



Resiliensi pada Siswa dengan Orang Tua Tunggal

Wahyi Dwi Ulfa

SMK Negeri 1 Glagah, Jl. Kuntulan No. 1, Glagah, Banyuwangi, Jawa Timur, Indonesia

*Penulis korespondensi, Surel: wahyidwiulfa19950416@gmail.com

Abstract

This research is based on the existence of students who have single parents, which is assumed to have an effect on children's resilience. Therefore, researchers aim to find out a picture of the resilience possessed by these students. The research approach uses a qualitative case study type approach. The selection of research subjects used purposive sampling of four research subjects, namely those aged 16-17 years. The data collection method uses interviews and filling in the resilience scale. Data analysis techniques use data reduction, data display, then conclusions. Data validity testing uses data triangulation techniques, namely source triangulation and method triangulation. The results showed that the father of the DA subject died, while the AMR subject's father left home. Then the MYF subject's mother died. Meanwhile, subjects SL and NHF's parents divorced. MYF and NHF are able to regulate their emotions, while DA, AMR, and SL do not. DA, SL, MYF, and NHF subjects were able to imcontrol impulse, while AMR was not. The five subjects have the ability to causal analysis. DA, AMR, and NHF have an optimism, while SL and MYF do not. AMR, SL, MYF, and NHF have empathy for everyone, while DA has empathy only for certain people. DA, AMR, MYF, and NHF have self-efficacy, while SL does not. The five subjects have reach out in their respective lives.

Keywords: resilience; student; single parent

Abstrak

Penelitian ini berdasarkan pada adanya siswa yang memiliki orang tua tunggal, yang diasumsikan bahwa akan berpengaruh pada resiliensi anak. Oleh karena itu, peneliti memiliki tujuan untuk mengetahui gambaran tentang resiliensi yang dimiliki oleh siswa tersebut. Pendekatan penelitian menggunakan pendekatan kualitatif jenis studi kasus. Pemilihan subyek penelitian menggunakan purposive sampling sejumlah empat subyek penelitian, yaitu dengan usia 16-17 tahun. Metode pengumpulan data menggunakan wawancara dan pengisian skala resiliensi. Teknik analisis data menggunakan reduksi data, display data, lalu kesimpulan. Uji keabsahan data menggunakan teknik triangulasi data, yaitu triangulasi sumber dan triangulasi metode. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subyek DA ayahnya meninggal dunia, sedangkan subyek AMR ayahnya pergi dari rumah. Lalu subyek MYF ibunya meninggal dunia. Sementara itu, subyek SL dan NHF kedua orang tuanya bercerai. MYF dan NHF memiliki mampu meregulasi emosi dalam dirinya, sementara DA, AMR, dan SL belum. Subyek DA, SL, MYF, dan NHF mampu melakukan pengendalian gerak, sementara AMR belum. Kelima subyek memiliki kemampuan menganalisis masalah. DA, AMR, dan NHF memiliki rasa optimisme, sedangkan SL dan MYF belum. AMR, SL, MYF, dan NHF memiliki rasa empati pada semua orang, sedangkan DA memiliki empati hanya pada orang-orang tertentu. DA, AMR, MYF, dan NHF memiliki efikasi diri, sedangkan SL belum. Kelima subyek memiliki pencapaian dalam kehidupannya masing-masing.

Kata kunci: resiliensi; siswa; orang tua tunggal

1. Pendahuluan

Khamim Zarkasih Putro (2017) menjelaskan bahwa masa remaja berada pada batas peralihan kehidupan anak dan dewasa. Tubuhnya tampak sudah “dewasa”, akan tetapi bila diperlakukan seperti orang dewasa remaja gagal menunjukkan kedewasaannya. Pengalamannya mengenai alam dewasa masih belum banyak karena ia sering terlihat pada remaja adanya kegelisahan, pertentangan, kebingungan, dan konflik pada diri sendiri. Bagaimana remaja memandang peristiwa yang dialami akan menentukan perilakunya dalam menghadapi peristiwa-peristiwa tersebut, tak terkecuali persoalan dalam hidup.

Persoalan yang pernah dialami pada masa lalu mungkin berlanjut, serta adanya problem baru. Manusia dapat memiliki berbagai jenis masalah, misalnya masalah yang baru saja muncul, masalah pada masa lalu bahkan mungkin saja masalah masa lalu tersebut masih berlanjut hingga masa kini (*unfinished business*) (Desy Agustina, 2021). Semua orang memiliki kemampuan berjuang dan berusaha bertahan serta mampu menyelesaikan masalah dimasa-masa sulitnya (Vallahatullah & Indah, 2019). Kemampuan ini disebut juga dengan resiliensi.

Resiliensi merupakan topik penting yang telah diteliti oleh para peneliti selama bertahun-tahun, terutama pada populasi umum (Yunita & Megah, 2020). Dengan meningkatkan resiliensi, manusia dapat mengembangkan ketrampilan hidup seperti bagaimana berkomunikasi, kemampuan yang realistis dalam membuat rencana hidup dan mampu mengambil langkah yang tepat bagi hidupnya (Fernanda Rojas, 2015). Dalam Wahyi Dwi Ulfa (2016) menyebutkan bahwa menurut Reivich dan Shatte terdapat tujuh kemampuan yang membentuk resiliensi, yaitu 1) regulasi emosi; 2) pengendalian gerak; 3) kemampuan menganalisis masalah; 4) optimisme; 5) empati; 6) efikasi diri; dan 7) pencapaian.

Regulasi emosi adalah suatu kemampuan untuk menghalangi perilaku tidak tepat akibat kuatnya intensitas emosi positif atau negatif yang dirasakan, dapat menenangkan diri dari pengaruh psikologis yang timbul akibat intensitas yang kuat dari emosi, intrinsik dan ekstrinsik yang bertanggung jawab untuk mengenal, memonitor, mengevaluasi dan membatasi respon emosi khususnya intensitas dan bentuk reaksinya untuk mencapai suatu tujuan (Ghifari & Henny, 2018).

Nasution dalam Liana Sari, dkk (2022) menyebutkan bahwa pengendalian gerak adalah orang yang mampu mengontrol dorongannya, menunda pemuasan kebutuhannya. Lalu kemampuan menganalisis masalah yaitu seseorang mampu mengidentifikasi penyebab masalah secara akurat. Kemudian optimisme yang dimiliki oleh seseorang disebabkan karena adanya pengalaman yang berkaitan dengan harapan, sebuah pembiasaan, dan adanya tujuan yang ingin diraih (Elvira Septiyani & Diana Rahmasari, 2023).

Sementara itu, terdapat dua aspek dalam empati, yaitu komponen afektif dan kognitif. Empati afektif merupakan aspek empati yang menggambarkan proses saat emosi seseorang muncul, baik sadar, maupun tidak sadar karena adanya persepsi akan keadaan internal di dalam diri orang lain, sedangkan komponen empati kognitif menggambarkan pemahaman secara intelektual mengenai perspektif orang lain dengan tepat (Endah Mujahidah & Ratih Arruum Listiyandini, 2018).

Efikasi diri adalah keyakinan bahwa seseorang dapat mengatasi masalah yang dialami dalam situasi tertentu dan mampu menghasilkan hasil yang positif (Cicilia & Avin, 2017).

Nasution dalam Liana Sari, dkk (2022) menjelaskan bahwa pencapaian yaitu kemampuan seseorang untuk bisa keluar dari “zona aman” yang dimilikinya.

Resiliensi pada setiap orang memiliki tingkat yang berbeda-beda Siswa dengan orang tua tunggal tentunya perlu diketahui bagaimana tingkat resiliensi mereka, salah satunya melalui penelitian studi kasus. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti berasumsi bahwa para siswa dengan orang tua tunggal memiliki tingkat resiliensi yang berbeda antara siswa dengan kondisi ayah atau ibunya meninggal dunia dan kedua orang tuanya bercerai.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif. Dalam penelitian kualitatif terdiri dari beberapa jenis, salah satunya adalah studi kasus. Creswell (2015: 135) menyatakan bahwa studi kasus merupakan pendekatan kualitatif yang penelitiannya mengeksplorasi kehidupan nyata, suatu kasus, atau beragam kasus melalui pengumpulan data yang detail dan mendalam melibatkan berbagai sumber informasi. Oleh karena itu, studi kasus dalam penelitian ini digunakan untuk mengungkap fakta bagaimana tingkat resiliensi siswa dengan orang tua tunggal.

Penelitian ini dilakukan di kota Banyuwangi, tepatnya di SMK Negeri 1 Glagah. Wawancara dan pengisian skala resiliensi biasanya dilakukan di ruang BK maupun online via aplikasi WhatsApp. Pengambilan data dilakukan mulai bulan Agustus-Oktober.

Subyek penelitian terdiri dari lima orang siswa yang berusia 16-17 tahun, empat orang laki-laki dan satu orang perempuan. Mereka adalah siswa SMK Negeri 1 Glagah Banyuwangi yang berasal dari berbagai program keahlian. Kelima orang mahasiswa tersebut memiliki orang tua tunggal pada saat mereka usia 5-10 tahun. Dua orang siswa dengan kondisi orang tua tunggal karena ayahnya meninggal dunia (yatim), satu orang siswa dengan kondisi orang tua tunggal karena ibunya meninggal dunia (piatu), dan dua orang siswa dengan kondisi orang tua tunggal karena kedua orang tuanya bercerai.

Setiap subyek memiliki 2 orang key informan. Semua *key informan* adalah teman-teman terdekat dari subyek yang berusia 16-19 tahun. Adapun teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui wawancara dan skala resiliensi tentunya membutuhkan pedoman.

2.1 Pedoman Wawancara

Pedoman wawancara ini merujuk pada indikator dari resiliensi dan digunakan untuk mengungkap resiliensi pada siswa dengan orang tua tunggal. Penelitian ini melakukan wawancara berdasarkan pedoman wawancara yang telah disusun terdiri dari beberapa pertanyaan oleh peneliti seperti halnya berikut ini:

Tabel 1. Pedoman Wawancara

No.	Kisi-Kisi Wawancara	Butir Pernyataan
1.	Mampu untuk tetap tenang saat berada di bawah tekanan	2, 3, 8, 6
2.	Mudah bersosialisasi	25
3.	Tidak agresif	4, 28
4.	Mampu mengendalikan diri sendiri	17
5.	Percaya pada kemampuan diri sendiri	10
6.	Memiliki semangat yang tinggi	9

No.	Kisi-Kisi Wawancara	Butir Pernyataan
7.	Mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi	18, 5
8.	Mampu berpikir dengan akal sehat	31
9.	Mampu menangkap bahasa nonverbal	19
10.	Turut merasakan apa yang dirasakan orang lain	21
11.	Memiliki keyakinan yang kuat	20
12.	Menanggung segala sesuatu tentang diri sendiri	3, 15
13.	Bangkit dari keterpurukan	22, 27, 16
14.	Mampu terbebas dari trauma dalam kehidupannya	13, 30

2.2 Pedoman Skala Resiliensi

Pedoman skala resiliensi ini merujuk pada sub indikator dari resiliensi dan digunakan untuk mengungkap resiliensi pada siswa dengan orang tua tunggal. Penelitian ini melakukan pengisian skala resiliensi berdasarkan pedoman yang telah disusun oleh peneliti seperti halnya berikut ini.

Tabel 2. Kisi-Kisi Skala Resiliensi

No.	Kisi-Kisi Skala Resiliensi	Butir Pernyataan	
		<i>Favourable (F)</i>	<i>Unfavourable (UF)</i>
1.	Mampu untuk tetap tenang saat berada di bawah tekanan	16, 27, 31	5, 14
2.	Mudah bersosialisasi	1, 17, 28	46, 70
3.	Tidak agresif	2, 61	29, 38, 45
4.	Mampu mengendalikan diri sendiri	18, 54	56, 59, 62
5.	Percaya pada kemampuan diri sendiri	3, 44	19, 30, 69
6.	Memiliki semangat yang tinggi	20, 43, 57	37, 53
7.	Mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi	6, 41, 47	4, 40
8.	Mampu berpikir dengan akal sehat	36, 52, 55	51, 67
9.	Mampu menangkap bahasa nonverbal	8, 25	26, 50, 63
10.	Turut merasakan apa yang dirasakan orang lain	60, 65	9, 12, 35
11.	Memiliki keyakinan yang kuat	24, 49, 66	10, 23
12.	Menanggung segala sesuatu tentang diri sendiri	22, 34, 68	15, 33
13.	Bangkit dari keterpurukan	32, 39, 64	11, 48
14.	Mampu terbebas dari trauma dalam kehidupannya	7, 13, 21	42, 58

Setiap pernyataan dalam skala resiliensi dilengkapi dengan empat pilihan jawaban, yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Skor untuk item skala resiliensi yang positif secara berurutan adalah 4, 3, 2, 1. Untuk item skala resiliensi yang negatif secara berurutan adalah 1, 2, 3, 4.

Setelah skala selesai disusun kemudian perlu dilakukan pengkategorian skala sehingga dapat menentukan tingkatan resiliensi yang dimiliki. Saifudin Azwar (2009:109) mengatakan bahwa langkah pengkategorian skala dalam penelitian, yaitu:

Menentukan skor tertinggi dan terendah

Menghitung mean ideal (M), yaitu $\frac{1}{2}$ (skor tertinggi + skor terendah)

Menghitung standar deviasi (SD), yaitu $\frac{1}{6}$ (skor tertinggi – skor terendah)

Berdasarkan langkah tersebut, maka diperoleh hasil perhitungan sebagai berikut:

Skala resiliensi terdiri dari 70 item pernyataan yang merupakan pecahan dari 7 aspek resiliensi.

$$\text{Skor tertinggi} : 70 \times 4 = 280$$

$$\text{Skor terendah} : 70 \times 1 = 70$$

$$\text{Mean ideal} : \frac{1}{2} (280 + 70) = 175$$

$$\text{Standar deviasi: } \frac{1}{6} (280 - 70) = 35$$

Batas antara kategori tersebut adalah (M + 1SD) dan (M - 1SD)

$$M + 1SD = 175 + (1 \times 35) = 210$$

$$M - 1SD = 175 - (1 \times 35) = 140$$

Untuk lebih jelasnya, akan disajikan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 3. Kategori Resiliensi Seluruh Aspek

Batas (Interval)	Batas (Interval)	Kategori
$X < M-1SD$	$X < 140$	Resiliensi Rendah
$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$140 \leq X < 210$	Resiliensi Sedang
$M + 1SD \leq X$	$210 \leq X$	Resiliensi Tinggi

Skala resiliensi ini memiliki 10 item pernyataan untuk setiap indikator.

$$\text{Skor tertinggi} : 10 \times 4 = 40$$

$$\text{Skor terendah} : 10 \times 1 = 10$$

$$\text{Mean ideal} : \frac{1}{2} (40 + 10) = 25$$

$$\text{Standar deviasi: } \frac{1}{6} (40 - 10) = 5$$

Batas antara kategori tersebut adalah (M + 1SD) dan (M - 1SD)

$$M + 1SD = 25 + (1 \times 5) = 30$$

$$M - 1SD = 25 - (1 \times 5) = 20$$

Untuk lebih jelasnya, akan disajikan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 4. Kategori Resiliensi Setiap Aspek

Batas (Interval)	Batas (Interval)	Kategori
$X < M-1SD$	$X < 20$	Resiliensi Rendah
$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$20 \leq X < 30$	Resiliensi Sedang
$M + 1SD \leq X$	$30 \leq X$	Resiliensi Tinggi

2.3 Teknik Analisis Data

Creswell (2015: 251) mengungkapkan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus-menerus pada setiap tahapan penelitian sehingga sampai tuntas. Komponen dalam analisis data adalah meliputi reduksi data, penyajian data, dan penyimpulan data. Dalam penelitian kualitatif, instrumen utamanya adalah manusia, karena itu yang diperiksa adalah keabsahan datanya. Uji kredibilitas data penelitian ini peneliti menggunakan teknik triangulasi sumber dan triangulasi metode. Dalam Flick (2014: 183) triangulasi digunakan untuk mengkombinasi dari berbagai metode, kelompok belajar, setting lokal dan temporal, dan perbedaan pandangan teori dalam suatu peristiwa. Triangulasi metode digunakan untuk melakukan pengecekan terhadap penggunaan metode pengumpulan data, baik informasi yang didapat dari wawancara dan pengisian skala resiliensi. Triangulasi diperlukan karena setiap teknik memiliki kelebihan dan kelemahannya masing-masing, dengan demikian triangulasi memungkinkan untuk mendapatkan realitas yang lebih valid.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil

3.1.1 Subyek DA

DA adalah seorang siswa laki-laki pada salah satu jurusan di SMK Negeri 1 Glagah dengan usia 16 tahun. Ayahnya meninggal dunia karena menderita sakit sejak ia masih duduk di bangku Sekolah Dasar (SD). Saat ini ia dapat tinggal bersama dengan seorang kakak lakinya, sementara adik DA tinggal dengan ibunya yang sudah menikah lagi dan tinggal dengan ayah tirinya. Berikut ini merupakan tabel penjabar dari hasil wawancara ditinjau dari setiap aspek:

Tabel 5. Hasil Wawancara Subyek DA dengan Aspek yang Dimiliki

Aspek	Keterangan
Regulasi Emosi	DA tidak nyaman ketika persoalan tentang ayahnya yang telah meninggal dunia sering diungkit-ungkit, masih sering menangis dan marah karena Ibunya menikah lagi.
Pengendalian Gerak	DA dapat mengendalikan keinginan terhadap suatu hal.
Optimisme	DA memiliki rasa optimis yang sangat kuat.
Kemampuan Menganalisis Masalah	DA memiliki pola berpikir dewasa. DA berusaha menjadi pelajar yang giat dan tidak meminta uang jika tidak diberi.
Empati	DA kurang memiliki rasa empati. Ia hanya peka terhadap orang-orang tertentu saja.
Efikasi Diri	DA sangat yakin dengan masa depannya. Ia dikenal sebagai orang yang bersemangat dan mengayomi teman-temannya.
Pencapaian	DA termasuk tim basket sekolah dan aktif berkegiatan OSIS.

3.1.2 Subyek AMR

AMR adalah seorang siswa laki-laki pada salah satu jurusan di SMK Negeri 1 Glagah dengan usia 17 tahun. Ayahnya pergi dari rumah sejak ia masih duduk di bangku Sekolah Dasar (SD). Saat ini ia tinggal bersama ibu dan adiknya. Ia perokok aktif dan bekerja paruh waktu menjadi tukang parkir di suatu warung makan. Berikut ini merupakan tabel penjabar dari hasil wawancara ditinjau dari setiap aspek:

Tabel 6. Hasil Wawancara Subyek AMR dengan Aspek yang Dimiliki

Aspek	Keterangan
Regulasi Emosi	AMR cenderung masih belum bisa menerima kondisi ayahnya yang telah pergi dari rumah, tetapi di sisi lain ia berusaha untuk bersikap lapang dada karena ingin fokus melindungi ibu dan adiknya.
Pengendalian Gerak	AMR belum dapat mengendalikan keinginan terhadap suatu hal, pernah suatu ketika merokok di kamar mandi sekolah karena sudah tidak kuat menahannya.
Optimisme	AMR memiliki rasa optimis dan ingin melakukan pembuktian bahwa dirinya berkompeten, terutama pada Ayahnya.
Kemampuan Menganalisis Masalah	Ia tidak ingin ibunya menikah lagi. AMR takut Ibunya mengalami sakit hati lagi kepada laki-laki. AMR berusaha menjadi sosok pengganti Ayah untuk adiknya.
Empati	AMR memiliki rasa peka pada lingkungan sekitarnya dan peduli jika ada orang yang sedang memiliki masalah.
Efikasi Diri	AMR yakin dengan masa depannya. Ia sudah mempunyai rencana setelah lulus SMK akan seperti apa.
Pencapaian	AMR berusaha memenuhi kebutuhan sekolah sendiri. Ia rela bekerja paruh waktu menjadi tukang parkir di suatu warung makan.

3.1.3 Subyek SL

SL adalah seorang siswa perempuan pada salah satu jurusan di SMK Negeri 1 Glagah dengan usia 17 tahun. Kedua orang tuanya telah bercerai sejak ia masih duduk di bangku Taman Kanak-Kanak (TK). Saat ini ia tinggal bersama ibu dan ayah tirinya. Berikut ini merupakan tabel penjelas dari hasil wawancara ditinjau dari setiap aspek:

Tabel 7. Hasil Wawancara Subyek SL dengan Aspek yang Dimiliki

Aspek	Keterangan
Regulasi Emosi	SL belum sepenuhnya menerima kondisi kedua orang tuanya yang telah bercerai. Ia lebih banyak memendam apa yang ia rasakan.
Pengendalian Gerak	SL mampu mengendalikan tekanan emosi dan keinginan terhadap suatu hal dalam dirinya.
Optimisme	SL kurang memiliki rasa optimis. Ia banyak menghabiskan waktu untuk bermain <i>game</i> dan membaca komik.
Kemampuan Menganalisis Masalah	Saat ini SL masih berkomunikasi baik dengan ayahnya, walaupun ayahnya juga telah menikah kembali. SL juga menjadi akrab dengan adik tirinya (anak dari ayah tiri dari pernikahan sebelumnya).
Empati	SL memiliki rasa peka pada lingkungan sekitarnya dan peduli jika ada orang yang sedang memiliki masalah.
Efikasi Diri	SL tidak yakin dengan masa depannya. Ia dikenal sebagai orang yang rapi, rajin, tetapi terkadang suka mengatur orang-orang di sekelilingnya.
Pencapaian	SL memiliki kemampuan literasi yang baik karena sering membaca.

3.1.4 Subyek MYF

MYF adalah seorang siswa laki-laki pada salah satu jurusan di SMK Negeri 1 Glagah dengan usia 17 tahun. Ibunya meninggal dunia karena menderita sakit sejak ia masih duduk di bangku Sekolah Dasar (SD). Saat ini ia dapat tinggal bersama dengan seorang kakak lakinya, sementara adik MYF tinggal dengan ibunya yang sudah menikah lagi dan tinggal dengan ayah tirinya. Berikut ini merupakan tabel penjelas dari hasil wawancara ditinjau dari setiap aspek:

Tabel 8. Hasil Wawancara Subyek MYF dengan Aspek yang Dimiliki

Aspek	Keterangan
Regulasi Emosi	MYF bisa menerima kondisi ibunya yang telah meninggal dunia. Ia bersikap lapang dada.
Pengendalian Gerak	MYF dapat mengendalikan keinginan terhadap suatu hal dan fisiknya sangat terlatih kuat.
Optimisme	MYF belum memiliki rasa optimis, terutama untuk memikirkan masa depan.
Kemampuan Menganalisis Masalah	Ia tidak ingin ayahnya menikah lagi. MYF ingin ayahnya fokus bekerja saja dan ia merasa sosok ibunya tidak dapat digantikan oleh siapapun.
Empati	MYF memiliki rasa peka pada lingkungan sekitarnya dan peduli pada teman-temannya.
Efikasi Diri	MYF yakin bisa berubah lebih baik daripada sebelumnya, dimana ia perokok aktif dan sempat mengonsumsi pil Y.
Pencapaian	MYF menjadi anak yang sangat mandiri. Ia tinggal di rumah sendiri, sementara ayahnya sibuk bekerja di luar kota.

3.1.5 Subyek NHF

NHF adalah seorang siswa laki-laki pada salah satu jurusan di SMK Negeri 1 Glagah dengan usia 17 tahun. Kedua orang tuanya telah bercerai sejak ia masih duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama (SMP). Saat ini ia tinggal bersama ayah dan ibu tirinya. Berikut ini merupakan tabel penjabar dari hasil wawancara ditinjau dari setiap aspek:

Tabel 9. Hasil Wawancara Subyek NHF dengan Aspek yang Dimiliki

Aspek	Keterangan
Regulasi Emosi	NHF bisa menerima kondisi kedua orang tuanya yang telah bercerai. Ia bersikap lapang dada.
Pengendalian Gerak	NHF dapat mengendalikan keinginan terhadap suatu hal dan fisiknya sangat terlatih kuat.
Optimisme	NHF memiliki rasa optimis, terutama untuk memikirkan masa depan.
Kemampuan Menganalisis Masalah	Saat ini NHF masih berkomunikasi baik dengan ibunya, walaupun ibunya juga telah menikah kembali. NHF merasa jadi memiliki banyak sosok orang tua, yaitu dari ibu tiri dan ayah tiri.
Empati	NHF memiliki rasa peka pada lingkungan sekitarnya dan peduli pada teman-temannya.
Efikasi Diri	NHF yakin yang terjadi saat ini adalah yang terbaik.
Pencapaian	NHF termasuk tim taruni sekolah dan berkegiatan taruna hijau, serta tergabung proyek pembuatan <i>aquascape</i> .

Sementara itu, berdasarkan hasil pengisian skala resiliensi diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 10. Kategori Resiliensi Subyek

Subyek	Total Nilai	Kategori
DA	208	Resiliensi Sedang
AMR	202	Resiliensi Sedang
SL	139	Resiliensi Rendah
MYF	211	Resiliensi Tinggi

NHF	215	Resiliensi Tinggi
-----	-----	-------------------

3.2 Pembahasan

Dalam Wahyi Dwi Ulfa (2016) Reivich dan Shatte menyatakan bahwa terdapat tujuh kemampuan yang membentuk resiliensi, yaitu sebagai berikut:

3.2.1 Regulasi Emosi (*Emotion Regulation*)

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang dalam tekanan suatu masalah. Ada dua buah keterampilan yang dapat memudahkan individu untuk mengatur emosi, yaitu tenang (*calming*) dan fokus (*focusing*).

3.2.2 Pengendalian Gerak (*Impulse Control*)

Pengendalian gerak adalah kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri. Individu yang memiliki kemampuan pengendalian gerak yang rendah akan cepat mengalami perubahan emosi. Hal tersebut mengendalikan pikiran dan perilaku mereka dengan menampilkan perilaku mudah marah, kehilangan kesabaran, impulsive dan berlaku agresif.

3.3.3 Optimisme (*Optimism*)

Optimisme yang dimiliki oleh seorang individu menandakan bahwa individu tersebut percaya bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan yang mungkin terjadi di masa depan. Optimisme yang dimaksud adalah optimisme yang realistis (*realistic optimism*), yaitu sebuah kepercayaan terwujudnya masa depan yang lebih baik dengan diiringi segala usaha untuk mewujudkan hal tersebut. Berbeda dengan unrealistic optimism dimana kepercayaan akan masa depan yang cerah tidak dibarengi dengan usaha yang signifikan untuk mewujudkannya.

3.3.4 Kemampuan Menganalisis Masalah (*Causal Analysis*)

Kemampuan menganalisis masalah merujuk pada kemampuan individu untuk mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang mereka hadapi. Individu yang tidak mampu mengidentifikasi penyebab dari permasalahan yang mereka hadapi secara tepat, akan terus menerus berbuat kesalahan yang sama.

3.3.5 Empati (*Empathy*)

Empati sangat erat kaitannya dengan kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain. Beberapa individu memiliki kemampuan yang cukup mahir dalam menginterpretasikan bahasa- bahasa nonverbal yang ditunjukkan oleh orang lain.

3.3.6 Efikasi Diri (*Self-efficacy*)

Efikasi diri adalah hasil dari pemecahan masalah yang berhasil. Efikasi diri merepresentasikan sebuah keyakinan bahwa kita mampu memecahkan masalah yang dialami dan mencapai kesuksesan. Efikasi diri merupakan hal yang sangat penting untuk mencapai resiliensi.

3.3.7 Pencapaian (*Reaching out*)

Sebagaimana telah dipaparkan sebelumnya, bahwa resiliensi lebih dari sekedar bagaimana seorang individu memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan dan bangkit dari keterpurukan. Namun, lebih dari itu resiliensi juga merupakan kemampuan individu meraih aspek positif dari kehidupan setelah kemalangan yang menimpa.

Asumsi awal adalah para siswa dengan orang tua tunggal memiliki tingkat resiliensi yang berbeda antara siswa dengan kondisi ayah atau ibunya meninggal dunia dan kedua orang tuanya bercerai. Namun ternyata, subyek SL dan NHF memiliki kondisi yang sama yaitu kedua orang tuanya bercerai, tetapi tingkat resiliensi mereka berbeda. Di antara kelima subyek yang ada, NHF yang paling kuat resiliensinya. Hal tersebut dikarenakan NHF memiliki ketujuh kemampuan yang membentuk resiliensi. Kondisi orang tua tunggal menjadi titik balik kehidupan bagi kelima subyek. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa terdapat pencapaian yang sama yang dialami oleh kelima subyek dalam proses pembentukan resiliensinya, yaitu berkegiatan positif sehingga menjadi lebih tangguh daripada sebelumnya.

4 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

Subyek DA telah mampu melakukan pengendalian gerak, kemampuan menganalisis masalah, optimisme, efikasi diri, dan pencapaian dalam kehidupannya. Sementara itu, ia belum mampu meregulasi emosinya dan hanya berempati pada orang-orang tertentu saja. Ayahnya meninggal dunia dan ibunya sudah menikah lagi.

Subyek AMR telah memiliki kemampuan menganalisis masalah, optimisme, empati, efikasi diri, dan pencapaian dalam kehidupannya. Sementara itu, ia belum mampu meregulasi emosinya dan belum memiliki kemampuan pengendalian gerak. Ayahnya pergi dari rumah dan ibunya tidak menikah lagi. AMR bekerja paruh waktu setelah pulang sekolah, yaitu menjadi tukang parkir di sebuah tempat makan.

Subyek SL telah memiliki aspek pengendalian gerak, kemampuan menganalisis masalah, empati, dan pencapaian dalam kehidupannya. Sementara itu, ia belum mampu meregulasi emosinya, belum memiliki rasa optimis, dan belum memiliki efikasi diri. Subyek SL juga banyak menghabiskan waktu untuk bermain game dan membaca komik. Kedua orang tuanya bercerai dan ia ikut ibunya. Masing-masing orang tuanya sudah menikah lagi.

Subyek MYF telah mampu meregulasi emosi, pengendalian gerak, kemampuan menganalisis masalah, efikasi diri, dan pencapaian dalam kehidupannya. Sementara itu, ia belum memiliki rasa optimis. MYF adalah perokok aktif dan sempat mengonsumsi pil Y. Ia merasa putus asa dan hilang arah sejak ibunya meninggal dunia. Sementara itu, ayahnya tidak menikah lagi dan sibuk bekerja keliling luar kota sebagai sopir.

Subyek NHF telah memiliki semua aspek resiliensi, yaitu regulasi emosi, pengendalian gerak, optimisme, kemampuan menganalisis masalah, empati, efikasi diri, dan pencapaian. Di antara keempat subyek yang lain, hanya NHF yang mengaku sudah berdamai dengan keadaan dan memaafkan orang tuanya. Ia berpikir bahwa kedua orang tuanya berhak bahagia dengan pilihan hidup mereka masing-masing. Kedua orang tuanya bercerai dan ia ikut ayahnya. Masing-masing orang tuanya sudah menikah lagi.

Daftar Rujukan

- Agustina, Desy (2021). Resiliensi pada Mahasiswa Yatim (Studi Kasus tentang Mahasiswa Yatim di Universitas Negeri Yogyakarta. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 7(1), 36-44.
- Creswell, John W. (2015). Penelitian Kualitatif dan Desain Riset: Memilih di Antara Lima Pendekatan Edisi ke-3. Terjemahan oleh Ahmad Lintang Lazuardi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Flick, Uwe. (2014). *An Introduction to Qualitative Research Fifth Edition*. United States of America: Sage.
- Koroh, Yunita Anggerina & Andriany, Megah. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi Warga Binaan Pemasyarakatan Pria: Studi Literatur. *Journal of Holistic Nursing and Health Science*, 3(1), 64-74.
- Missasi, Valahatullah & Izzati, Indah Dwi Cahya. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 443-441.
- Mujahidah, Endah & Listiyandini, Ratih Arruum. (2018). Pengaruh Resiliensi dan Empati terhadap Gejala Depresi pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 14(1), 60-75.
- Pahlevi, Ghifari Rizky & Salve, Henny Regina. (2018). Regulasi Emosi dan Resiliensi Mahasiswa Merantau yang Tinggal di Tempat Kos. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 180-189.
- Putro, Khamim Zarkasih. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25-32.
- Rojas, Fernanda. (2015). Factors Affecting Academic Resilience in Middle School Students: A Case Study. *Gist Education and Learning Research Journal*, 11(11), 63-78.
- Sari, Liana, dkk. (2022). Gambaran Pencapaian Resiliensi Para Investor yang Kehilangan Investasinya Karena Penggelapan (Fraud). *Proyeksi*, 17(1), 55-66.
- Septiyani, Elvira & Rahmasari, Diana. (2023). Resiliensi pada Mahasiswa yang Memiliki Masalah Keluarga dan Bekerja Namun Lulus Tepat Waktu. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(3), 821-842.
- Ulfa, Wahyi Dwi (2016). Resiliensi pada Mahasiswa yang Memiliki Orang Tua Tunggal. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 5(5), 1-10
- Utami, Cicilia Tanti & Helmi, Avin Fadilla. (2017). Self-Efficacy dan Resiliensi: Sebuah Tinjauan Meta-Analisis. *Buletin Psikologi*, 25(1), 54-65.