



RESILIENSI PILOT YANG MEMILIKI JADWAL PENERBANGAN YANG

PADAT

SKRIPSI

DISUSUN OLEH:

RICKI VICTOR

705100202

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS TARUMANAGARA

JAKARTA

2014



**RESILIENSI PILOT YANG MEMILIKI JADWAL PENERBANGAN YANG
PADAT**

**Skripsi Ini Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menempuh Ujian Sarjana Strata
Satu (S-1) Psikologi**

DISUSUN OLEH:

RICKI VICTOR

705100202

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

JAKARTA

2014



**RESILIENSI PILOT YANG MEMILIKI JADWAL PENERBANGAN YANG
PADAT**

Ricki Victor

705100202

(Henny E. Wirawan, M. Hum, Psikolog, Psikoterapis, CGA, CGI, CRMP, QIA)

Pembimbing I

Jakarta, 14 Juni 2014

Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara

(Dr. Rostiana, M.Si., Psi.)

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

RESILIENSI PILOT YANG MEMILIKI JADWAL PENERBANGAN YANG PADAT

Ricki Victor

705100202

PANITIA UJIAN

(Henny E. Wirawan, M. Hum, Psikolog, Psikoterapis, CGA, CGI, CRMP, QIA)

Penguji I

(Sesilia Monika, M. Psi)

Penguji II

(Linda Wati, M. Psi)

Penguji III

Kata Pengantar

Terimakasih kepada Yang Maha Kuasa yang telah memberikan saya kesempatan untuk meneliti dan menyelesaikan penelitian ini dengan baik dan benar. Terimakasih juga karena telah memberikan saya seorang pembimbing bernama Ibu Henny E Wirawan yang sangat sabar mengajarkan, membimbing, membantu, dan merevisi penelitian yang saya lakukan. Tanpa beliau, saya mungkin dapat menyelesaikan penelitian ini tetapi saya tidak akan mendapat ilmu-ilmu yang tidak diajarkan dalam penyusunan skripsi ini. Terimakasih saya sebesar-besarnya kepada beliau yang bersedia meluangkan waktunya dalam situasi dan kondisi apapun untuk membantu penelitian ini. Terimakasih kepada kedua orangtua saya yang sangat mengerti dan mendukung saya dalam mengerjakan skripsi ini. Tanpa mereka, apa yang saya capai saat ini tidaklah berarti. Terimakasih kepada Sandy Victor dan Shanty Victor yang senantiasa memberikan dukungan baik secara moril maupun materil dan motivasi agar penelitian ini dapat segera terselesaikan meskipun kami berada di tempat dan waktu yang berbeda. Terimakasih kepada Prof Chok Hiew (University of New Brunswick, Kanada) yang telah memberi izin penggunaan alat ukur resiliensi serta teori-teori yang sangat berguna dalam pengerjaan tulisan ini. Terimakasih kepada kak Samanta Ananta (2008) dan Teguh Lesmana yang telah banyak membantu saya dalam mengerjakan dan memberikan *insight*, serta memberikan dukungan di penelitian yang saya lakukan. Dan tidak lupa, kepada teman, sahabat, pacar, dan rival saya, Agnes Vivi yang telah meluangkan waktunya untuk membantu dan memotivasi saya agar tidak malas dalam menyelesaikan skripsi ini.

Tentu saja penelitian ini tidak dapat berjalan tanpa partisipasi dari para subyek, terimakasih kepada para subyek yang telah bersedia untuk mengisi kuesioner dalam penelitian. Terutama kepada ketiga kapten yang telah bersedia untuk menjadi narasumber dalam penelitian ini. Saya menjamin segala data yang ada di dalam penelitian ini sepenuhnya adalah tanggung jawab saya serta akan terjaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk keperluan analisis dalam penelitian ini. Terimakasih kepada Pak Aziz dan Mbak Euis dari maskapai X yang telah membantu mengurus perizinan untuk menyebar data serta pengumpulan data. Terimakasih Mbak Gina selaku *secretary of vice president* yang telah menghubungkan saya dengan para kapten. Saya juga mengucapkan terimakasih kepada Ibu Tyas dan Pak Juhardi yang telah membantu saya dalam mengumpulkan teori-teori untuk digunakan dalam analisis data. Tidak lupa juga saya mengucapkan terimakasih kepada para anggota DPM, BEM, serta teman-teman mahasiswa yang telah memberikan dukungan, canda, dan tawa agar saya tidak stress dalam mengerjakan skripsi ini.

Ucapan terimakasih tidak akan pernah cukup untuk membalas apa yang telah kalian berikan kepada saya, akhir kata, semoga penelitian ini dapat bermanfaat untuk kemajuan ilmu Psikologi dalam bidang Klinis dan Aviasi, khususnya kepada para pembaca di kemudian hari. Saya bertanggungjawab sepenuhnya untuk keseluruhan isi skripsi.

Jakarta, 10 Juni 2014

Ricki Victor

Daftar Isi

Daftar Isi

i

Daftar Tabel

v

Daftar Lampiran

vi

ABSTRAK

vii

BAB I PENDAHULUAN

1

1.1 Latar Belakang

1

1.2 Rumusan Masalah

4

1.3 Tujuan Penelitian

4

1.4 Manfaat Penelitian

5

1.4.1 Manfaat Teoretis

5

1.4.2 Manfaat Praktis

5

1.5 Sistematika Penulisan

5

BAB II KAJIAN PUSTAKA

7

2.1 Resiliensi

7

2.1.1 Definisi Resiliensi

7

2.1.2 Kriteria Resiliensi

8

2.1.3 Manfaat Resiliensi

10

2.2 Resiliensi dan Keseimbangan Emosional

10

2.3 Stress Kerja

12

2.3.1 Definisi Stress Kerja

13

2.3.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Stress Kerja

13

2.4 Pilot

14

2.4.1 Definisi Pilot

14

2.5 Masa Dewasa Madya

14

2.5.1 Perkembangan Kognitif Dewasa Madya

15

2.5.2 Perkembangan Psikososial Dewasa Madya

16

2.6 Kerangka Berpikir

17

BAB III METODE PENELITIAN

20

3.1 Subyek Penelitian

20

3.2 Jenis Penelitian

20

3.3 *Setting* dan Peralatan Penelitian

21

3.4 Pengukuran Penelitian

21

3.4.1 Definisi Konseptual

21

3.4.2 Definisi Operasional

21

3.4.3 Pengukuran Variabel

21

3.4.3.1 <i>Trait Resilience Checklist</i>	22
3.4.3.2 <i>State Resilience Checklist</i>	22
3.4.4 Reliabilitas Alat Ukur	23
3.5 Prosedur Penelitian	23
3.5.1 Persiapan Penelitian	23
3.5.2 Pelaksanaan Penelitian	24
3.6 Pengolahan dan Teknik Analisis Data	25
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA	
	26
4.1 Hasil Data Kuantitatif	26
4.1.1 Gambaran Resiliensi Jenis Kelamin	26
4.1.2 Gambaran Resiliensi Berdasarkan Jam Terbang	27
4.1.3 Analisis Gambaran Dimensi Konsep Diri	28

4.1.4 Analisis Gambaran Dimensi <i>Social Support</i>	
28	
4.1.5 Analisis Gambaran Dimensi <i>Self Regulation</i>	
29	
4.1.6 Analisis Gambaran Dimensi Resiliensi	
29	
4.2 Analisis Data Kualitatif	
30	
4.3 Proses Pengambilan Data	
30	
4.1.1 Subyek EM	
30	
4.1.2 Subyek RD	
32	
4.1.3 Subyek AW	
33	
4.4 Proses Pengolahan dan Analisis Data	
34	
4.5 Gambaran Subyek	
35	
4.5.1 Gambaran Subjek EM	
35	
4.5.2 Gambaran Subjek RD	
37	

4.5.3. Gambaran Subjek AW	
39	
4.6 Variabel Resiliensi	
41	
4.6.1 Dimensi Regulasi Emosi	
41	
4.6.2 Dimensi Pengendalian Diri Terhadap Pemikiran Impulsif	
44	
4.6.3 Dimensi Optimis	
47	
4.6.4 Dimensi Mengetahui Permasalahan yang Dihadapi	
49	
4.6.5 Dimensi Empati	
52	
4.6.6 Dimensi <i>Self Efficacy</i>	
53	
4.6.7 Dimensi <i>Reaching Out</i>	
56	
4.6.5 Dimensi <i>I Have, I Am, I Can</i>	
57	

BAB V SIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN

68	
5.1 Simpulan	
68	

5.2 Diskusi

69

5.3 Saran

77

5.3.1 Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Teoretis

77

5.3.2 Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Praktis

77

ABSTRACT

viii

Daftar Pustaka

P-1

Lampiran

L-1

Abstrak

Ricki Victor (705100202)

Gambaran Resiliensi Pada Pilot Yang Memiliki Jadwal Penerbangan yang Padat; Henny E. Wirawan, M. Hum, Psikolog, Psikoterapis, CGA, CGI, CRMP, QIA. Program Studi S-1 Psikologi, Universitas Tarumanagara, (i-xi; 76 halaman, P1-P3, L1-L26).

Dunia penerbangan saat ini sudah berkembang pesat dan sangat berguna untuk mengantarkan penumpang dari satu daerah ke daerah lain, apalagi seperti Indonesia yang memiliki banyak pulau. Sehingga dibutuhkan banyak maskapai dan pilot untuk mengendarai pesawat. Namun jumlah pilot tidak sebanding dengan jasa penerbangan yang disediakan, sehingga jadwal pilot menjadi sangat padat untuk dapat mengakomodir kebutuhan atas jasa penerbangan. Jadwal yang sangat padat membutuhkan resiliensi yang cukup baik agar pilot tidak mengalami stress dalam menjalani pekerjaannya. Resiliensi adalah kemampuan untuk beradaptasi dan tetap teguh dalam situasi sulit (Reivich & Shatté, 2002).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat gambaran dari resiliensi yang dimiliki oleh pilot dan faktor apa saja yang menyebabkan pilot menjadi resilien. Metode penelitian yang dilakukan dengan *mix method*, dilakukan pada 89 subyek kuantitatif dan 3 subyek kualitatif. Penelitian ini dilakukan pada salah satu maskapai penerbangan di Indonesia. Berdasarkan hasil temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa pilot memiliki resiliensi yang baik dalam menjalani pekerjaannya dan keluarga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi tersebut.

Kata kunci : Resiliensi, Pilot.