

**GAMBARAN RESILIENSI INDIVIDU DEWASA AWAL DITINJAU
DARI STATUS PERCERAIAN ORANG TUA**
*DEPICTION OF ON EARLY ADULTHOOD UNDER VIEW FROM DIVORCE
PARENTS STATUS*

Niya Addzahrah¹, Silvia Eka Mariskha², Siti Khumaidatul Umaroh³
^{1,2,3} Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda
Jl. Ir. H. Juanda, Samarinda, Kalimantan Timur, Indonesia.
Korespondensi: niyaadzhr@gmail.com

Abstract. Resilience is somebody ability to overcome anxiety, stress, reaction against stress, even depression. Beside that resilience can also be interpreted as an individual's ability to see the body's balance so that it remains normal when facing unfavorable circumstances. The purpose of this study is for know depiction of resilience on early adulthood with background divorce parents. This research involving 70 subjects with background divorce parent aged 18-32 years. Research methods in this study quantitative descriptive. Descriptive research is research conducted to determine the independent value of on variable or (independent) without making comparisons or connecting others variables. The research sample was determined using technique purposive sampling for get the right sample take a number of sample use formula slovin with level tolerance 10% then 70 respondents were obtained. The index reliability from scale resilience is reliability of 0.927 and the results were 65 respondents had high resilience and 5 respondents had moderate resilience. Based on results analysis of the data that has been done explained, the conclusion is description resilience on adulthood with background divorce parents had high resilience. The research data were analyzed using statistical hypothetical techniques with the help of the SPSS 24 for windows program.

Keywords: divorce parents, resilience, early adulthood

Abstrak. Resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk mengatasi kecemasan, stres, reaksi terhadap stres, bahkan depresi. Selain itu *resiliensi* juga dapat diartikan kemampuan individu untuk melihat sebuah keseimbangan tubuh agar tetap normal dalam menghadapi keadaan yang tidak menguntungkan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *resiliensi* individu dewasa awal dengan latar belakang orang tua bercerai. Penelitian ini melibatkan 70 subyek dengan latar belakang orang tua bercerai usia 18-32 tahun. Metode penelitian dalam peneltian ini kuantitatif deskriptif, penelitian deskriptif yaitu penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai mandiri satu variabel atau (independent) tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan variabel yang lain. Penetapan sampel penelitian menggunakan teknik *purposive* sampling. Untuk mendapatkan sampel yang tepat mengambil beberapa sampel menggunakan rumus slovin dengan tingkat toleransi 10% maka diperoleh 70 responden. Indeks reliabilitas sebesar 0,927 dengan 65 responden memiliki *resiliensi* tinggi dan 5 responden memiliki *resiliensi* sedang. Berdasarkan hasil data yang telah dijabarkan, hasil kesimpulan adalah gambaran *resiliensi* individu dewasa awal dengan latar belakang orang tua bercerai memiliki *resiliensi* tinggi. Data penelitian ini menggunakan teknik *statistik hipotetik* dengan bantuan program SPSS 24 for windows.

Kata kunci: dewasa awal, resiliensi, orang tua bercerai

PENDAHULUAN

Setiap manusia pasti akan melewati fase dalam kehidupan salah satunya adalah fase dewasa awal, menjadi individu dewasa merupakan tahap dari puncak perkembangan kesehatan kehidupan dan akan memiliki potensi tahap perkembangan yang akan lebih positif dibanding masa remaja (Herawati & Hidayat, 2020). Santrock, (2012) menyatakan bahwa dewasa awal merupakan masa untuk berkerja dan menjalin hubungan dengan lawan jenis dan terkadang menyisakan sedikit waktu untuk melakukan hal lainnya. Selanjutnya Santrock (2012) pun menyatakan bahwa masa dewasa awal diawali dengan transisi dari masa remaja menuju kemasa dewasa yang melibatkan percobaan dan eksplorasi yang disebut sebagai *emerging adulthood* dengan rentan usia 18-25 tahun, pada masa ini individu telah mengalami perubahan pada fisik maupun psikologis bersama dengan masalah serta harapan pada perubahan. Masa dewasa awal merupakan masa pencarian, penemuan, pemantapan, dan masa reproduktif yaitu sebuah masa yang penuh dengan masalah serta ketegangan emosional, masa isolasi sosial, komitmen dan masa ketergantungan, perubahan nilai-nilai, kreativitas dan penyesuaian diri pada pola hidup yang baru (Putri, 2019). selanjutnya Putri (2019) menjelaskan bahwa sebagai seorang individu yang telah tergolong dewasa akan membuat individu memiliki peran dan tanggung jawab yang semakin besar, dimana individu akan mulai untuk melepaskan diri dari ketergantungan terhadap orang lain terkhususnya dari orang tua baik secara ekonomi, sosiologis, ataupun psikologis individu akan lebih mengupayakan menjadi orang yang lebih mandiri dan segala usaha akan dilakukan agar tidak bergantung kepada orang lain.

Namun pada realitasnya tidak semua individu berhasil dalam menjalankan tugas perkembangan dan bisa meraih kebahagiaan, sebagian dari mereka masih mengalami keraguan saat memilih arah kehidupan, tertekan karna menghadapi berbagai macam permasalahan hidup serta bingung untuk mencari solusi (Muslim & Wijaya, 2021). selanjutnya (Muslim & Wijaya, 2021) pun menyatakan bahwa individu perlu memiliki konsep diri, karna konsep diri merupakan hal yang penting bagi kehidupan seseorang, sehingga individu mampu untuk menempatkan konsep diri yang dimiliki dengan tindakannya. Untuk mampu melewati masa transisi yang dipenuhi oleh berbagai macam permasalahan baik permasalahan dari dalam diri maupun permasalahan dari luar diri individu dewasa awal harus memiliki keyakinan dan ketahanan atau Resiliensi yang baik. Sehingga individu akan mampu untuk melalui banyaknya dinamika kehidupan yang akan membawanya mencapai kehidupan yang utuh (Kirana & Suparti, 2021).

Resiliensi merupakan suatu proses yang melibatkan berbagai macam faktor, baik itu faktor eksternal ataupun faktor internal yang berhubungan dengan peristiwa sulit atau keadaan yang menyebabkan stress (Mahesti & Rustika, 2020). Individu dapat dikatakan tingkatan resiliensi tinggi jika memiliki kemampuan yang mudah untuk menyesuaikan keadaan ataupun situasi yang berbeda (Masten dalam Mahesti & Rustika, 2020). Resiliensi adalah bentuk dari kualitas pribadi yang akan memungkinkan individu mampu untuk berkembang dalam menghadapi situasi ataupun keadaan yang sulit (Cannor dan Davidson dalam Nyiagani & Kristinawati, 2021). Berdasarkan rumusan masalah dari uraian teori, dapat ditarik suatu hipotesis penelitian yaitu: individu memiliki resiliensi yang cukup baik akan mampu beradaptasi dengan keadaan kehidupan yang bersifat dinamis.

Resiliensi adalah bentuk dari kualitas pribadi yang akan memungkinkan individu mampu untuk berkembang dalam menghadapi situasi ataupun keadaan yang sulit (Cannor dan Davidson dalam Nyiagani & Kristinawati, 2021). Dan Gunarsa dalam Putri & Sofia, (2021) menjelaskan bahwa individu yang memiliki kematangan emosi adalah yang telah mencapai tingkat kedewasaan dapat mengembangkan fungsi pikiran dan juga mengendalikan emosi serta mampu untuk menempatkan diri mengatasi kelemahan dalam mengatasi tantangan baik dari diri sendiri maupun orang lain.

METODE

Metode penelitian dalam penelitian ini yaitu kuantitatif deskriptif. Sugiyono (2016) mengatakan penelitian deskriptif yaitu penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variable mandiri baik satu variable atau lebih (independent) tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan dengan variable yang lain. Sugiyono (2016) menyatakan metode penelitian kuantitatif yaitu metode penelitian yang berlandaskan filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu. Pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis yang bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Dan populasi dalam penelitian ini tidak diketahui sehingga peneliti menggunakan *purposive sampling* kepada individu dewasa awal yang orang tuanya bercerai di daerah Samarinda dan sekitarnya. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu laki-laki atau perempuan dalam rentan usia 18 sampai 32 tahun yang berdomisili di Samarinda dan sekitarnya serta berasal dari orang tua bercerai. Alasan peneliti menggunakan karakteristik ini karena ingin mengetahui seberapa tinggi, sedang, atau rendahnya gambaran *resiliensi*.

Skala pengukuran *resiliensi* pada penelitian ini menggunakan model likert. Skala Likert yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi, individu ataupun kelompok tentang fenomena sosial. Untuk setiap pilihan jawaban diberi skor, maka responden harus menggambarkan, mendukung pernyataan (positif) atau tidak mendukung pernyataan (negatif) (Sugiyono, 2012). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen alat ukur berupa kuesioner yang telah dikembangkan oleh Salsabila Gita Sonya (2021). Alat ukur ini terdiri dari 24 aitem pernyataan. Skala ini disusun berdasarkan penilaian jawaban untuk aitem yaitu sangat setuju (SS) diberi skor 4, Setuju (S) diberi skor 3, Tidak Setuju (TS) diberi skor 2, dan Sangat Tidak Setuju (STS) diberi skor 1. Penelitian ini menggunakan teknik yaitu analisis deskriptif. Analisis deskriptif ini digunakan untuk menganalisa data dengan cara menggambarkan data yang telah terkumpul dengan angka sebagaimana adanya tanpa bermaksud untuk membuat kesimpulan yang bersifat umum atau generalisasi (Sugiyono, 2019).

HASIL

Data demografis berdasarkan usia dapat dilihat pada table dibawah:

Tabel 1. Distribudi Responden Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase
18-21	10	14,3%
22-25	48	68,6%
26-29	8	11.4%
30-32	4	5,7%
Total	70	100%

Berdasarkan table diatas diketahui bahwa dari jumlah 70 orang responden usia 18-21 sebanyak 10 orang (14%), usia 22-25 sebanyak 48 orang (63%), usia 26-29 sebanyak 3 orang (11%), dan usia 30-32 sebanyak 4 orang (5%)

Dibawah ini Deskripsi Kategori Skala *Resiliensi*:

Tabel 2. Kategori Skor Skala *Resiliensi*

Interval Kecendrungan	Skor	Kategori	F	Persentase
$X < M - 1SD$	<35	Rendah	0	0%
$M - 1SD < X < M + 1SD$	35-65	Sedang	5	7.1%
$M + 1SD < X$	>65	Tinggi	65	92,9%
	Total		70	100%

Tabel 4 diatas menunjukkan hasil tingkatan *resiliensi* responden yaitu sebanyak 65 orang (92,9%) memiliki *resiliensi* yang tinggi dan 5 (7,1%) responden memiliki *resiliensi* yang sedang.

DISKUSI

Penelitian sebelumnya mengangkat judul penelitian *self-compassion* dan resiliensi remaja dari orang tua bercerai. Yang dimana peneliti terdahulu berfokus pada dua variable dan melibatkan remaja dalam penelitian tersebut. Sedangkan dalam penelitian ini hanya menggunakan satu variable untuk fokus pada pembiasaan mengenai resiliensi dan juga mengambil subyek dewasa awal karna pada masa dewasa awal merupakan fase transisi baik dari fisik, mental, maupun situasi hidup seseorang.

Peneliti dalam penelitian ini memiliki kekurangan dan keterbatasan dalam pengumpulan data responden sesuai dengan karakteristik yang telah ditetapkan oleh peneliti yaitu individu dewasa awal dengan latar belakang orang tua bercerai. Kesulitan dalam mengumpulkan data kuesioner serta meminta kesediaan responden untuk mengisi kuesioner yang telah diberikan.

Individu dewasa awal pada umumnya akan lebih mampu melakukan penerimaan pada kondisi orang tua yang bercerai ketika bisa memahami permasalahan yang terjadi, sehingga individu akan mampu untuk mengelola dan mengarahkan diri pada hal-hal positif ketika dihadapkan pada situasi dan kondisi yang tidak diinginkan. Sebagaimana mana penelitian yang dilakukan oleh Hayati, Junita, & Amalia (2023) menunjukkan bahwa individu merasa lebih kuat dalam menghadapi masalah dengan memahami permasalahan orang tua bercerai serta memiliki cara dalam penyelsainya.

KESIMPULAN

Resiliensi telah menjadi satu konsep yang penting dalam perkembangan dan *resiliensi* pada umumnya dianggap sebagai pembawaan sejak lahir, seakan-akan individu yang memiliki *resiliensi* tinggi bertumbuh dengan memiliki karakter tersebut. Namun dengan berjalannya waktu para ilmuwan semakin melihat bahwa *resiliensi* nyatanya adalah hasil interaksi antara *nature* (pembawaan secara alami) dan *nurture* (hasil didikan dan pembelajaran) dan beberapa menyimpulkan keluarga sebagai sumber yang paling potensial dalam membangun *resiliensi* individu (Karpel dalam Shimbong, 2020).

Sedangkan dewasa awal merupakan tahapan atau fase dimana individu yang telah memasuki usia dewasa awal akan memiliki ciri-ciri yaitu : berorientasi kepada tugas bukan pada diri maupun ego, tujuan-tujuan yang jelas, mengendalikan prasaan, menerima keritikan dan saran, bertanggung jawab pada usaha-usaha pribadi, serta penyesuaian yang realistis terhadap situasi-situasi yang baru. Tugas dewasa awal yaitu : mendapatkan suatu pekerjaan, memiliki seorang teman hidup, menerima tanggung jawab sebagai warga negara dan juga bergabung dalam suatu kelompok sosial.

Peneliti menyadari bahwa banyak kekurangan yang harus diperbaiki dalam penelitian ini dan berikut ini saran dapat peneliti berikan yaitu :

1. bagi subjek penelitian ini dapat memberi informasi bagi subjek mengenai resiliensi dan bahan evaluasi untuk meningkatkan resiliensi pada diri subjek.
2. Bagi penelitian selanjutnya, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan apabila akan melakukan penelitian tentang gambaran resiliensi individu dewasa awal ditinjau dari status perceraian orang tua.

Referensi

Artiningsih, A. R., & Savira, S. I. (2021). Hubungan *loneliness* dan *quarter life crisis* pada dewasa awal. *Jurnal Penelitian Psikologi*.

- Aryati, S. I. & Utami, N. I. (2021). Hubungan antara konsep diri dengan kematangan emosi pada dewasa awal. *Jurnal Spirit*.
- Azwar, S. (2012). *Buku Penyusunan Psikologi edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Detta, B., & Abdullah, S. M. (2017). Dinamika resiliensi remaja dengan keluarga *broken home*. *InSight*.
- Dewi, N. N. A. I & Hugo, F. R. (2021). Gambaran *toxic parents* yang diterima individu dewasa awal.. *Prosiding SINTESA*.
- Hayati & Damayanti, F. A. B. (2020). Sikap kemandirian dewasa awal anak korban perceraian. *JP3SDm*
- Hayati, R., Junita, N., & Amalia, I. (2023). Resiliensi Pada Anak Dengan Latar Belakang Orang Tua Bercerai. *INSIGH T. Jurnal penelitian Psikologi*,
- Hendriani, W. (2018). Ebook: Resiliensi Psikologis Pengantar.
- Herawati, I., & Hidayat, A. (2020). *Quarterlife crisis* pada masa dewasa awal di pekan baru. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*
- Kirana, A. M., & Suparti, V. (2021). *Psychological well-being* dewasa awal yang mengalami riwayat perceraian orang tua di masa remaja. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*.
- Manna, N. S., Doriza, S., & Oktaviani, M. (2021). Cerai gugat: telaah penyebab perceraian pada keluarga di indonesia. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*.
- Mahesti, N. P. R. E., & Rustika, I. M. (2020). Peran Kecerdasan Emosional dan Efikasi Diri terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Universitas Udayana yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Psikologi Udayana 2020*.
- Mustafa, M. R., & Hadiyati, F. N. R. (2019). Hubungan antara *self disclosure* dengan resiliensi pada remaja di panti asuhana darussalam. *Jurnal empati*.
- Nyiagani, P. W., & Kristinawati, W. (2021). Kecerdasaan emosional dengan resiliensi berdasarkan jenis kelamin pada remaja di panti asuhan. *Philanthropy Journal Of psychology*.
- Putri, A. F.(2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangan. *SCHOULID: Indonesia Journal of School Counseling*
- Putri, E. R., & Sofia, L. (2021). Kematangan emosi dan religiusitas terhadap kerharmonisan keluarga pada dewasa awal. *Psikoborneo, Jurnal Ilmiah Psikologi*.
- Putri, T. A., & Khoirunnisa, R. N. (2022). *Resiliensi* pada remaja korban perceraian orang tua. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*,
- Sihombing, S. J., (2020) Resiliensi Anak Korban Perceraian Dalam Menjalin Hubungan Kencan Dusia Dewasa Awal. *JP3SDM*.
- Sonya, S. G., (2021) *Self Compassion* Dan *Resiliensi* Remaja Dari Orang Tua Bercerai.
- Sugiyono, (2019). *Buku Metode Penelitian Kuantitatif* Cetakan 1, Februari 2018.
- Wijaya, R.B.A., & Muslim, A. (2021). Konsep Diri Pada Dewasa Awal Yang mengalami *Maladaptive Daydreaming*. *Jurnal Al-Qalb*.
- Wulandari, D., & Fauziah, N. (2019). Pengalaman Remaja Korban *Broken Home* (Studi Kualitatif Fenomologis). *Jurnal Empati*.