secara bersamaan terhadap resiliensi mahasiswa taruna pelayaran. Hasil uji ini menunjukkan bahwa tiap satu satuan harga diri dan dukungan sosial teman sebaya secara bersama-sama akan meningkatkan resiliensi.

B. Saran

Beberapa saran yang diberikan peneliti berkaitan dengan penelitian ini yaitu:

1. Untuk Subjek Penelitian
Khusus bagi mahasiswa taruna Politeknik Bumi AKPELNI Tingkat II, penting untuk dapat mengontrol dan mengelola diri dengan baik. Berdasarkan hasil kategorisasi, tingkat resiliensi mahasiswa berada pada posisi sedang (101), sehingga diperlukan upaya peningkatan harga diri pada diri sendiri dan selalu menjaga hubungan baik dengan teman sebaya sehingga mahasiswa dapat *survive* dengan baik di lingkungan akademik.
2. Untuk Instansi
Bagi instansi, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk terus memberikan dukungan sosial serta menyelenggarakan

kegiatan tentang pengembangan diri yang memungkinkan para mahasiswa semakin peduli dengan diri mereka sendiri dan saling memberikan pengaruh positif di antara teman sebaya. Hal ini akan membantu meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa serta memastikan mereka mendapatkan dukungan dalam menghadapi berbagai situasi yang mereka alami.

3. Untuk Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian secara bertahap dan mengikuti metodologi yang benar supaya hasil penelitian akurat. Selain itu, lebih inisiatif dan aktif berkomunikasi dengan berbagai pihak yang terlibat.

DAFTAR PUSTAKA

- Alvina, S., & Dewi, F. I. R. (2017). Pengaruh harga diri dan dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa dengan pengalaman bullying di perguruan tinggi. *Psibernetika*, 9(2). <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v9i2.472>
- Andriani, A. (2018). Saya indonesia, negara maritim jati diri negaraku. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Renika Cipta.
- Azwar, S. (2000). Reliabilitas dan validitas. Pustaka Belajar. 2010. Metode penelitian. Pustaka Belajar.
- Benard, B. (2004). *Resiliency: What we have learned*. San Francisco.
- Burn, R. B. (1993). Konsep diri: teori, pengukuran dan perkembangan perilaku. Alih Bahasa: Eddy. Penerbit: Arcan.
- Calhoun, J. F., & Acocella, J. R. (1990). *Psychology of adjustment and human relationships*. Broadway Books.
- Cassidy, C., O'Connor, R. C., Howe, C., & Warden, D. (2004). *Perceived discrimination and psychological distress: The role of personal and ethnic self-esteem*. *Journal of Counseling Psychology*, 51(3), 329.
- Chaplin, J. P. (2011). Kamus lengkap psikologi. Rajawali
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. Princeton.
- Edwards, L., Rand, K. L., Lopez, S. J., & Snyder, C. R. (2007). *Understanding hope: A review of measurement and construct validity research*.
- Feldman, P. O. (2009). *Human development edisi 10 buku 2*. Salemba Humanika.
- Felker, D. W. (1974). *Helping children to like themselves*. Burgess Publishing Company.
- Firdaus, M. M. (2021). Metodologi penelitian kuantitatif; dilengkapi analisis regresi IBM SPSS Statistics Version 26.0. CV. Dotplus Publisher.
- Gani, I., & Amalia, S. (2018). Alat analisis data edisi revisi. Penerbit Andi.
- Ghozali, I. (2013). Aplikasi analisis multivariat dengan program IBM SPSS (Edisi 7). Penerbit Universitas Diponegoro, 160.

- Ghufron, M. N. (2016). Peran kecerdasan emosi dalam meningkatkan toleransi beragama. *Fikrah*, 4(1), 138–153.
- Ghufron, M. N., Azmi, K. R., & Al-Giffari, H. A. (2024). *Peer support and the mental health of Indonesian migrant workers: The mediating role of spiritual well-being and coping strategies*. *Psikohumaniora*, 9(1), 21–36. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v9i1.20341>
- Globe, F. (1994). *Psikologi humanistik abraham maslow (Terjemahan Supratiknyo)*. Kanisias.
- Gottlieb, B. H. (2017). *Social support in adolescence*. In *Adolescent stress* (pp. 281–307). Routledge.
- Grotberg, E. H. (1995). *A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit* (Vol. 8). Bernard van leer foundation The Hague.
- Hanani, C. A. (2019). *Pengaruh Self-esteem terhadap resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program studi kedokteran*. Skripsi, 1–114.
- Hanief, Y. N., & Himawanto, W. (2017). *Statistik pendidikan*. Deepublish.
- Hapsari, N. K. A. M. Y., & Eva, N. (2021). *Pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi pada mahasiswa baru*. Seminar Nasional Psikologi Dan Ilmu Humaniora (SENAPIH), 1(1), 107–120.
- Hariwijaya, M. (2015). *Metodologi dan penulisan skripsi. Tesis, Dan Desertasi Untuk Ilmu Sosial Dan Humaniora*. Prama Ilmu.
- Hariyadi, S. (2021). *Hubungan harga diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan perilaku agresif pada taruna pendidikan POLRI*. Universitas Katholik Soegijapranata Semarang.
- Hendriani, W. (2022). *Resiliensi psikologi sebuah pengantar*. Prenada Media.
- Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B., & Yuen, T. (2011). *What is resilience? The Canadian Journal of Psychiatry*, 56(5), 258–265.
- Hilman. (2002). *Kemandirian remaja yang tinggal dipanti asuhan ditinjau dari persepsi pelayanan sosial dan dukungan sosial*. Universitas Gajah Mada.
- House, J. S., Umberson, D., & Landis, K. R. (1988). *Structures and processes of social support*. *Annual Review of Sociology*, 14(1), 293–318.

- Jannah, K., Hastuti, D., & Riany, Y. E. (2022). *Parenting style and depression among students: The mediating role of self-esteem*. Psikohumaniora, 7(1), 39–50. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i1.9885>
- Jauhari, M. I., & Karyono, K. (2022). *Teori humanistik maslow dan kompetensi pedagogik*. Sustainable Jurnal Kajian Mutu Pendidikan, 5(2), 250–265. <https://doi.org/10.32923/kjmp.v5i2.2585>
- Kalisha, S., & Sundari, A. R. (2023). Pengaruh optimisme dan dukungan teman sebaya terhadap resiliensi menyelesaikan skripsi saat pandemi. Psikologi Kreatif Inovatif, 3(1), 134–143.
- Koamesah, G. T., Virlia, S., & Musa, M. (2022). *Resilience in health workers: The role of social support and calling*. Psikohumaniora, 7(1), 1–14. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i1.9287>
- Lestari, S. D., & Maunah, B. (2022). *Dasar-dasar yuridis sistem pendidikan nasional*. Jurnal Ilmu Pendidikan Sekolah Dasar, 9(3), 193–204.
- Shihab, M. Q. (2004). *Tafsir Al Mishbah Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Quran*.
- Mahendika, D., & Sijabat, S. G. (2023). Pengaruh dukungan sosial, strategi coping, resiliensi, dan harga diri terhadap kesejahteraan psikologis siswa SMA di Kota Sukabumi. Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science, 1(02), 76–89.
- Malahayati, J. P. (2023). Pengaruh dukungan sosial dan harga diri terhadap resiliensi mahasiswa perantau. Jurnal Psikologi Malahayati, 5(1), 15–21.
- Mardiyah, A., & Rahmandani, A. (2019). Hubungan antara efikasi diri dan ketangguhan pada taruna tingkat II Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. Jurnal Empati, 7(4), 1468–1478.
- Mardiyah, A., & Ramadhani, A. (2018). Hubungan antara efikasi diri dan ketangguhan pada taruna tingkat II Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. Jurnal Empati, 7(4), 310–321.
- Muhammad, F., Bahri, S., & Zuliani, H. (2018). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi remaja di SMA Banda Aceh. Jurnal Suloh, 3(1).
- Mulyani, N. (2011). Resiliensi: Daya pegas menghadapi trauma kehidupan. medan. USU Press. USU Press.
- Rahayu, T., Eddi, E., Pribadi, T., & Rahmawati, M. (2024). Implementasi

- pendidikan karakter dalam pembentukan taruna pelayaran. *Journal on Education*, 6(4), 19714–19723.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway books.
- Santrock, J. (2002). & *Edition A Topical Approach to Life-Span Development*.
- Santrock, J. W. (2007). *A topical approach to life-span development*, 3E. Ch, 5, 192.
- Santrock, J. W. (2008). *Motor, sensory, and perceptual development. A topical approach to life-span development*. McGraw-Hill Higher Education, 172–205.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Sayidah, N. (2018). Metodologi penelitian disertai dengan contoh penerapannya dalam penelitian. Zifatama Jawara.
- Shihab, M. Q. (2002). *Tafsir al-misbah*. Lentera Hati, 2, 52–54.
- Siebert, A. (2009). *The resiliency advantage: Master change, thrive under pressure, and bounce back from setbacks*. ReadHowYouWant. com.
- Sugiyono, D. (2014). Metode penelitian pendidikan. Alfabeta
- Sulfemi, W. B., & Yasita, O. (2020). *Dukungan sosial teman sebaya terhadap perilaku bullying*. Jurnal Pendidikan, 21(2), 133–147.
- Tepy, N. R. T. (2016). Strategi pengelolaan sekolah tinggi berasrama di kabupaten semarang. Kelola: Jurnal Manajemen Pendidikan, 3(1), 98–114.
- Weiss, J. A., Robinson, S., Fung, S., Tint, A., Chalmers, P., & Lunsy, Y. (2013). *Family hardiness, social support, and self-efficacy in mothers of individuals with autism spectrum disorders*. Research in Autism Spectrum Disorders, 7(11), 1310–1317.
- Wibawa, S. (2017). *Tridharma Perguruan Tinggi (Pendidikan Dan Pengabdian Kepada Masyarakat)*. Disampaikan Dalam Rapat Perencanaan Pengawasan Proses Bisnis Perguruan Tinggi Negeri. 29, 1–15.
- Winarsunu, T. (2017). Statistik dalam penelitian psikologi dan pendidikan (Vol. 1). UMMPress.
- Wulandari, I., Putra, B. S., & Malang, U. M. (2019). Pengaruh harga diri dan peer

support terhadap resiliensi siswa SMA Taruna Nala. September, 20–21.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Blue Print Skala Penelitian Sebelum Uji Coba

SKALA RESILIENSI

Aspek	Aitem		Jumlah
	F	UF	
Pengaturan Emosi	1. Saya mampu bersikap tetap tenang dalam segala situasi 15. Saya mampu mengontrol emosi saat menghadapi masalah	10. Saya mudah terpancing emosi ketika mendapat kritik 24. Saya merasa sulit menahan amarah dalam situasi yang tidak menyenangkan	4
Optimisme	2. Saya yakin bahwa masa depan saya akan lebih baik dibandingkan saat ini ** 16. Saya selalu melihat setiap tantangan sebagai peluang untuk mencapai kehidupan yang lebih baik	11. Saya merasa pesimis dan ragu bahwa masa depan saya akan lebih baik 25. Saya merasa bahwa kesempatan untuk meraih kesuksesan di masa depan sangat terbatas	4
Empati	3. Saya dapat mengetahui perasaan orang lain	4. Saya kesulitan mengetahui apakah seseorang sedang	4

	hanya dari ekspresi wajah atau nada bicaranya ** 17. Saya mudah menyadari ketika seseorang sedang merasa sedih atau gelisah, meskipun mereka tidak mengatakannya secara langsung	merasa senang atau sedih 18. Saya kurang memperhatikan perubahan emosi orang lain dalam percakapan sehari-hari	
Efikasi Diri	12. Saya yakin dapat menyelesaikan tugas dengan baik meskipun menghadapi tantangan 26. Saya percaya pada kemampuan diri sendiri dalam mengambil keputusan yang penting	5. Saya merasa ragu dengan kemampuan saya sendiri dalam menyelesaikan tugas 19. Saya merasa kurang mampu saat menghadapi situasi baru atau sulit	4
Kontrol Impuls	13. Saya memikirkan dampak dari tindakan saya sebelum mengambil Keputusan **	6. Saya jarang mempertimbangkan dampak sebelum melakukan sesuatu 20. Saya bertindak tanpa memikirkan akibatnya terlebih dahulu	4

	27. Sebelum bertindak, saya mempertimbangkan baik dan buruknya terlebih dahulu		
Analisis Kausal	8. Saya dapat menganalisis suatu masalah dengan baik sebelum mengambil keputusan 22. Saya mampu menyusun rencana yang jelas untuk menyelesaikan masalah yang saya hadapi	7. Saya kurang mempertimbangkan pengambilan berbagai alternatif solusi 21. Saya bingung dalam mencari solusi ketika menghadapi masalah	4
Pencapaian	9. Saya berusaha melihat sisi baik dari setiap peristiwa yang saya alami 23. Saya merasa bersyukur atas hal-hal kecil yang saya miliki dalam hidup	14. Saya lebih fokus pada ketidaksempurnaan hidup yang saya miliki 28. Saya merasa sulit menemukan hal baik dalam situasi yang menantang	4
Total	14	14	28

SKALA HARGA DIRI

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		F	UF	

Kekuatan	1.Mengendalikan diri sendiri	1. Saya dapat menahan diri untuk tidak bereaksi secara impulsif dalam situasi yang menegangkan 17. Saya mampu tetap fokus dan tidak mudah teralihkan oleh hal-hal yang mengganggu saat mengerjakan tugas	9. Saya bertindak tanpa berpikir Panjang terlebih dahulu 25. Saya mudah kehilangan control diri ketika menghadapi tekanan	4
	2. Kemampuan berkoordinasi dengan orang lain	2. Saya dapat berkoordinasi dengan jelas dan kepada anggota kelompok 18. Saya mampu mengarahkan orang lain untuk bekerja sama mencapai tujuan bersama	10. Saya kesulitan dalam berkoordinasi teekait tugas kepada orang lain 26. Saya merasa tidak percaya diri saat harus berkoordinasi pekerjaan tim	4

Keberartian	1. Memahami dan menerima diri sendiri	11. Saya merasa nyaman dengan kelebihan dan kekurangan yang saya miliki ** 27. Saya menerima diri saya apa adanya tanpa membandingkan diri dengan orang lain	3. Saya merasa tidak puas dengan diri saya sendiri 19. Saya sulit menerima kekurangan yang ada pada diri saya	4
	2. Diterima dengan baik oleh orang lain	12. Saya merasa dihargai dan diterima dalam kelompok sosial saya ** 28. Orang-orang di sekitar saya senang berinteraksi dan bekerja sama dengan saya	4. Saya merasa kesulitan menjalin hubungan baik dengan orang lain 20. Saya merasa diabaikan atau tidak dianggap dalam pergaulan	4
Kebajikan	1. Taat dan tertib peraturan	5. Saya selalu hadir tepat waktu dalam setiap perkuliahan sesuai dengan	13. Saya mengabaikan peraturan perkuliahan karena menurut saya	4

		jadwal yang ditetapkan 21. Saya mematuhi aturan perkuliahan, termasuk dalam hal pengumpulan tugas sesuai tenggat waktu	tidak terlalu penting 29. Saya merasa tidak masalah jika datang terlambat atau absen dalam perkuliahan tanpa alasan yang jelas	
	2. Mampu menjadi contoh bagi orang lain	6. Saya berusaha memberikan contoh yang baik dalam perilaku dan tindakan sehari-hari 22. Orang-orang di sekitar saya sering mencontoh sikap dan kebiasaan baik yang saya tunjukkan	14. Saya kurang memperhatikan apakah tindakan saya dapat menjadi teladan bagi orang lain 30. Saya merasa tidak perlu menjadi panutan bagi orang lain dalam kehidupan sehari-hari	4
Kemampuan	1. Berusaha mencapai target	15. Saya berusaha menyelesaikan tugas sesuai dengan target	7. Saya menunda pekerjaan sehingga sulit mencapai	4

		yang telah ditetapkan 31. Saya tetap berusaha mencapai tujuan meskipun menghadapi berbagai tantangan	target yang telah ditentukan 23. Saya mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan dalam mencapai target	
	2. Mampu mengerjakan tugas dengan baik	16. Saya menyelesaikan tugas dengan tepat waktu dan sesuai 32. Saya berusaha melakukan yang terbaik dalam setiap tugas yang diberikan kepada saya	8. Saya merasa sulit untuk menyelesaikan tugas dengan benar tanpa bantuan orang lain 24. Saya kesulitan memahami tugas sehingga tugas saya tidak selesai dengan baik	4
Total		16	16	32

SKALA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		F	UF	

Emosional	1.Afeksi dan empati	1. Saya merasa senang ketika bisa membantu orang lain yang sedang mengalami kesulitan ** 17. Saya berusaha memahami perasaan orang lain ketika mereka mengalami masalah	9. Saya tidak terlalu peduli dengan perasaan orang lain dalam situasi sosial 25. Membantu orang lain yang sedang kesulitan itu bukan tanggung jawab saya **	4
	2.Mendengarkan keluhan kesah	2. Saya dengan sabar mendengarkan keluhan kesah orang lain tanpa menyela 18.Saya berusaha memahami perasaan orang lain saat mereka bercerita tentang masalahnya	10. Saya merasa tidak nyaman ketika seseorang menceritakan masalah pribadinya kepada saya 26. Saya mengabaikan keluhan kesah orang lain karena merasa itu bukan urusan saya **	4

Penghargaan	1. Menerima motivasi dan dorongan	11. Saya merasa termotivasi ketika mendapat dorongan dari orang lain 27. Saya menghargai dan menerima dengan baik nasihat serta dukungan yang diberikan kepada saya **	3. Saya cenderung mengabaikan saran dan dukungan yang diberikan oleh orang di sekitar saya 19. Saya merasa tidak membutuhkan motivasi atau dorongan dari orang lain untuk bertindak	4
	2. Mendapatkan penilaian positif	12. Saya sering mendapatkan apresiasi atas sikap dan perilaku saya ** 28. Saya dihargai dan diakui atas usaha dan kontribusi yang saya lakukan	4. Orang lain sepertinya tidak peduli dengan pencapaian saya 20. Usaha dan kontribusi saya tidak dianggap penting oleh orang lain	4
Instrumental	1. Mendapat bantuan jasa dari teman	5. Saya mendapatkan bantuan dari teman saat menghadapi kesulitan dalam	13. Saya kurang mendapatkan bantuan dari teman, bahkan saat saya benar-benar	4

		menyelesaikan tugas ** 21. Teman-teman saya bersedia membantu ketika saya membutuhkan pertolongan dalam hal tertentu	membutuhkannya 29. Ketika saya menghadapi kesulitan, sedikit teman yang mau membantu saya **	
	2.Mendapatkan bantuan penyelesaian tugas	6. Saya mendapatkan bantuan dari rekan/teman saat mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas 22. Orang-orang di sekitar saya bersedia membantu ketika saya menghadapi hambatan dalam menyelesaikan pekerjaan	14. Saya merasa kesulitan mendapatkan bantuan dari orang lain saat mengalami kendala dalam menyelesaikan tugas 30. Ketika saya menghadapi masalah dalam tugas, saya harus menyelesaikannya sendiri tanpa bantuan dari siapa pun **	4
Informasi	1.Mendapatkan saran dan nasehat	15. Saya merasa orang-orang di sekitar saya bersedia	7. Saya kurang mendapatkan saran atau nasihat dari	4

		memberikan saran dan nasihat ketika saya membutuhkannya 31. Saya mendapatkan nasihat yang bermanfaat dari orang lain untuk menghadapi masalah saya	orang lain ketika menghadapi kesulitan ** 23. Orang-orang di sekitar saya tidak terlalu peduli untuk memberikan nasihat kepada saya **	
	2. Mendapatkan umpan balik dari teman	16. Saya menerima masukan yang membangun dari teman-teman saya 32. Saya merasa teman-teman saya memberikan tanggapan yang jujur dan bermanfaat bagi saya	8. Saya merasa teman-teman saya enggan memberikan masukan terhadap sikap atau tindakan saya ** 24. Teman-teman tampaknya kurang peduli dengan saya, padahal saya butuh pendapat mereka **	4
Total		16	16	32

Lampiran 2 Blue Print Skala Penelitian Setelah Uji Coba

1. Hasil Uji Coba Skala Resiliensi

Blue Print Resiliensi Setelah Uji Coba

Aspek	Aitem		Jumlah
	F	UF	
Pengaturan Emosi	1,15	10,24	4
Optimisme	2*,16	11,25	4
Empati	3*,17	4,18	4
Efikasi Diri	12,26	5,19	4
Kontrol Impuls	13*,27	6,20	4
Analisis Kausal	8,22	7,21	4
Pencapaian	9,23	14,28	4
Total	14	14	28

Skala Resiliensi Setelah Uji Coba

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya mampu bersikap tenang dalam segala situasi				
2	Saya sering kesulitan mengetahui apakah seseorang sedang merasa senang atau sedih				
3	Saya merasa ragu dengan kemampuan saya sendiri dalam menyelesaikan tugas				
4	Saya jarang mempertimbangkan dampak sebelum melakukan sesuatu				
5	Saya kurang mempertimbangkan pengambilan berbagai alternatif solusi				
6	Saya dapat menganalisis suatu masalah dengan baik sebelum mengambil keputusan				

7	Saya berusaha melihat sisi baik dari setiap peristiwa yang saya alami				
8	Saya mudah terpancing emosi ketika mendapat kritik				
9	Saya merasa pesimis dan ragu bahwa masa depan saya akan lebih baik				
10	Saya yakin dapat menyelesaikan tugas dengan baik meskipun menghadapi tantangan				
11	Saya lebih fokus pada ketidaksempurnaan hidup yang saya miliki				
12	Saya mampu mengontrol emosi saat menghadapi masalah				
13	Saya selalu melihat setiap tantangan sebagai peluang untuk mencapai kehidupan yang lebih baik				
14	Saya mudah menyadari ketika seseorang sedang merasa sedih atau gelisah, meskipun mereka tidak mengatakannya secara langsung				
15	Saya kurang memperhatikan perubahan emosi orang lain dalam percakapan sehari-hari				
16	Saya merasa kurang mampu saat menghadapi situasi baru atau sulit				
17	Saya bertindak tanpa memikirkan akibatnya terlebih dahulu				
18	Saya bingung dalam mencari solusi ketika menghadapi masalah				
19	Saya mampu menyusun rencana yang jelas untuk menyelesaikan masalah yang saya hadapi				

20	Saya merasa bersyukur atas hal-hal kecil yang saya miliki dalam hidup				
21	Saya merasa sulit menahan amarah dalam situasi yang tidak menyenangkan				
22	Saya merasa bahwa kesempatan untuk meraih kesuksesan di masa depan sangat terbatas				
23	Saya percaya pada kemampuan diri sendiri dalam mengambil keputusan yang penting				
24	Sebelum bertindak, saya mempertimbangkan baik dan buruknya terlebih dahulu				
25	Saya merasa sulit menemukan hal baik dalam situasi yang menantang				

2. Hasil Uji Coba Skala Harga Diri

Blue Print Harga Diri Setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		F	UF	
Kekuatan	1.Mengendalikan diri sendiri	1,17	9, 25	4
	2. Kemampuan mengoordinir orang lain	2,18	10,26	4
Keberartian	1.Memahami dan menerima diri sendiri	11*,27	3,19	4
	2. Diterima dengan baik oleh orang lain	12*,28	4,20	4
Kebajikan	1.Taat dan tertib peraturan	5,21	13,29	4

	2. Mampu menjadi contoh bagi orang lain	6,22	14,30	4
Kemampuan	1. Berusaha mencapai target	15,31	7, 23	4
	2. Mampu mengerjakan tugas dengan baik	16,32	8, 24	4
Total		16	16	32

Skala Harga Diri Setelah Uji Coba

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya dapat menahan diri untuk tidak bereaksi secara impulsif dalam situasi yang menegangkan				
2	Saya dapat berkoordinasi dengan jelas dan kepada anggota kelompok				
3	Saya merasa tidak puas dengan diri saya sendiri				
4	Saya merasa kesulitan menjalin hubungan baik dengan orang lain				
5	Saya selalu hadir tepat waktu dalam setiap perkuliahan sesuai dengan jadwal yang ditetapkan				
6	Saya berusaha memberikan contoh yang baik dalam perilaku dan tindakan sehari-hari				
7	Saya menunda pekerjaan sehingga sulit mencapai target yang telah ditentukan				
8	Saya merasa sulit untuk menyelesaikan tugas dengan benar tanpa bantuan orang lain				
9	Saya bertindak tanpa berpikir panjang terlebih dahulu				

10	Saya kesulitan dalam berkoordinasi terkait tugas kepada orang lain				
11	Saya mengabaikan peraturan perkuliahan karena menurut saya tidak terlalu penting				
12	Saya kurang memperhatikan apakah tindakan saya dapat menjadi teladan bagi orang lain				
13	Saya berusaha menyelesaikan tugas sesuai dengan target yang telah ditetapkan				
14	Saya menyelesaikan tugas dengan tepat waktu dan sesuai				
15	Saya mampu tetap fokus dan tidak mudah teralihkan oleh hal-hal yang mengganggu saat mengerjakan tugas				
16	Saya mampu mengarahkan orang lain untuk bekerja sama mencapai tujuan bersama				
17	Saya sulit menerima kekurangan yang ada pada diri saya				
18	Saya merasa diabaikan atau tidak dianggap dalam pergaulan				
19	Saya mematuhi aturan perkuliahan, termasuk dalam hal pengumpulan tugas sesuai tenggat waktu				
20	Orang-orang di sekitar saya sering mencontoh sikap dan kebiasaan baik yang saya tunjukkan				
21	Saya mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan dalam mencapai target				
22	Saya kesulitan memahami tugas sehingga tugas saya tidak selesai dengan baik				
23	Saya mudah kehilangan control diri ketika menghadapi tekanan				

24	Saya merasa tidak percaya diri saat harus berkoordinasi pekerjaan tim				
25	Saya menerima diri saya apa adanya tanpa membandingkan diri dengan orang lain				
26	Orang-orang di sekitar saya senang berinteraksi dan bekerja sama dengan saya				
27	Saya merasa tidak masalah jika datang terlambat atau absen dalam perkuliahan tanpa alasan yang jelas				
28	Saya merasa tidak perlu menjadi panutan bagi orang lain dalam kehidupan sehari-hari				
29	Saya tetap berusaha mencapai tujuan meskipun menghadapi berbagai tantangan				
30	Saya berusaha melakukan yang terbaik dalam setiap tugas yang diberikan kepada saya				

3. Hasil Uji Coba Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

Blue Print Dukungan Sosial Teman Sebaya Setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		F	UF	
Emosional	1.Afeksi dan empati	1*,17	9,25*	4
	2.Mendengarkan keluhan kesah	2,18	10,26*	4
Penghargaan	1.Menerima motivasi dan dorongan	11,27*	3,19	4
	2.Mendapatkan penilaian positif	12*,28	4,20	4
Instrumental	1.Mendapat bantuan jasa dari teman	5*,21	13,29*	4

	2.Mendapatkan bantuan penyelesaian tugas	6,22	14,30*	4
Informasi	1.Mendapatkan saran dan nasehat	15,31	7*,23*	4
	2.Mendapatkan umpan balik dari teman	16,32	8*,24*	4
Total		16	16	32

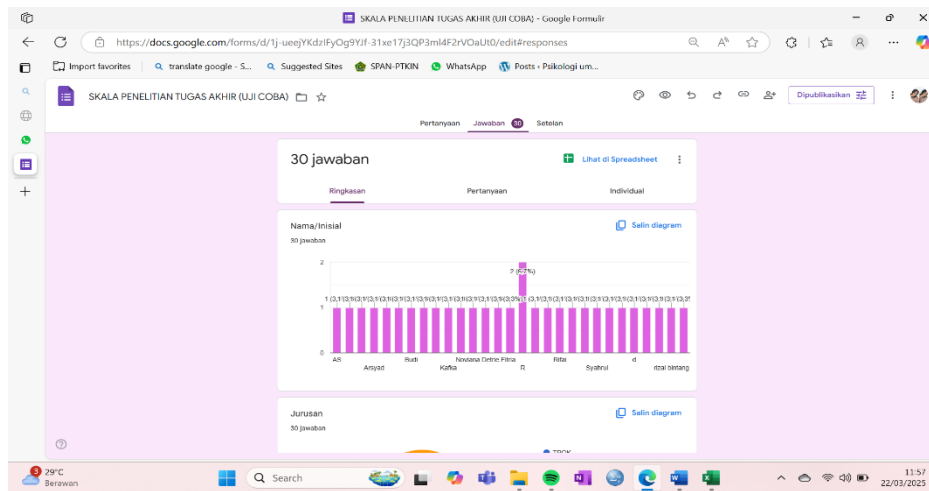
Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya dengan sabar mendengarkan keluhan kesah orang lain tanpa menyela				
2	Saya cenderung mengabaikan saran dan dukungan yang diberikan oleh orang di sekitar saya				
3	Orang lain sepertinya tidak peduli dengan pencapaian saya				
4	Saya mendapatkan bantuan dari rekan/teman saat mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas				
5	Saya tidak terlalu peduli dengan perasaan orang lain dalam situasi sosial				
6	Saya merasa tidak nyaman ketika seseorang menceritakan masalah pribadinya kepada saya				
7	Saya merasa termotivasi ketika mendapat dorongan dari orang lain				
8	Saya kurang mendapatkan bantuan dari teman, bahkan saat saya benar-benar membutuhkannya				

9	Saya merasa kesulitan mendapatkan bantuan dari orang lain saat mengalami kendala dalam menyelesaikan tugas				
10	Saya merasa orang-orang di sekitar saya bersedia memberikan saran dan nasihat ketika saya membutuhkannya				
11	Saya menerima masukan yang membangun dari teman-teman saya				
12	Saya berusaha memahami perasaan orang lain ketika mereka mengalami masalah				
13	Saya berusaha memahami perasaan orang lain saat mereka bercerita tentang masalahnya				
14	Saya merasa tidak membutuhkan motivasi atau dorongan dari orang lain untuk bertindak				
15	Usaha dan kontribusi saya tidak dianggap penting oleh orang lain				
16	Teman-teman saya bersedia membantu ketika saya membutuhkan pertolongan dalam hal tertentu				
17	Orang-orang di sekitar saya bersedia membantu ketika saya menghadapi hambatan dalam menyelesaikan pekerjaan				
18	Saya dihargai dan diakui atas usaha dan kontribusi yang saya lakukan				
19	Saya mendapatkan nasihat yang bermanfaat dari orang lain untuk menghadapi masalah saya				

20	Saya merasa teman-teman saya memberikan tanggapan yang jujur dan bermanfaat bagi saya				
----	---	--	--	--	--

Lampiran 3 Bukti Uji Coba di Google Form



Lampiran 4 Uji Validitas dan Reliabilitas

1) Skala Resiliensi

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	78.40	72.455	.531	.887
Y2	77.97	75.964	.123	.896
Y3	78.17	75.316	.220	.893
Y4	79.10	72.507	.379	.891
Y5	78.87	72.395	.338	.892
Y6	78.83	70.213	.637	.884
Y7	78.83	69.385	.716	.883
Y8	78.40	74.110	.309	.892
Y9	78.33	73.816	.464	.889
Y10	78.83	72.902	.428	.889
Y11	78.87	68.326	.653	.884
Y12	78.20	72.579	.531	.887
Y13	78.23	75.082	.179	.895
Y14	79.03	72.033	.415	.890
Y15	78.33	73.264	.536	.888
Y16	78.23	71.978	.544	.887
Y17	78.30	72.838	.486	.888
Y18	79.10	71.748	.482	.888
Y19	78.93	73.099	.441	.889
Y20	78.67	71.402	.538	.887
Y21	78.90	74.093	.392	.890
Y22	78.37	72.654	.554	.887
Y23	78.13	72.740	.491	.888
Y24	79.07	71.375	.410	.890
Y25	79.03	70.792	.685	.884
Y26	78.30	74.355	.454	.889
Y27	78.20	71.890	.610	.886
Y28	78.87	71.913	.402	.890

2) Skala Harga Diri

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1.1	86.40	116.110	.379	.907
X1.2	86.37	114.516	.494	.906
X1.3	87.00	108.276	.662	.902
X1.4	86.80	111.131	.581	.904
X1.5	86.27	115.168	.396	.907
X1.6	86.30	115.666	.414	.907
X1.7	86.80	111.407	.606	.904
X1.8	87.00	115.379	.316	.909
X1.9	86.87	109.154	.619	.903
X1.10	86.87	110.189	.629	.903
X1.11	86.50	117.155	.266	.909
X1.12	86.43	117.151	.289	.908
X1.13	86.77	109.771	.516	.906
X1.14	86.97	113.206	.459	.906
X1.15	86.47	115.706	.362	.908
X1.16	86.50	115.155	.427	.907
X1.17	86.47	115.154	.521	.906
X1.18	86.57	115.151	.387	.907
X1.19	86.97	115.344	.346	.908
X1.20	87.10	113.748	.464	.906
X1.21	86.53	113.982	.387	.908
X1.22	86.57	113.840	.609	.905
X1.23	86.97	112.654	.537	.905
X1.24	87.00	112.483	.599	.904
X1.25	87.00	112.897	.567	.905
X1.26	86.83	114.144	.491	.906
X1.27	86.60	112.455	.569	.904
X1.28	86.53	116.533	.336	.908

X1.29	87.03	114.309	.360	.908
X1.30	87.20	114.166	.452	.906
X1.31	86.47	113.499	.448	.906
X1.32	86.37	115.344	.381	.907

3) Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X2.1	81.53	73.568	.261	.823
X2.2	81.70	70.976	.476	.817
X2.3	82.17	69.247	.536	.813
X2.4	82.53	71.637	.346	.821
X2.5	81.57	74.806	.153	.827
X2.6	81.67	72.023	.503	.817
X2.7	82.13	76.051	.010	.833
X2.8	82.23	72.944	.266	.824
X2.9	82.10	68.783	.541	.813
X2.10	82.20	66.786	.696	.806
X2.11	81.77	71.771	.373	.820
X2.12	81.80	75.131	.134	.827
X2.13	82.13	68.533	.595	.811
X2.14	82.20	67.545	.601	.810
X2.15	81.80	69.683	.583	.813
X2.16	81.80	70.717	.418	.818
X2.17	81.83	69.178	.567	.813
X2.18	81.70	71.045	.517	.816
X2.19	82.43	71.013	.370	.820
X2.20	82.33	70.644	.471	.816
X2.21	81.67	73.195	.323	.822
X2.22	81.73	71.099	.616	.814
X2.23	82.47	76.326	.008	.831

X2.24	82.60	80.248	-.318	.842
X2.25	82.43	75.909	.035	.831
X2.26	82.33	72.920	.276	.823
X2.27	81.70	73.941	.233	.824
X2.28	81.77	72.944	.334	.821
X2.29	82.47	77.154	-.070	.835
X2.30	82.57	78.737	-.216	.837
X2.31	81.77	72.254	.332	.821
X2.32	81.53	71.982	.528	.817

Lampiran 5 Hasil Uji Kategorisasi

Kategorisasi Data Penelitian

1) Resiliensi

kategori					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	27	19.1	19.1	19.1
	Sedang	101	71.6	71.6	90.8
	Tinggi	13	9.2	9.2	100.0
	Total	142	100.0	100.0	

2) Harga Diri

Kategori					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	30	21.3	21.3	21.3

	Sedang	84	59.6	59.6	80.9
	Tinggi	27	19.1	19.1	100.0
	Total	142	100.0	100.0	

3) Dukungan Sosial Teman Sebaya

Kategori					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	31	22.0	22.0	22.0
	Sedang	85	60.3	60.3	82.3
	Tinggi	25	17.7	17.7	100.0
	Total	142	100.0	100.0	

Lampiran 6 Hasil Uji Asumsi Klasik

1) Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		142
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.63956780
Most Extreme Differences	Absolute	.052
	Positive	.052

	Negative	-.038
Test Statistic		.052
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		

2) Uji Linearitas

a. Harga Diri dan Resiliensi

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Resiliensi * Harga Diri	Between Groups	(Combined)	52401.830	139	376.992	188.496	.058
		Linearity	45509.283	1	45509.283	22754.642	.004
		Deviation from Linearity	6892.547	138	49.946	24.973	.158
	Within Groups		2.000	1	2.000		
	Total		52403.830	140			

b. Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Resiliensi

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Resiliensi Dukungan Sosial Teman Sebaya	*Between Groups	(Combined)	42584.071	42	1013.906	10.119	.000
		Linearity	37959.102	1	37959.102	378.827	.000
		Deviation from Linearity	4624.969	41	112.804	1.126	.313
	Within Groups		9819.759	98	100.202		
	Total		52403.830	140			

3) Uji Multikolinearitas

Coefficients ^a							
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	4.243	1.468		2.890	.004		
Harga Diri	.439	.024	.603	18.335	.000	.385	2.596
Dukungan Sosial Teman Sebaya	.476	.037	.423	12.860	.000	.385	2.596
a. Dependent Variable: Resiliensi							

Lampiran 7 Hasil Uji Hipotesis

ANOVA^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	49390.247	2	24695.124	1130.856	.000 ^b
	Residual	3013.583	138	21.838		
	Total	52403.830	140			
a. Dependent Variable: Resiliensi						
b. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial Teman Sebaya, Harga Diri						

Coefficients^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	4.243	1.468		2.890	.004
	Harga Diri	.439	.024	.603	18.335	.000
	Dukungan Sosial Teman Sebaya	.476	.037	.423	12.860	.000
a. Dependent Variable: Resiliensi						

Lampiran 8 Bukti Penelitian

SKALA PENELITIAN SKRIPSI - Google Formulir

https://docs.google.com/forms/d/1gAQ1oChZqH-boeTn-IUKLdlb9G2oDk8Kic88vnSHzk/edit#responses

Import favorites | translate google - S... | Suggested Sites | SPAN-PTKIN | WhatsApp | Posts - Psikologi um...

SKALA PENELITIAN SKRIPSI

Pertanyaan | Jawaban (11) | Setelan

141 jawaban

Lihat di Spreadsheet

Ringkasan | Pertanyaan | Individual

Nama/Initial

141 jawaban

Achmad Lukman Hakim

Bagus Wilianto

HM

Nur Syifa Gustiani

ALY

DMS

st

Ihan deanova

sa

23:08
21/03/2025

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
A. Prof. Dr. Henna Kumpu II Ngipelen telp/fax (024)7642018 Semarang 50185
Email: fak@uinsongo.ac.id; Webster: fak.uinsongo.ac.id

Nomor : 84/Un.10.7/D1/KM.00.01/01/2025
Lamp : -
Hal : Permohonan Izin Riset/Penelitian

Semarang, 10 Januari 2025

Yth.
Capt. Cahya Fajar Budi Hartanto, M.Mar., M.Si

Di Tempat

Assalamu'alaikum W.B.

Dengan Hormat, Kami sampaikan bahwa dalam rangka penyusunan Skripsi untuk mencapai gelar Sarjana pada Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, dengan ini kami memohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin riset kepada :

Nama : Nur Aini Naimata A'yun
NIM : 2107016127
Program Studi : Psikologi
Semester : VII
Judul Skripsi : Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Resiliensi Mahasiswa Taruna Pelayaran

Waktu Penelitian : Senin, 13 Januari 2024
Lokasi Penelitian : Politeknik Bumi AKPELNI

Demikian surat permohonan riset, dan dipergunakan sebagaimana mestinya.
Wassalamu'alaikum W.B.

An. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik & Kelembagaan



Terbina :
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang

Dipindai dengan
CamScanner

POLITEKNIK BUMI AKPELNI
Jl. Pawiyatan Lahur 10/17 Benda Dikapur, Gajahmungkur - Semarang 50235
Telp. (024) 8446272 Fax. (024) 8446271
website : http://www.akpelni.ac.id e-mail : politeknium@akpelni.ac.id

Semarang, 14 Januari 2025

Nomor : 026 / PBA/E/2025
Lamp : -
Perihal : Balasan Surat Izin Riset/Penelitian

Kepada Yth.
An. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik & Kelembagaan
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Di
Tempat

Dengan hormat,

1. Mendeseri surat dari Wakil Dekan Bidang Akademik & Kelembagaan Nomor : 84/Un.10.7/DU/KM.00.01/01/2025, tanggal 10 Januari 2025, perihal Permohonan Izin Riset/Penelitian

2. Sehubungan dengan poin (1) diatas, pada dasarnya kami **memberikan izin** kepada mahasiswa tersebut dibawah ini :

No.	Nama	NIM
1	Nur Aini Naimata A'yun	2107016127

Untuk melaksanakan Riset/Penelitian di Politeknik Bumi Akpelni, selama tidak mengganggu kegiatan belajar mengajar dan meminta data rahasia kampus. Waktu Riset/Penelitian akan dimulai sejak ditandatangani surat balasan riset/penelitian oleh Direktur. Kemudian diharapkan menyerahkan laporan hasil riset/penelitian setelah selesai.

3. Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.



Semangat kami,
Direktur

Capt. Cahya Fajar Budi Hartanto, M.Mar., M.Si
SEMARANG 0612048203

Lampiran 9 Tabulasi Data

TABULASI DATA

Responden	Y	X1	X2
R1	74	77	52
R2	66	79	52
R3	68	96	66
R4	89	111	56
R5	58	70	59
R6	72	68	53
R7	69	78	52
R8	79	99	54
R9	82	102	70
R10	68	85	54
R11	89	105	77
R12	70	94	49
R13	62	77	54
R14	78	89	61
R15	77	106	70
R16	83	96	62
R17	32	31	33
R18	94	119	77
R19	82	107	68
R20	91	120	68
R21	81	90	75
R22	87	100	70
R23	89	120	65
R24	72	81	63
R25	54	56	40
R26	84	114	74
R27	43	50	40

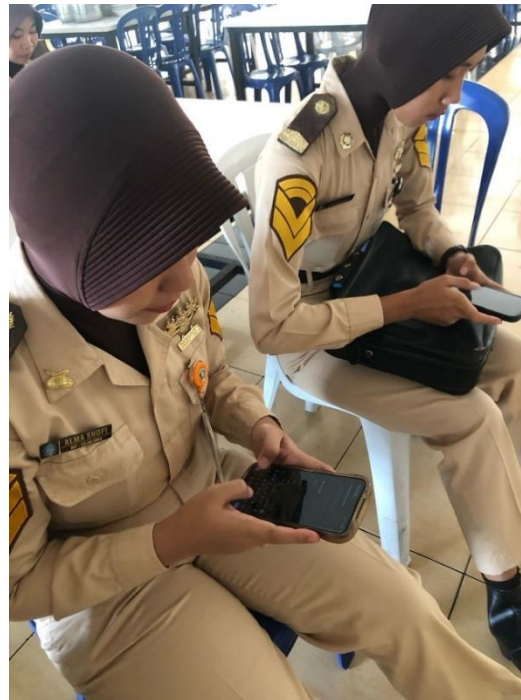
R28	38	31	34
R29	62	89	57
R30	67	90	58
R31	76	84	60
R32	88	118	60
R33	91	120	74
R34	76	90	54
R35	53	60	40
R36	73	100	59
R37	83	115	60
R38	37	60	22
R39	80	96	77
R40	88	119	80
R41	78	113	56
R42	83	90	80
R43	68	90	57
R44	71	94	63
R45	81	117	69
R46	90	120	72
R47	33	48	20
R48	94	119	69
R49	81	98	60
R50	32	40	40
R51	75	88	60
R52	68	89	58
R53	85	117	76
R54	89	114	73
R55	49	60	40
R56	82	111	40
R57	94	120	67
R58	87	117	80

R59	80	99	74
R60	84	90	78
R61	69	89	50
R62	87	90	80
R63	82	104	68
R64	92	119	80
R65	82	120	60
R66	93	105	80
R67	45	53	31
R68	39	35	35
R69	67	90	66
R70	72	90	73
R71	32	31	24
R72	84	118	67
R73	91	116	65
R74	83	120	62
R75	90	118	79
R76	25	31	24
R77	48	60	40
R78	66	94	45
R79	25	32	20
R80	82	106	75
R81	93	117	80
R82	34	60	20
R83	84	118	60
R84	70	90	60
R85	72	89	59
R86	32	30	40
R87	81	95	78
R88	70	89	60
R89	85	90	80

R90	88	119	60
R91	91	112	73
R92	84	94	80
R93	46	56	36
R94	81	97	60
R95	67	82	60
R96	52	60	40
R97	31	34	20
R98	92	111	76
R99	73	90	60
R100	47	36	37
R101	93	120	79
R102	87	116	65
R103	82	112	45
R104	77	85	74
R105	69	86	60
R106	90	105	80
R107	44	33	40
R108	82	83	76
R109	83	90	79
R110	79	90	79
R111	88	108	79
R112	88	100	80
R113	31	34	34
R114	86	99	78
R115	82	107	69
R116	25	35	20
R117	34	41	40
R118	85	120	56
R119	84	101	73
R120	85	115	60

R121	77	119	64
R122	36	39	29
R123	74	95	70
R124	35	60	21
R125	78	88	60
R126	79	90	78
R127	74	90	62
R128	68	90	66
R129	33	52	25
R130	85	118	68
R131	66	90	58
R132	89	94	72
R133	33	32	26
R134	69	90	60
R135	40	60	26
R136	87	120	58
R137	67	96	60
R138	80	103	72
R139	94	104	78
R140	83	88	79
R142	81	98	58

DOKUMENTASI



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Nur Aini Naimatu A'yun
Tempat, Tanggal Lahir : Sragen, 28 November 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Kewarganegaraan : Indonesia
Alamat : Sumberjo RT 12, Wonorejo, Kedawung, Sragen
Email : nuraini.naimatu28@gmail.com
No. HP : 085163196834
Nama Ayah : Sardiono
Nama Ibu : Sri Hayati

Riwayat Pendidikan

A. Pendidikan Formal

1. SD/MI : SDN Pengkok 3
2. SMP/MTs : SMPN 1 Kedawung
3. SMA/SMK/MA : SMAN 2 Sragen

B. Pengalaman Organisasi

1. Ketua Dewan Eksekutif Mahasiswa (DEMA) Fakultas Psikologi dan Kesehatan 2024
2. Wakil ketua PMII Rayon Psikologi dan Kesehatan 2023
3. Koordinator Bidang Kaderisasi Himpunan Mahasiswa Jurusan Psikologi 2023
4. Kaderisasi Himpunan Mahasiswa Jurusan Psikologi 2022

Demikian daftar riwayat hidup ini saya buat dengan sebenar-benarnya.