

PENGARUH TIPE STRATEGI KOPING, RESILIENSI, DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS TERHADAP KEPUASAN HIDUP REMAJA PASCAGEMPA BUMI CIANJUR

ASHA NURUL MARYAM



**PROGRAM STUDI ILMU KELUARGA DAN KONSUMEN
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University



PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh Tipe Strategi Koping, Resiliensi, dan Kesejahteraan Psikologis terhadap Kepuasan Hidup Remaja Pascagempa Bumi Cianjur” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Juli 2026

Asha Nurul Maryam
I2401221063



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

ABSTRAK

ASHA NURUL MARYAM. Pengaruh Tipe Strategi Koping, Resiliensi, dan Kesejahteraan Psikologis terhadap Kepuasan Hidup Remaja Pascagempa Bumi Cianjur. Dibimbing oleh ALFIASARI.

Kepuasan hidup remaja rentan terganggu akibat pengalaman traumatis seperti bencana gempa bumi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh tipe strategi coping, resiliensi, dan kesejahteraan psikologis terhadap kepuasan hidup remaja pascagempa bumi Cianjur 2022. Menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *explanatory study*, data dikumpulkan dari 105 remaja di Kecamatan Cugenang melalui *convenience sampling* dan diolah menggunakan Microsoft Excel dan IBM SPSS 25. Hasil menunjukkan bahwa *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping* memiliki hubungan positif signifikan dengan resiliensi dan kesejahteraan psikologis. Resiliensi juga memiliki hubungan positif signifikan dengan kesejahteraan psikologis, tetapi tidak berhubungan dengan kepuasan hidup. Sementara itu, *dysfunctional coping* memiliki hubungan dan pengaruh negatif signifikan terhadap kepuasan hidup, sedangkan kesejahteraan psikologis memiliki hubungan sekaligus pengaruh positif signifikan terhadap kepuasan hidup remaja pascagempa bumi. Temuan ini menunjukkan pentingnya pencegahan *dysfunctional coping* dan penguatan kesejahteraan psikologis pada remaja pascagempa bumi.

Kata kunci: kepuasan hidup, kesejahteraan psikologis, remaja, resiliensi, strategi coping

ABSTRACT

ASHA NURUL MARYAM. The Influence of Coping Strategy Type, Resilience, and Psychological Well-Being on Adolescents' Life Satisfaction after the Cianjur Earthquake. Supervised by ALFIASARI.

Adolescents' life satisfaction is vulnerable to disruption due to traumatic experiences such as earthquakes. This study aims to analyze the influence of coping strategies, resilience, and psychological well-being on adolescents' life satisfaction after the 2022 Cianjur earthquake. Using a quantitative approach with an explanatory study design, data were collected from 105 adolescents in Cugenang District through convenience sampling and analyzed using Microsoft Excel and IBM SPSS 25. The results indicate that problem-focused coping and emotion-focused coping have a significant positive correlation with resilience and psychological well-being. Resilience also has a significant positive correlation with psychological well-being but is not correlated with life satisfaction. Meanwhile, dysfunctional coping has a significant negative correlation and effect on life satisfaction, whereas psychological well-being has both a significant positive correlation and effect on adolescents' life satisfaction following the earthquake. These findings highlight the importance of preventing dysfunctional coping and strengthening psychological well-being among adolescents after an earthquake.

Keywords: adolescents, coping strategies, life satisfaction, psychological well-being, resilience



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2026
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.

PENGARUH TIPE STRATEGI KOPING, RESILIENSI, DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS TERHADAP KEPUASAN HIDUP REMAJA PASCAGEMPA BUMI CIANJUR

ASHA NURUL MARYAM

Skripsi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana pada
Program Studi Ilmu Keluarga dan Konsumen

**PROGRAM STUDI ILMU KELUARGA DAN KONSUMEN
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Tim Penguji pada Ujian Skripsi:

1. Prof. Dr. Ir. Dwi Hastuti, M.Sc.
2. Agung Minto Wahyu, S.M., S.Psi., M.Si.



Judul Skripsi : Pengaruh Tipe Strategi Koping, Resiliensi, dan Kesejahteraan Psikologis terhadap Kepuasan Hidup Remaja Pascagempa Bumi Cianjur

Nama : Asha Nurul Maryam

NIM : I2401221063

Disetujui oleh

Dosen Pembimbing:

Dr. Alfiasari, S.P., M.Si.

NIP. 198112182006042015

Diketahui oleh

Plh. Ketua Program Studi Ilmu Keluarga dan Konsumen:

Ismayanti Pratiwi, S.Si., M.Si.

NIP. 199507142024062003

Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni Fakultas Ilmu Sosial dan Ekologi Manusia

Prof. Dr. Megawati Simanjuntak, S.P., M.Si.

NIP. 197211032005012002

Tanggal Ujian: 29 Juni 2026

Tanggal Lulus: 23 Juli 2026



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah *subhanahu wa ta'ala* atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Tipe Strategi Koping, Resiliensi, dan Kesejahteraan Psikologis terhadap Kepuasan Hidup Remaja Pascagempa Bumi Cianjur”. Penelitian ini dilaksanakan pada Februari–Mei 2026 sebagai bagian dari proses pembelajaran dan perjalanan penulis dalam menyelesaikan pendidikan.

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada Dr. Alfiasari, S.P., M.Si. selaku dosen pembimbing yang senantiasa memberikan arahan, ilmu, motivasi, serta dukungan selama proses penyusunan skripsi ini. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada Dr. Ir. Melly Latifah, M.Si. selaku dosen pembimbing akademik sekaligus dosen pemandu kolokium, Rahmi Damayanti, S.Si., M.Si. selaku dosen pemandu seminar hasil, serta Prof. Dr. Ir. Dwi Hastuti, M.Sc. dan Agung Minto Wahyu, S.M., S.Psi., M.Si. selaku dosen penguji ujian skripsi yang telah memberikan evaluasi dan saran bagi penyempurnaan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh dosen Program Studi Ilmu Keluarga dan Konsumen atas ilmu, bimbingan, dan pengalaman berharga yang telah diberikan dengan tulus selama masa perkuliahan.

Terima kasih yang paling dalam penulis persembahkan kepada keluarga tercinta. Kepada Mamah, penulis mengucapkan terima kasih atas doa, kasih sayang, pengorbanan, dukungan, serta pelukan hangat yang selalu menjadi sumber kekuatan hingga penulis dapat mencapai tahap ini. Kepada kedua adik penulis, terima kasih atas doa, perhatian, semangat, dan keceriaan yang senantiasa mewarnai hari-hari penulis. Kepada Papah yang telah berpulang lebih dahulu, dengan segenap rindu dan cinta, penulis ingin menyampaikan bahwa kasih sayang serta setiap pelajaran hidup yang pernah diberikan tidak pernah benar-benar pergi, semuanya tetap hidup dalam setiap langkah penulis hingga hari ini.

Terima kasih yang tulus juga penulis sampaikan kepada Syita dan Nabila, dua sahabat terdekat penulis, yang senantiasa menjadi tempat berbagi cerita, menemani tanpa lelah, serta memberikan dukungan dan keyakinan kepada penulis, bahkan ketika penulis hampir kehilangan keyakinan pada diri sendiri. Kepada teman-teman satu bimbingan, Da'ina, Husna, Azzah, Yasmina, Putri, Syafina, dan Femas, terima kasih atas kebersamaan, dukungan, dan perjuangan yang telah dilalui bersama dalam proses penyusunan skripsi ini. Penulis juga berterima kasih kepada Aldha, Ananda, Adiva, Sana, serta Nadhikara IKK 59 atas kebersamaan, cerita, tawa, dan perjuangan selama masa perkuliahan yang akan selalu menjadi kenangan hangat dan indah bagi penulis. Tak lupa, penulis juga menyampaikan terima kasih kepada seluruh responden penelitian, pihak sekolah, pemerintah desa, serta semua pihak yang telah memberikan bantuan selama proses pengumpulan data penelitian.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat serta berkontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Bogor, Juli 2026

Asha Nurul Maryam



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University



DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan	6
1.4 Manfaat	6
II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Remaja dan Trauma Pascabencana	7
2.2 Teori <i>Conservation of Resources</i> Hobfoll	8
2.3 Kepuasan Hidup	9
2.4 Strategi Koping	10
2.5 Resiliensi	11
2.6 Kesejahteraan Psikologis	12
2.7 Kerangka Pemikiran	14
III METODE	17
3.1 Desain, Lokasi, dan Waktu Penelitian	17
3.2 Jumlah dan Cara Penarikan Contoh	17
3.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	19
3.4 Pengolahan dan Analisis Data	22
3.5 Definisi Operasional	24
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	27
4.1 Karakteristik Responden	27
4.1.1 Karakteristik Remaja	27
4.1.2 Karakteristik Keluarga	28
4.2 Deskripsi Variabel Penelitian	29
4.2.1 Strategi Koping	29
4.2.2 Resiliensi	31
4.2.3 Kesejahteraan Psikologis	32
4.2.4 Kepuasan Hidup	33
4.3 Hubungan Karakteristik Remaja dan Keluarga dengan Variabel Penelitian	34
4.4 Hubungan Antarvariabel dalam Penelitian	36
4.4.1 Hubungan Antar Tipe Strategi Koping	36
4.4.2 Hubungan Variabel Strategi Koping dan Resiliensi	36
4.4.3 Hubungan Variabel Strategi Koping dan Kesejahteraan Psikologis	37
4.4.4 Hubungan Variabel Resiliensi dan Kesejahteraan Psikologis	38
4.4.5 Hubungan Variabel Strategi Koping dan Kepuasan Hidup	39
4.4.6 Hubungan Variabel Resiliensi dan Kepuasan Hidup	39
4.4.7 Hubungan Variabel Kesejahteraan Psikologis dan Kepuasan Hidup	40
4.5 Pengaruh Karakteristik Remaja, Karakteristik Keluarga, Strategi Koping, Resiliensi, dan Kesejahteraan Psikologis terhadap Kepuasan Hidup	40



4.6 Pembahasan	45
4.7 Keterbatasan Penelitian	50
V SIMPULAN DAN SARAN	52
5.1 Simpulan	52
5.2 Saran	53
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN	65
RIWAYAT HIDUP	71

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DAFTAR TABEL

1	Variabel, skala data, dan skala jawaban	20
2	Persamaan model regresi linear berganda	23
3	Padanan kata	26
4	Sebaran karakteristik remaja	27
5	Sebaran karakteristik keluarga	28
6	Sebaran responden berdasarkan dimensi, kategori, nilai minimum, nilai maksimum, rata-rata, dan standar deviasi strategi koping	30
7	Sebaran responden berdasarkan dimensi, kategori, nilai minimum, nilai maksimum, rata-rata, dan standar deviasi resiliensi	31
8	Sebaran responden berdasarkan dimensi, kategori, nilai minimum, nilai maksimum, rata-rata, dan standar deviasi kesejahteraan psikologis	32
9	Sebaran responden berdasarkan kategori, nilai minimum, nilai maksimum, rata-rata, dan standar deviasi kepuasan hidup	34
10	Koefisien korelasi karakteristik remaja dengan variabel strategi koping, resiliensi, kesejahteraan psikologis, dan kepuasan hidup	34
11	Koefisien korelasi karakteristik keluarga dengan variabel strategi koping, resiliensi, kesejahteraan psikologis, dan kepuasan hidup	35
12	Koefisien korelasi antar tipe strategi koping	36
13	Koefisien korelasi variabel strategi koping dan resiliensi	37
14	Koefisien korelasi variabel strategi koping dan kesejahteraan psikologis	38
15	Koefisien korelasi variabel resiliensi dan kesejahteraan psikologis	39
16	Koefisien korelasi variabel strategi koping dan kepuasan hidup	39
17	Koefisien korelasi variabel resiliensi dan kepuasan hidup	40
18	Koefisien korelasi kesejahteraan psikologis dan kepuasan hidup	40
19	Koefisien regresi pendidikan ibu, <i>problem-focused coping</i> , resiliensi, dan kesejahteraan psikologis terhadap kepuasan hidup	41
20	Koefisien regresi pendidikan ibu, <i>emotion-focused coping</i> , resiliensi, dan kesejahteraan psikologis terhadap kepuasan hidup	42
21	Koefisien regresi pendidikan ibu, <i>dysfunctional coping</i> , resiliensi, dan kesejahteraan psikologis terhadap kepuasan hidup	43
22	Ringkasan hasil pengujian hipotesis penelitian	44

DAFTAR GAMBAR

1	Kerangka pemikiran	16
2	Peta lokasi gempa bumi Cianjur	17
3	Skema penarikan sampel	19
4	Uji normalitas	69
5	Uji heteroskedastisitas	70

DAFTAR LAMPIRAN

1	<i>Informed consent</i>	65
2	Uji validitas dan reliabilitas	67
3	Uji asumsi klasik	69



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University