

**PROFIL RESILIENSI DIRI MAHASISWA  
TERDAMPAK PANDEMI COVID-19**

(Penelitian Deskriptif ke Arah Pengembangan Program terhadap Mahasiswa Departemen psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang Terdampak Pandemi Covid-19)

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi sebagian dari syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan



Oleh  
**Adinda Puti Aulia**  
1603678

**DEPARTEMEN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2021**

**PROFIL RESILIENSI DIRI MAHASISWA  
TERDAMPAK PANDEMI COVID-19**

Penelitian studi Deskriptif ke Arah Pengembangan Program terhadap Mahasiswa  
Departemen psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang Terdampak Pandemi  
Covid-19

Oleh  
Adinda Puti Aulia

Sebuah skripsi yang disusun untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan dalam bidang ilmu Bimbingan dan Konseling

© Adinda Puti Aulia 2021  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Januari 2021

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang.  
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang,  
di foto copy, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN**

**ADINDA PUTI AULIA**  
**NIM 1603678**

**PROFIL RESILIENSI DIRI MAHASISWA TERDAMPAK PANDEMI  
COVID-19**

**(Penelitian Studi Deskriptif ke Arah Pengembangan Program terhadap  
Mahasiswa Departemen psikologi Pendidikan dan Bimbingan Terdampak  
Pandemi Covid-19)**

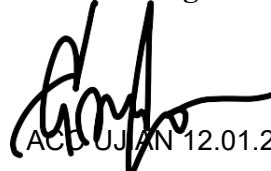
**DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH**

**Pembimbing I**



**Dr. Agus Taufiq, M.Pd**  
**NIP 195808161985031007**

**Pembimbing II**



ACU UJ 2N 12.01.2

**Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd**  
**NIP. 198308292010121004**

**Mengetahui,**

**Ketua Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu  
Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia**



**Dr. Nandang Budiman, M.Si.**  
**NIP. 1971021919980201**

## ABSTRAK

**Adinda Puti Aulia, 1603678. (2021). Profil Resiliensi Diri Mahasiswa Terdampak Pandemi Covid-19 (Penelitian studi Deskriptif ke Arah Pengembangan Program terhadap Mahasiswa Departemen psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang Terdampak Pandemi Covid-19).**

Penelitian dilatarbelakangi oleh fenomena pandemi Covid-19 yang terjadi di Indonesia dan Dunia. Pandemi Covid-19 mengakibatkan perubahan kehidupan di berbagai aspek yang menimbulkan beberapa masalah bagi masyarakat, tak terkecuali bagi mahasiswa di Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan. Permasalahan yang muncul antara lain permasalahan ekonomi, permasalahan pribadi, dan permasalahan akademik. Perlu dilakukan suatu langkah untuk melihat tingkat ketahanan diri mahasiswa dimasa pandemi, khususnya bagi mahasiswa yang merasa terdampak oleh pandemi Covid-19. Penelitian bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat resiliensi diri mahasiswa Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang terdampak pandemi Covid-19 dan menghasilkan rancangan program hipotetik Bimbingan dan Konseling di Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif studi deskriptif dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 53 mahasiswa. Pengumpulan data menggunakan instrumen resiliensi diri *Resilient Quettionare* Karen Reivich dan Andrew Shatte. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar mahasiswa berada pada tingkat resiliensi diri kategori sedang dan tinggi dengan perbandingan yang sama, dan terdapat satu orang mahasiswa yang berada pada tingkat resiliensi diri kategori rendah. Rancangan program hipotetik Bimbingan dan Konseling dirancang untuk membantu mempertahankan dan meningkatkan resiliensi diri mahasiswa ditengah pandemi Covid-19.

**Kata kunci: Resiliensi diri, Pandemi Covid-19, Bimbingan dan Konseling**

## ABSTRACT

**Adinda Puti Aulia, 1603678. (2021). Self Resilience Profile Of Students Affected by the Covid-19 Pandemic (Descriptive Study Research Towards Program Development For Students Of The Departement Of Educational Psychology and Guidance Affected by the Covid-19 Pandemic)**

*The research was motivated by the Covid-19 pandemic phenomenon that occurred in Indonesia and in the world. The Covid-19 pandemic has resulted in life changes in various aspects that have caused several problems for the community, including students in the Department of Educational Psychology and Guidance. The problems that arise include economic problems, personal problems, and academic problems. It is necessary to take a step to see the level of student resilience during the pandemic, especially for students who feel affected by the Covid-19 pandemic. The research aims to describe the level of self-resilience of the Department of Educational Psychology and Guidance students affected by the Covid-19 pandemic and produce a hypothetical Guidance and Counseling program design in the Department of Educational Psychology and Guidance. The study used a quantitative approach to descriptive studies with a total sample size of 53 students. Data collection used the self-resilience instrument Resilient Questionnaire Karen Reivich and Andrew Shatte. The results showed that most of the students were in the middle and high level of self-resilience with the same ratio, and there was one student who was at the low category of self-resilience. The design of the Guidance and Counseling hypothetical program is designed to help maintain and increase student self-resilience amid the Covid-19 Pandemic.*

**Keywords: Self Resilience, Pandemic Covid-19, Guidance and Counseling**

## DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	3
ABSTRACT.....	4
KATA PENGANTAR.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
UCAPAN TERIMA KASIH.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DAFTAR ISI.....	5
BAB I PENDAHULUAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.3 Tujuan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4 Manfaat Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB II KAJIAN TEORI.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1 Konsep Resiliensi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.1 Definisi Resiliensi Diri.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.2 Aspek Resiliensi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.3 Komponen Resiliensi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.4 Sumber Resiliensi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.5 Karakteristik Individu Resiliensi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.6 Fungsi Resiliensi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2 Program Bimbingan dan Konseling.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.1 Pengertian Bimbingan dan Konseling.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.2 Tujuan Bimbingan dan Konseling.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.3 Fungsi Bimbingan dan Konseling.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.4 Asas Bimbingan dan Konseling.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

2.2.5	Komponen Program Bimbingan dan Konseling.	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3	Penelitian Terdahulu.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB III METODE PENELITIAN.....		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.1	Desain Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2	Partisipan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4	Instrumen Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5	Prosedur Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6	Analisis Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN.....		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1	Deskripsi Hasil Temuan Peneliti.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.1	Profil Umum Resiliensi Diri Mahasiswa departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Terdampak Pandemi Covid-19	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.2	Profil Resiliensi Diri Peraspek Mahasiswa Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Terdampak pandemi Covid-19	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2	Pembahasan Hasil Temuan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.1	Profil Umum Resiliensi Diri Mahasiswa Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Terdampak Pandemi Covid-19	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.2	Profil Resiliensi Diri Peraspek pada Mahasiswa Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Terdampak Pandemi Covid-19	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.3	Rancangan Program Hipotetik Bimbingan dan konseling Berdasarkan Data Resiliensi Diri Mahasiswa Terdampak Pandemi Covid-19	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI.....**Error! Bookmark not defined.**

5.1 Simpulan.....**Error! Bookmark not defined.**

5.2 Rekomendasi..... **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR PUSTAKA..... 7

## DAFTAR PUSTAKA

- Abkin. (2007). *Rambu-Rambu Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Dalam Jalur Pendidikan Formal*. Departemen Pendidikan Nasional
- American Psychological Association. *Building Your Resilience*. [online]. dikases dari <https://www.apa.org/topics/resilience>
- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Azzahra, F. (2016). *Pengaruh Resiliensi Terhadap Distres Psikologis pada Mahasiswa*. [Skripsi]. Fakultas Psikologi: Universitas Muhammadiyah Malang
- Branch, dkk. (2003). *Pointer: The seven Resiliencies A Guide For Teacher*. [online] diakses dari <https://www.pdx.edu/sites/www.pdx.edu.coun>
- Breda, V. (2014). *Conceptualising Resilient Organisations*. Associate Professor of Social Work, University of Johannesburg.
- Broto, H. (2016). *Stres Pada Mahasiswa Penulis Skripsi*. (Skripsi). Universitas Sanata Dharma Yogyakarta
- Buana, D. (2020). Analisis Perilaku masyarakat Indonesia dalam Menghadapi Pandemi Virus Corona (Covid-19) dan Kiat Menjaga kesejahteraan Jiwa. *Jurnal Sosial dan Budaya Syar'i*. Vol.7(3), 217-226. DOI: 10.15408/sjsbs.v7i3.15082
- Budiarti, dkk. (2015). Analisis keyakinan diri dan kesejahteraan psikologis pedagang di pasar tradisional darat dan pasar terapung LOK baintan Sungai Tabuk Martapura. *Jurnal : Sosio Konsepsia*, vol 04, No 02. Page 108-112
- Connor, K.M., & Davidson, M.D. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76-82.
- Creswell, J. (2009). *Research Design: Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches*. Sage Publications.
- Creswell, J. (2012). *Educational Research (Planning, Conducting and Evaluating Quantitative and Qualitative Research) fourth Edition*. Boston: Pearson
- Depdikbud. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan.
- Gamayanti, dkk. (2018). Self Disclosure dan Tingkat Stres pada Mahsiwa yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5, (1). 115-130
- Grotberg, E. (1995). *A guide to promoting resilience in children: strengthening the human spirit*. The international Resillience Project



- Hartley, M. T. (2012). Assessing and Promoting Resilience: An Additional Tool to Address the Increasing Number of College Students With Psychological Problems. *Journal of College Counseling*, 15(1), 37–51. doi:10.1002/j.2161-1882.2012.00004.x
- Iskandarsyah,. Dkk. (2017). Pengaruh Resiliensi Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa. Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat: Universitas Katolik Parahyangan
- Khalika, N. (2019). *Kesehatan Mental Mahasiwa*. [Online]. Diakses dari <https://tirto.id/deprhttps://tirto.id/esi-karena-skripsi-kampus-dosen-wajib-menolong-mahasiswa-ddqy>
- Lee,. Dkk. (2012). Review Article Resilience as a Positive Youth Development Construct: A Conceotual Review. *The Scientific World Journal*.
- Margono, S. (2004). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Masten, A. (2007). Resilience in Developing Systems: Progress and Promise as The Fourth Wave Rises. *Journal: Development and Psychopathology*, (19). 921-930
- Masten., dkk. (1990). Resilience and development: Contributions From the Study of Children Who Overcome Adversity. *Journal: Development and Psychopathology*. (2). 425-444
- Maulina, B., & Sari, D. (2018). Derajat Stres Mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Ditinjau dari Tingkat Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik. *Jurnal : Psikologi Pendidikan & Konseling*, 4 (1). 1-5.
- Nugroho, W. (2012). Pemuda, Bunuh Diri dan Resiliensi: Penguatan Resiliensi sebagai Pereduksi Angka Bunuh Diri di Kalangan Pemuda Indonesia. *Jurnal Studi Pemuda, vol 1 (I)*. 31-55.
- Nur, A. (2015). Hubungan Antara Kemandirian Dengan Penyesuaian Diri Dalam Lingkungan Kampus Pada Mahasiswa. [Online]. Diakses dari <http://pustaka.unpad.ac.id/wp-content/uploads/2015/10/Hubungan-Antara-Kemandirian-Dengan-Penyessuaian-Diri.pdf>
- Peng, et al. (2012). Negative life events and mental health of Chinese medical students: The effect of resilience, personality and social support. *Psychiatry Research*. Vol 196 (1). 138-141
- Petzold, et al. (2020). Risk, resilience, psychological distress, and anxiety at the beginning of the COVID-19 pandemic in Germany. *Brain and Behavior*. doi:10.1002/brb3.1745
- Pidegeon, dkk. (2014). Examining Characteristics of Resilience Among University studentd: An International Study. *Journal: Social Science*, 2. 14-22 .
- Poerwanto, A., & Prihastiwi, W. J. (2017). Analisis Prediktor Resiliensi Akademik Siswa Sekolah Menengah Awal Di Kota Surabaya. *Psikosains*, 12(1), 45-57.
- Pranita E. (2020). Diumumkan Awal Maret, Ahli: Virus Corona Masuk Indonesia dari Januari. [online] dikases dari <https://www.kompas.com/sains/read/2020/05/11/130600623/diumumkan-awal-maret-ahli--virus-corona-masuk-indonesia-dari-januari>. (18/09/2020)
- Prihastuti. (2011). Profil Resiliensi Pendidik Berdasarkan *Resilience Quetient Test*. *Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan*. (2). 199-214

- Reivich, K and Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. New York: Broadway Book
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Peranan optimisme terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 29-37
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). "Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi". *Prosiding Konferensi Nasional Penelitian Muda Psikologi Indonesia*. (hlm.29-37). Fakultas Psikologi Universitas YASRI
- Santrock, J. (2011). *Life-Span Development*. New York: McGraw-Hill
- Saputra, T. (2020). Bentuk Kecemasan dan Resiliensi Mahasiswa Pascasarjana Aceh-Yogyakarta dalam Menghadapi Pandemi Covid-19. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*. Vol 6 (1), 55-61
- Sari, dkk. (2020). Resiliensi Mahasiswa Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 dan Implikasinya Terhadap Proses Pembelajaran. *Indonesian Journal Of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 9(1). 17-22 <https://doi.org/10.15294/ijgc.v9i1.38674>
- Schlesselman, et al. (2020). The Pandemic Across The Academy: Improving and Restoring The Well Being and Resilience of Pharmacy Students During a Pandemic. *American Journal of pharmaceutical Education*; 84 (6). 677-682
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta
- Suherman, U. (2015). *Manajemen Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Rizqi Press
- Utomo, A. (2020). Virus Corona Diperkirakan Muncul Di Wuhan Sejak Agustus 2019. [online] diakses dari <https://www.kompas.com/global/read/17/09/2020>
- Widuri, E. (2012). *Regulasi Emosi dan Resiliensi Pada Mahasiswa tahun Pertama*. [skripsi]. Fakultas Psikologi: Universitas Ahmad Dahlan
- Windle, G. (2011). What Resilience? A Review and Concept Analysis. *Journal Reviews in Clinical Gerontology*, (21). 152-169
- Yud. (2018). Menristekdikti; Mahasiswa Indonesia Mencapai 7,5 Juta. [Online] diakses dari <https://www.beritasatu.com>
- Yunus, N. Dan Rezki, A. (2020). Kebijakan Pemberlakuan Lockdown Sebagai Antisipasi Penyebaran Coron Virus covid-19. *Jurnal Sosial & Budaya Syar-i*. Vol 7, no 3, 227-238 diakses dari 10.15408/sjsbs.v7i3.15083 19/09/2020
- Yusuf, S. (2017). *Bimbingan dan Konseling Perkembangan: Suatu Pendekatan Komprehensif*. Bandung: PT Refika Aditama.