

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Gambaran Obyek Penelitian

#### 1. Deskripsi Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Jungpasir tepatnya di kota Demak. Desa Jungpasir merupakan salah satu desa di kecamatan Wedung kabupaten Demak. Desa ini disebut sebagai “Desa santri” karena selain lokasinya yang strategis juga memiliki sarana dan prasarana yang lengkap, antara lain banyaknya Lembaga Pendidikan dan Pondok Pesantren. Secara geografis, Desa Jungpasir berada di bagian utara Kecamatan Wedung, berbatasan langsung dengan Kabupaten Jepara. Letak perbatasan wilayahnya yaitu:

- Sebelah Utara : Desa Mutih Wetan
- Sebelah Timur : Desa Ujungpandan Kabupaten Jepara
- Sebelah Selatan : Desa Jungsemi
- Sebelah Barat : Desa Bungo dan Desa Mutih Kulon

Desa Jungpasir mempunyai luas 658.960 Ha atau 6,5 Km<sup>2</sup> terdiri atas empat dusun yakni dusun Mbajangan, Kulonan, Wetanan, dan Ngeplik. Dan ada 5 RW (Rukun Warga) dan 16 RT (Rukun Tetangga) di setiap dusun.

Tercatat penduduk di desa Jungpasir mencakup:

- Jumlah Laki-Laki : 2.608
- Jumlah Perempuan : 2.498
- Jumlah KK : 1.439
- Jumlah Penduduk : 5.106
- Kepadatan (Jiwa/Km<sup>2</sup>) : 774

Disebut sebagai desa santri/desa pendidikan dikarenakan desa ini mempunyai lembaga pendidikan dan pondok pesantren yang banyak, diantaranya adalah sebagai berikut:

- Madrasah Ibtidaiyah Negeri 06 Jungpasir (MIN Jungpasir)
- Sekolah Dasar Negeri Jungpasir 01
- Madrasah Tsanawiyah Bandar Alim
- Madrasah Aliyah YPKM Raden Fatah
- Sekolah Menengah Kejuruan IBS Al-Ittihad
- Madrasah Diniyah Miftahul Muftadiin
- Madrasah Diniyah dan Wustho Raden Fatah
- Madrasah al-Wustho al-Ulya Al-Ittihad
- Pondok Pesantren Fatichus Shudur

Pondok Pesantren Miftahul Ulum  
 Pondok Pesantren Al-Ittihad  
 Pondok Pesantren Darul Furqon  
 Pondok Pesantren Roudlotut Tholibin  
 Pondok Pesantren Nurul Anwar

Khusus untuk masyarakatnya, nama Jungpasir mempunyai ciri khas tersendiri. Dalam bahasa Jawa kuno, kata "jungpasir" berarti "ujung pasir". Sehingga dapat menjadi ujung tombak Kecamatan Wedung. Arti nama ini diyakini oleh sebagian orang sebagai salah satu ujung tombak pendidikan di kecamatan Wedung dan pintu terobosan bagi keberhasilan desa lainnya. Hal ini sesuai dengan kebiasaan dan karakter masyarakat Wedung, khususnya desa Jungpasir, yang agama Islamnya sangat kental. Selain itu, Jungpasir berfungsi sebagai penghubung antara desa yang berpotensi di sektor perkebunan dengan desa yang berpotensi di sektor pertanian. Karena itu, Jungpasir menjadi salah satu desa yang kekayaannya berasal dari kedua ladang tersebut.<sup>1</sup>

## 2. Deskripsi Subyek Penelitian

Dalam penelitian ini seluruh data bersumber dari dua Subyek penelitian yang pertama adalah seorang perempuan yang memiliki kriteria remaja akhir dengan usia 21 tahun, bertempat tinggal di Desa Jungpasir Kecamatan Wedung Kabupaten Demak dan berasal dari keluarga yang tidak utuh. Dan yang kedua adalah remaja perempuan dengan usia 18 tahun, bertempat tinggal di Desa Jungpasir Kecamatan Wedung Kabupaten Demak dan sama memiliki keluarga yang tidak utuh.

Berikut ini adalah deskripsi dari 2 subyek sesuai dengan hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan oleh peneliti.

### Identitas Subyek I

Nama	: UH (Nama Inisial)
TTL	: Demak, 08 Juli 2001
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Hobi	: Membuat konten tentang masak
Pekerjaan	: Pedagang

Subyek UH merupakan anak tunggal dari pernikahan orang tuanya. Sejak kecil Subyek UH tinggal bersama Ibunya, sementara Bapaknya menikah lagi dengan perempuan lain dan sekarang

---

<sup>1</sup> <https://desajungpasir.wordpress.com/2017/04/03/profil-desa-jungpasir/> diakses pada tanggal 13 Desember 2022 pukul 19:47 WIB

sudah memiliki keluarga baru. Subyek UH dikenal sebagai sosok yang ramah, suka bercanda, dan ambisius. Dia sempat memiliki usaha sendiri di bidang kuliner yaitu jualan ayam geprek, namun terdapat banyak kendala yang terjadi akhir-akhir ini yang membuatnya harus terpaksa menghentikan usahanya tersebut.

### **Identitas Subyek II**

Nama : LP (Nama Inisial)  
 TTL : Demak, 28 Februari 2005  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Agama : Islam  
 Hobi : Membaca  
 Pekerjaan : Santri

Subyek LP merupakan seorang santriwati dalam salah satu pondok pesantren yang ada di Jungpasir. Untuk saat ini dia masih melanjutkan tahfidz Al-Qur'an di pondok pesantren tersebut. Subyek LP adalah anak terakhir dari dua bersaudara, Subyek LP masih menjalin komunikasi dengan Ibunya meskipun Bapak dan Ibunya sudah berpisah.

## **B. Deskripsi Data Penelitian**

Berikut ini disajikan data penelitian yang diperlukan untuk tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui bentuk resiliensi dari remaja korban *broken home* serta faktor pendukung dan penghambat resiliensi remaja korban *broken home*. Pada penelitian ini peneliti memfokuskan bentuk resiliensi dilihat dari aspek-aspek resiliensinya yaitu aspek regulasi emosi, aspek pengendalian impuls, aspek optimisme, aspek analisis penyebab masalah, aspek empati, aspek efikasi diri, dan aspek *reaching out* (menemukan jalan keluar dari permasalahan). Berikut hasil data penelitian dari dua subyek dalam penelitian ini. Hasil penelitian dari dua subjek disajikan di bawah ini.

### **1. Latar Belakang Tidak Utuhnya Keluarga Subyek**

Sesuai dari hasil wawancara dengan subyek UH dapat diketahui bahwa penyebab dari perpisahan kedua orang tuanya dikarenakan perjudohan dan tidak ada cinta diantara ke dua orang tuanya. Seperti yang diungkapkan oleh UH.

“Yang aku ketahui yang pertama adalah perjudohan karena di dalam pernikahan itu kalau dua-duanya tidak saling mencintai atau sebelah kanan yang mencintai atau sebelah kiri yang mencintai itu keluarga ga akan bertahan lama.”<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> Wawancara dengan Subyek UH pada 31 Juli 2022

Selain itu UH juga menyebutkan penyebab lain perpisahan orang tuanya karena sama-sama tidak saling cinta. Lebih lanjut UH menambahkan bahwa bapaknya sering kawin-cerai.<sup>3</sup> Pernyataan tersebut diperkuat dengan ungkapan dari UH bahwa bapaknya sudah menikah empat kali.

“Sudah menikah empat kali, Yang pertama sama Ibu saya, yang kedua sama orang (nama daerah) itupun dia terang-terangan sama Ibu saya ngomong kayak ‘Aku nikah lagi ya?’ Padahal Ibu saya tau gitu loh kalau Bapak saya sering main cewek, yang saya salutin Ibu saya itu kayak ga pernah ngelabrak, ga pernah nggerebek, kayak ‘Yaudah terserah kalau ga cinta yaudah sampe sini aja’ gitu, terang-terangan minta izin nikah sama orang (nama daerah) dan udah punya anak satu. Terus yang ketiga itu nikah sama orang (nama daerah) tapi itu cuma bertahan beberapa bulan aja. Terus ini yang ke empat sama orang (nama daerah), sekarang juga udah punya anak satu, anaknya SD kelas 2 kayaknya, dan dia punya anak tiri 2 cowok-cowok semua udah pada dewasa.”<sup>4</sup>

Awal mulanya UH memang sudah terbiasa dari kecil tanpa kehadiran sosok Bapak.

“Kalau aku sih emang ga kaget dari dulu soalnya aku udah tau dari kecil ya kalau aku hidup dari kecil tu emang bener-bener tanpa sosok bapak dan tanpa keluarga lengkap, di rumahku ya cuman aku dan ibuku jadi ya biasa aja soalnya udah dari dalam kandungan dia ninggalin aku.”<sup>5</sup>

Berbeda dengan Subyek LP yang awal mula penyebab perpisahan orang tuanya adalah selingkuh. Seperti yang diungkapkan oleh LP.

“Dulu itu ibu selingkuh, awal mulanya ibu pergi ga pulang-pulang, izinnya sama bapak itu katanya pergi ke rumah temennya tapi kok lama ga pulang-pulang. Terus lama kelamaan ketahuan ternyata Ibu itu selingkuh.”<sup>6</sup>

Hasil wawancara dengan Subyek UH dapat dilihat bahwa alasan perpisahan kedua orang tuanya karena perjdodohan dan tidak ada cinta diantara ke dua orang tuanya, selain itu Subyek UH juga menambahkan alasan lain yaitu ayahnya juga doyan kawin. Sedangkan alasan perpisahan kedua orang tua Subyek LP

---

<sup>3</sup> Wawancara dengan Subyek UH pada 31 Juli 2022

<sup>4</sup> Wawancara dengan Subyek UH pada 31 Juli 2022

<sup>5</sup> Wawancara dengan Subyek UH pada 31 Juli 2022

<sup>6</sup> Wawancara dengan Subyek LP pada 31 Oktober 2022

dikarenakan perselingkuhan yang dilakukan Ibunya secara diam-diam.

## 2. Regulasi Emosi

Setiap masing-masing orang dalam meluapkan emosi pastinya mempunyai cara yang tidak sama. Seperti dua subyek dalam penelitian ini. Saat sedang marah ataupun sedih UH lebih memilih untuk menenangkan diri sendiri dengan melampiaskan pada hal yang aman-aman saja, seperti yang diungkapkannya.

“Kalau saya sendiri ketika meluapkan emosi ketika sedang marah saya sering tekanin diri saya sendiri kalau emosi jangan sekali-kali mencari pelampiasan yang salah seperti mensilat (melukai) tangan, minum amer, ngepil. Aku lebih ke yang aman-aman saja paling cuman potong rambut terus nangis habis itu ya paling marah-marah sendiri terus nanti kalau capek ketiduran, udah itu aja.”<sup>7</sup>

Hal itu juga diperkuat dengan hasil observasi bahwa peneliti tidak pernah melihat rambutnya panjang.

UH juga sesekali pernah bercerita kepada temannya mengenai perasaannya, termasuk kepada peneliti. UH mengatakan bahwa dia pernah bercerita dengan orang lain tapi hanya teman terdekatnya saja dan dia cenderung tertutup kepada ibunya.<sup>8</sup>

Hampir sama dengan Subyek UH, Subyek LP ketika sedang marah atau bersedih juga lebih memilih menyendiri, pernah sesekali bercerita kepada temannya namun jarang. Seperti yang diungkapkannya.

“Lebih ke memendam sendiri sih mbak jarang saya cerita ke temen-temen. pendam aja sendiri selagi kuat.”<sup>9</sup>

Dari paparan di atas dapat menunjukkan bahwa subyek UH dan Subyek LP memiliki perbedaan dalam meregulasi emosinya yaitu Subyek UH lebih memilih memendam perasaan atau emosi yang sedang dialaminya dan disertai melampiaskan pada suatu tindakan seperti memotong rambut, nangis dan lain-lain, namun sedikit berbeda dengan Subyek LP yang hanya memendam perasaan dan emosinya saja.

## 3. Pengendalian Impuls

Pengendalian impuls adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan impuls (keinginan), dorongan, atau tekanan yang

---

<sup>7</sup> Wawancara dengan Subyek UH pada 31 Juli 2022

<sup>8</sup> Wawancara dengan Subyek UH pada 31 Juli 2022

<sup>9</sup> Wawancara dengan Subyek LP pada 31 Oktober 2022



mulai muncul dalam diri pribadi.<sup>10</sup> Dua subjek dalam penelitian ini memiliki kemampuan pengendalian impuls yang tidak sama. Subyek UH mengungkapkan bahwa saat dia menginginkan sesuatu dia bisa menahannya kemudian berusaha mewujudkannya dengan cara menabung terlebih dahulu.

“Contohnya aku sering memberi reward ke diri aku sendiri itu setiap sebulan sekali atatau habis gajian itu pokoknya aku nabung lah untuk beli makanan di Go Food dan makanan yang aku beli itu bukan makanan yang biasa.”<sup>11</sup>

Subyek UH termasuk orang yang tidak neko-neko dalam hal apapun, dia orang yang sederhana tidak begitu mementingkan gengsi dan keinginannya pun tidak tentang hal-hal yang mewah.

Berbeda dengan Subyek LP yang tidak dapat menahan keinginannya, ketika memiliki keinginan dia harus mendapatkannya.

“Harus mbak saya pengennya harus keturutan hehe”.<sup>12</sup>

Dari pemaparan diatas Subyek UH menyatakan lebih bisa mengendalikan impuls dalam dirinya, sedangkan Subyek LP belum mampu menendalikan impuls atau keinginan dalam dirinya.

#### 4. Optimisme

Individu disebut seseorang yang resilien apabila memiliki sifat optimis terhadap kemampuan yang ada pada dirinya. Kedua subyek dalam penelitian ini memiliki optimisme dalam hidupnya. Tentunya mereka mempunyai keyaqinan yang kuat untuk mencapai apa yang diimpikannya meskipun selalu ada cobaan yang terjadi dalam mencapai impian tersebut.

Subyek UH memiliki rasa optimis yang cukup besar dalam dirinya. Dia suka dengan hal-hal yang berkaitan dengan memasak dan memiliki impian tentang bisnis dibidang kuliner.

“Impianku dimasa depan yang paling penting aku pengen punya bisnis kuliner yang berkembang pesat, mau itu kedai, mau itu restoran, mau itu warung pokoknya tentang kuliner. Yang aku sedang ikhtiari saat ini adalah mulai pelan-pelan bikin konten dan mengenalkan ke orang-orang siapa diri aku dan aku itu siapa dan konten yang aku buat itu rata-rata tentang masak sih.”<sup>13</sup>

---

<sup>10</sup> Disa Dwi Fajrina, “Resiliensi pada Remaja Putri Yang Mengalami Kehamilan Tidak Diinginkan Akibat Kekerasan Seksual”, *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, Vol. 1, No.1, (2012): 59.

<sup>11</sup> Wawancara dengan Subyek UH pada 31 Juli 2022

<sup>12</sup> Wawancara dengan Subyek LP pada 31 Oktober 2022

<sup>13</sup> Wawancara dengan Subyek UH pada 31 Juli 2022

Akun sosmed Subyek UH pun penuh dengan video konten tentang kuliner entah itu review produk makanan atau sekedar berbagi resep-resep olahan masakan dan video konten tersebut diunggahnya dalam berbagai akun sosmednya setiap hari dengan jenis-jenis produk makanan atau masakan yang berbeda. Hampir setiap hari pasti ada video konten yang diunggahnya. Dia selalu optimis dan berusaha kreatif agar viewers kontennya bisa semakin bertambah.

Subyek LP pun sama memiliki rasa optimisme yang cukup besar seperti yang diungkapkan, dia ingin menjadi guru ngaji untuk suatu saat nanti, dan untuk saat ini dia masih mondok di suatu Pondok Pesantren yang ada di desa Jungpasir.

“Hmm membahagiakan orangtua. Untuk mewujudkannya ya usaha dan do’a selalu mbak, jangan sampai putus asa dan libatkanlah Allah selalu dalam usaha, biar apa yang kita usahakan berkah jadinya. Semua rencana Allah adalah yang terbaik untuk kita, kita hanya perlu berjuang, perihal hasil biar Allah yang menentukan.”<sup>14</sup>

“Pengennya jadi guru ngajar aja sih mbak, kayak ngajar ngaji gitu.”<sup>15</sup>

Pemaparan diatas menunjukkan bahwa kedua subyek sama-sama memiliki sikap optimisme yang cukup besar dalam meraih apa yang diharapkan ataupun diimpikan dalam hidupnya, mereka yaqin dengan menyertakankan do’a dan usaha pasti akan ada jalannya.

## 5. Analisis Penyebab Masalah

Kemampuan untuk secara akurat mengidentifikasi penyebab dari permasalahan yang dihadapi disebut kemampuan untuk menganalisis penyebab masalah.<sup>16</sup> Subyek UH mengidentifikasi penyebab utama perpisahan yang terjadi antara kedua orang tuanya adalah perjudohan.

“Yang aku ketahui yang pertama adalah perjudohan karena didalam pernikahan itu kalau dua-duanya tidak saling mencintai atau sebelah kanan yang mencintai atau sebelah kiri yang mencintai itu keluarga ga akan bertahan lama.”<sup>17</sup>

Kemudian Ibunya juga dipaksa dalam perjudohan tersebut.

---

<sup>14</sup> Wawancara dengan Subyek LP pada 31 Oktober 2022

<sup>15</sup> Wawancara dengan Subyek LP pada 31 Oktober 2022

<sup>16</sup> Anita Dewi Fatmasari, “Hubungan Resiliensi Dengan Stres Kerja Anggota Polisi Polres Sumenep” (Thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2015), 27.

<sup>17</sup> Wawancara dengan Subyek UH pada 31 Juli 2022

“Heem, dari keluarga ibuku, dia merasa kayak ibuku ga laku, terus ya siapa lah siapa yang mau sama ibuku, ya udah dijodohin, laki-lakinya (bapaknya) juga mau-mau aja. Ibu saya kalo ga mau sering diancam, sering diberi tindakan kekerasan kayak digebukin diomongin yang engga-engga, mau gamau ya harus nikah sama itu.”<sup>18</sup>

Selain itu UH juga menambahkan bahwa penyebab lain perpisahan orang tuanya dikarenakan sama-sama tidak saling cinta. Lebih lanjutnya UH menambahkan bahwa bapaknya sering kawin-cerai.<sup>19</sup>

Sementara Subyek LP mengungkapkan bahwa perpisahan yang terjadi antara kedua orangtuanya adalah perselingkuhan yang dilakukan oleh Ibunya.

“Dulu itu ibu selingkuh, awal mulanya ibu pergi ga pulang-pulang, izinnya sama Bapak katanya pergi ke rumah temennya tapi kok lama ga pulang-pulang. Terus lama kelamaan ketahuan ternyata Ibu itu selingkuh.”<sup>20</sup>

LP juga mengungkapkan bahwa sebelumnya hal yang hampir serupa pernah terjadi namun dengan orang yang berbeda.

“Sebelum dari kejadian 2019 itu, dulu pernah kejadian juga waktu saya masih kecil, sepertinya saat saya masih TK kalo ga salah. Namun setelah ketahuan, Ibu udah berhenti dan ga melakukannya lagi, selang beberapa tahun tepatnya 2019 lalu ternyata Ibu melakukan hal yang sama, dan akhirnya Bapak pun memutuskan untuk mentalaknya.”<sup>21</sup>

Pemaparan diatas menggambarkan bahwa Subyek UH mengetahui penyebab utama perpisahan yang terjadi pada kedua orang tuanya adalah perjudohan dan selain itu UH juga mengungkapkan penyebab lain bahwa Bapaknya juga doyan kawin. Sedangkan Subyek LP mengungkapkan perpisahan yang terjadi antara kedua orang tuanya adalah perselingkuhan yang dilakukan oleh Ibunya.

## 6. Empati

Empati ialah kemampuan seseorang untuk membaca tanda-tanda sinyal psikologis atau emosional dari orang lain. Seseorang yang resilien mampu membaca kondisi psikologis orang-orang di sekitar mereka. Subyek UH mengungkapkan bahwa dia tergolong seseorang yang perhatian terhadap sesama, menurutnya gerak-

---

<sup>18</sup> Wawancara dengan Subyek UH pada 31 Juli 2022

<sup>19</sup> Wawancara dengan Subyek UH pada 31 Juli 2022

<sup>20</sup> Wawancara dengan Subyek LP pada 31 Oktober 2022

<sup>21</sup> Wawancara dengan Subyek LP pada 31 Oktober 2022



gerak seseorang lah yang menjadi titik acuan keadaan seseorang tersebut.

“Hmm terutama dari raut wajahnya atau dari gerak geriknya kan biasanya terlihat dia itu seseorang yang ceria, banyak omong dan banyak bercanda, tiba-tiba dia diam dan murung pasti itu dia lagi ada masalah dan hidupnya sedang tidak baik-baik saja. Dari raut wajah sih dan dari sikap itu bener-bener bisa nebak banget kalau dia lagi kenapa-napa.”<sup>22</sup>

Sikap empati Subyek UH yang ditunjukkan ketika orang terdekat mengalami permasalahan adalah dia bersedia menjadi pendengar yang baik, karena seseorang yang sedang ada masalah hanya ingin ditemani dan didengarkan agar sedikit lega.

“Ya saya cuma pengen jadi pendengar yang baik atau menadahkan pundak untuk bersandar dia, kayaknya itu udah cukup karena kalau orang lagi ada masalah atau punya banyak masalah dia itu ga pengen dibeliin apa-apa, ga pengen apa-apa cuma pengen kamu ada dan dengerin aja udah gausah kamu salahin ini dan itu, yang penting kamu jadi pendengar yang baik buat dia.”<sup>23</sup>

Hampir sama dengan subyek UH, Subyek LP pun termasuk orang yang perhatian terhadap sesama, dia mengungkapkan bahwa ekspresi seseorang yang tidak seperti biasanya bisa menggambarkan keadaan seseorang.

“Mungkin dari ekspresi atau perlakuan yang tidak seperti biasanya ya, kemudian kita bisa menemani atau sekedar bertanya kenapa gitu agar tau keadaan sebenarnya.”<sup>24</sup>

Subyek LP menunjukkan sikap empatinya dengan memberi solusi ataupun jika tidak bisa memberi solusi dia hanya mendengarkan ceritanya saja.

“Kalo bisa ya memberi solusi agar masalahnya cepat selesai, tapi kalo tidak bisa memberi solusi sih lebih baik cukup mendengarkan ceritanya saja ketika orang tersebut sedang bercerita kepada kita, udah gitu aja sih.”<sup>25</sup>

Dapat dilihat dari pemaparan diatas bahwa Subyek UH dan Subyek LP memiliki rasa empati yang cukup baik, dengan melihat gerak-gerik dan ekspresi yang tidak seperti biasanya bisa menggambarkan keadaan seseorang. Mereka menunjukkan sikap empatinya dengan bersedia menjadi pendengar cerita.

---

<sup>22</sup> Wawancara dengan Subyek UH pada 31 Juli 2022

<sup>23</sup> Wawancara dengan Subyek UH pada 31 Juli 2022

<sup>24</sup> Wawancara dengan Subyek LP pada 31 Oktober 2022

<sup>25</sup> Wawancara dengan Subyek LP pada 31 Oktober 2022

## 7. Efikasi Diri

Rasa percaya diri seseorang untuk yakin terhadap kemampuannya untuk mengatasi permasalahan dalam meraih kesuksesan dikenal sebagai efikasi diri.<sup>26</sup>

Subyek UH dalam mengatasi masalah lebih mengandalkan diri sendiri dia mengungkapkan bahwa semakin dewasa yang bisa diandalkan hanya diri sendiri.

“Keyakinanku ya aku percaya kalau semakin dewasa yang aku punya temen aku, sahabat aku itu ya diri aku sendiri gitu, kadang semua dunia itu lagi ga akrab sama kita kadang yang kita bener-bener percaya dan kita andalkan ya aku punya ibu aku cuman kadang ibu aku sering bikin aku sedih kadang aku juga berfikir pasanganku yang bisa aku andalin kayak bisa menjadi pendengar yang baik bisa menghibur aku saat sedih tapi semakin dewasa ya semakin diajarkan apa yang kamu punya ya diri kamu sendiri, kamu sedih selesain sendiri, kamu pengen apa-apa ya wujudkan sendiri, kamu pengen pergi ya gausah ngerepotin orang lain selagi kamu bisa lakukan semua sendiri.”<sup>27</sup>

Sedangkan keyakinan Subyek UH untuk meraih impiannya adalah tertanamnya keyakinan yang kuat dalam dirinya dan yang terpenting sudah mencoba serta menikmati prosesnya terlebih dahulu.

“Yang pasti harus yakin kenapa sering ragu pada diri sendiri, pokoknya sering banget ngeyakinin diri sendiri, ngesupport diri sendiri kalau kamu pasti bisa, sepuluh itu ga harus lima tambah lima, sepuluh itu bisa lima tambah dua tambah tiga jadi itu yang penting nikmatin proses aja dan yaqin kalau suatu hari nanti kamu bakal bisa, toh kalau kerja kerasmu selama ini belum ada hasil yang penting kamu itu udah mencoba.”<sup>28</sup>

Sementara itu Subyek LP dalam menyelesaikan masalahnya dengan menyakinkan diri bahwa manusia tidak akan diuji diluar batas kemampuan manusia itu sendiri.

---

<sup>26</sup> Anita Dewi Fatmasari, “Hubungan Resiliensi Dengan Stres Kerja Anggota Polisi Polres Sumenep” (Thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2015), 24.

<sup>27</sup> Wawancara dengan Subyek UH pada 31 Juli 2022

<sup>28</sup> Wawancara dengan Subyek UH pada 31 Juli 2022

“Ya yakin aja gitu mbak kalo semua bisa dihadapi karena kan Allah tidak akan menguji hamba-Nya diluar batas kemampuan. Yakin saja semuanya akan baik-baik saja.”<sup>29</sup>

Sedangkan keyakinan Subyek LP untuk meraih impian adalah rasa percaya dalam dirinya yang selalu yaqin dengan takdir Allah yang terbaik.

“Sangat yakin suatu saat pasti akan tercapai, entah cepat atau lambat nantinya pasti akan tercapai. Yang terpenting usaha dan do’a yang tiada henti, walaupun tidak tercapai juga pastinya Allah memberi jalan yang lain yang terbaik, karena jika menurut kita baik juga belum tentu baik menurut Allah, adakalanya yang diberikan Allah adalah pilihan terbaik meskipun tidak sesuai yang kita harapkan.”<sup>30</sup>

Pemaparan diatas memberikan kesimpulan bahwa Subyek UH dalam menyelesaikan masalahnya dia lebih mengandalkan diri sendiri, dan keyakinan Subyek UH untuk meraih impiannya adalah tertanamnya keyakinan yang kuat dalam dirinya dan yang terpenting sudah mencoba serta menikmati prosesnya terlebih dahulu. Sedangkan Subyek LP dalam menyelesaikan masalahnya dengan menyakinkan diri bahwa manusia tidak akan diuji diluar batas kemampuan manusia itu sendiri, dan keyakinan Subyek LP untuk meraih impian adalah rasa percaya dalam dirinya yang selalu yaqin dengan takdir Allah yang terbaik.

## 8. *Reaching Out* (Menemukan Jalan Keluar)

*Reaching Out* adalah kemampuan seseorang untuk mencari jalan keluar dari masalah demi meraih keberhasilan. Orang yang resilien mampu melakukan tiga hal secara baik yaitu memahami diri sendiri dengan baik, mampu menemukan makna dan tujuan hidup, serta mampu menganalisis risiko suatu masalah.<sup>31</sup>

Perpisahan yang terjadi antara kedua orang tua Subyek UH memberi makna dan pelajaran dalam hidupnya bahwa dia merasa trauma dan menjadi lebih selektif untuk memilih lelaki yang dijadikan pasangan hidup.

“Makna yang aku ambil itu banyak banget, karena aku bener-bener mengalami trauma yang luar biasa terutama tentang ga diharganya seorang wanita pokoknya tuh trauma kayak diselingkuhin, dikasarin, intinya selektif lah untuk memilih lelaki karena tuh kalau udah cerai yang kasihan itu bukan

---

<sup>29</sup> Wawancara dengan Subyek LP pada 31 Oktober 2022

<sup>30</sup> Wawancara dengan Subyek LP pada 31 Oktober 2022

<sup>31</sup> Reivich, K., & Shatte, A. *The resilience factor : 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacle*. (New York : Random House Inc, 2002), 28.

cuman diri kita, anak juga kasihan, nganggapnya itu dikira kita kok ga ada bapaknya, dikira anak haram atau anak apa gitu dan itu dihati rasanya sakit, terus psikis anak itu terserang sejak dini jadi dia itu ngerasa minder sama temannya.”<sup>32</sup>

Subyek UH juga memaparkan bahwa dunia itu adalah jembatan hidup menuju akhirat, jadi dia memiliki tujuan hidup enak mati enak.

“Namanya dunia adalah jembatan buat aku, kita itu ga bakal kayak ‘dunia itu ga dibawa mati loh ya’ itu salah besar sih kita kan ujungnya diakhirat, masak iya kita tiba-tiba diakhirat terus ga bawa bekal gitu loh yang ada dunia itu kita manfaatkan sebaik-baiknya, mau ngejar karir, mau ngejar apa-apa pokoknya uang itu perlu kaya itu perlu harus pokoknya, walaupun kita ga kaya setidaknya kita itu cukup menafkahi diri sendiri pokoknya untuk mencukupi diri kita sendiri itu setidaknya cukup. Ya kalau kita mau jembatan akhiratnya kan kita kaya butuh uang sedekah juga butuh uang, ngasih-ngasih orang juga butuh uang, pokoknya dunia itu bener-bener jembatan sih menurutku tuh ayo kita cari bekal sebanyak-banyaknya buat dunia dan akhirat. Tujuanku sih cuman hidup enak mati enak, walaupun nanti kita tidak ditakdirkan menjadi orang yang kaya setidaknya tuh cukup, Tuhan itu ga bakal ngebiarin hambanya yang berusaha, pasti itu Dia kasih.”<sup>33</sup>

Semenara pada Subyek LP perpisahan yang terjadi antara kedua orang tuanya memberi makna dalam hidup agar harus lebih semangat lagi untuk menjalani hidup.

“Harus lebih semangat menjalani hidup karena sebuah luka tidak selamanya dijadikan sebagai alasan untuk bersedih atau merenung, ada kalanya sebuah luka itu kita jadikan batu loncatan agar lebih semangat lagi untuk bangkit dari luka tersebut.”<sup>34</sup>

Subyek LP memiliki tujuan hidup untuk membahagiakan orang tuanya.

“Yang paling utama ya tetap membahagiakan orang tua mbak.”<sup>35</sup>

Hasil wawancara dengan kedua Subyek dapat dilihat bahwa mereka memiliki *reaching out* (menemukan jalan keluar dari permasalahan) yang baik. Mereka mempunyai tujuan dalam

---

<sup>32</sup> Wawancara dengan Subyek UH pada 31 Juli 2022

<sup>33</sup> Wawancara dengan Subyek UH pada 31 Juli 2022

<sup>34</sup> Wawancara dengan Subyek LP pada 31 Oktober 2022

<sup>35</sup> Wawancara dengan Subyek LP pada 31 Oktober 2022

kehidupannya dan dapat mengambil arti serta pelajaran tersendiri atas perpisahan yang terjadi antara orang tuanya.

## C. Analisis Data Penelitian

### 1. Bentuk-Bentuk Resiliensi

#### a. Latar Belakang Tidak Utuhnya Keluarga Subyek

Hasil dari wawancara yang telah dilakukan dengan Subyek UH dan Subyek LP dapat disimpulkan bahwa alasan penyebab perpisahan orang tua mereka berbeda. Orang tua UH berpisah karena perjdodohan dan tidak ada cinta diantara keduanya, selain itu ayah Risma juga doyan kawin dan sampai saat ini terhitung sudah menikah empat kali.

Perpisahan orang tua UH karena perjdodohan dan tidak ada cinta tersebut sesuai dengan pendapat Dr. Sudirman, M.A. yang tertera di dalam bukunya yang berjudul *Pisah Demi Sakinah* tentang faktor penyebab perceraian diantaranya adalah.

- 1) Ketidakharmonisan dalam rumah tangga.
- 2) Krisis moral dan akhlak.
- 3) Perzinaan.
- 4) Pernikahan tanpa adanya cinta.
- 5) Adanya permasalahan dalam pernikahan.<sup>36</sup>

Sedangkan perpisahan orang tua UH karena bapaknya doyan kawin tersebut sesuai dengan pendapat dari Nasarudin Latif yang tertera dalam bukunya yang memiliki judul *Ilmu Perkawinan* tentang faktor-faktor penyebab dari *broken home* diantaranya.

- 1) Tekanan pekerjaan ayah atau ibu atau ibu dan masalah perekonomian memberikan tekanan psikologis yang signifikan pada mereka.
- 2) Tindakan dan interpretasi perilaku marah dan lainnya.
- 3) Rasa curiga dari salah satu pasangan melakukan perselingkuhan.
- 4) Salah satu sikap orang tua yang egois dan kurang demokratis.
- 5) Poligami.<sup>37</sup>

Sementara orang tua LP berpisah karena perselingkuhan yang dilakukan oleh Ibunya. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Agoes Dariyo pada bukunya yang berjudul *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda* bahwa jika salah satu pasangan

<sup>36</sup> Sudirman, *Pisah Demi Sakinah*, (Jember: Pustaka Radja, 2017), 18-19.

<sup>37</sup> Nasarudin Latif, *Ilmu Perkawinan*, (Bandung: Pustaka Hidayah, 2001), 70-85.



dari suami atau istri melakukan perselingkuhan dapat menjadi suatu penyebab perceraian, begitu juga dengan faktor ekonomi. Kehadiran orang ketiga juga dapat mengganggu sebuah pernikahan. Jika keduanya tidak disepakati untuk menyelesaikan dan saling memaafkan, maka keputusan yang diambil pasangan untuk melanjutkan hubungannya biasanya adalah perceraian.<sup>38</sup>

Banyak kasus *Broken Home* yang terjadi dalam rumah tangga seseorang disebabkan faktor-faktor di atas. Terjadinya hal-hal tersebut diantara suami dan istri yang ada di dalam rumah tangga mengakibatkan perpisahan bahkan perceraian menjadi pilihan yang terbaik bagi mereka, namun bukan pilihan yang baik bagi anak-anak.

#### **b. Regulasi Emosi**

Regulasi emosi merupakan kemampuan untuk mempertahankan ketenangan dalam situasi yang menekan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang yang tidak mampu mengontrol emosinya lebih sulit membentuk dan mempertahankan hubungan dengan orang lain. Emosi yang dirasakan oleh seseorang cenderung berdampak pada orang lain.<sup>39</sup>

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap kedua Subyek menunjukkan bahwa Subyek UH lebih memilih memendam perasaan atau emosi yang sedang dialaminya disertai melampiaskan emosinya pada suatu tindakan seperti memotong rambut, nangis dan lain-lain. Hal ini seperti yang dinyatakan dari Thompson bahwa regulasi emosi dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mengatur dan mengubah reaksi-reaksi emosional untuk berperilaku tertentu berdasarkan kondisi yang sedang terjadi.<sup>40</sup>

Sedangkan Subyek LP hanya memendam perasaan atau emosi yang sedang dialaminya tanpa melampiaskan pada tindakan. Hal tersebut senada dengan pendapat Reivich dan Shatee bahwa seorang individu yang mampu mengungkapkan emosi dengan tepat maka individu tersebut dapat dikatakan individu yang resilien. Subyek UH dan Subyek LP mampu

---

<sup>38</sup> Agoes Dariyo, *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*, (Jakarta: PT.Grasindo, 2003), 66.

<sup>39</sup> Revich, K., & Shatte, A.. *The resilience factor: seven essential skill for overcoming life's inevitable obstacle*. (New York: Random House: 2002), 36.

<sup>40</sup> Rusmala Dewi, dkk., "Regulasi Emosi Pada Mahasiswa Selama Proses Pembelajaran Daring di Program Studi PG-PAUD FKIP UPR," *Jurnal Pendidikan Dan Psikologi Pintar Harati*, Vol 16, no. 2 (2002):35.

mengekspresikan emosinya secara tepat berarti mereka tergolong individu yang resilien.

### c. Pengendalian Impuls

Pengendalian impuls merupakan kemampuan untuk mengendalikan/mengontrol impuls (keinginan), dorongan, kesenangan serta tekanan yang muncul dari dalam diri individu.<sup>41</sup> Seseorang yang tidak dapat mengendalikan impulsnya maka dia akan mudah dan cepat mengalami perubahan emosi yang pada akhirnya mengendalikan perilaku dan pikirannya. Orang akan bertindak impulsif, di luar kendali, agresif, dan mudah tersinggung. Secara alami, cara dia bertindak akan membuat orang-orang di sekitarnya menjadi tidak nyaman, yang akan merusak hubungannya dengan orang lain.<sup>42</sup>

Menurut Henderson dan Milstein terdapat 12 karakteristik individu yang resilien salah satunya yaitu menggunakan keterampilan-keterampilan hidup meliputi keterampilan mengambil keputusan dengan baik, tegas, keterampilan mengendalikan implus-implus dan *problem solving*.<sup>43</sup>

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Subyek UH lebih bisa mengendalikan impuls dalam dirinya, Subyek UH dapat mengendalikan keinginan dalam dirinya seperti ketika ingin membeli sesuatu namun uangnya masih belum cukup dia bisa mengontrol dirinya untuk tidak harus beli sekarang. Hal tersebut berarti Subyek UH tergolong individu yang resilien karena memiliki salah satu karakteristik individu yang resilien yaitu dapat mengendalikan impuls.

Sedangkan Subyek LP belum mampu mengendalikan impuls atau keinginan yang muncul dari dalam dirinya, Subyek LP tidak dapat menahan keinginannya, ketika memiliki keinginan dia harus mendapatkannya dan cenderung keinginannya harus didapatkan dalam waktu yang cepat.

Pemaparan tersebut memberi kesimpulan bahwa Subyek UH dapat dikatakan individu yang resilien karena memiliki

---

<sup>41</sup> Disa Dwi Fajrina, "Resiliensi pada Remaja Putri Yang Mengalami Kehamilan Tidak

Diinginkan Akibat Kekerasan Seksual", *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, Vol. 1, No.1, (2012): 59.

<sup>42</sup> Tirza Kalesaran, "Gambaran Resiliensi Remaja Putri Pasca Kematian Ibu" (Skripsi, Universitas Pembangunan Jaya Jakarta, 2016), 11.

<sup>43</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung: PT REMAJA ROSDAKARYA, 2009), 203.

salah satu karakteristik resiliensi yaitu aspek pengendalian impuls yang membuatnya tidak bertindak agresif saat menginginkan sesuatu dan dapat mengendalikan impulsnya dengan baik. Sedangkan Subyek LP masih belum bisa mengendalikan impulsnya yang ada dalam dirinya.

#### **d. Optimisme**

Individu yang bersikap optimis yaitu mereka yang disebut individu resilien. Mereka berpendapat bahwa hal-hal dapat membaik. Individu yang optimis mempunyai harapan atau impian untuk masa depan dan percaya bahwa mereka mampu mengarahkan kehidupan mereka. Individu yang optimis memiliki kesehatan fisik yang lebih baik dan lebih produktif di tempat kerja. Ratusan studi terkontrol dengan baik menunjukkan fakta ini.<sup>44</sup>

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa kedua Subyek sama-sama memiliki sikap optimisme, Subyek UH memiliki sikap optimisme yang cukup besar dalam dirinya dan dia memiliki impian tentang bisnis dibidang kuliner.

Sedangkan Subyek LP ingin menjadi guru ngaji suatu saat nanti, dalam meraih apa yang diharapkan ataupun diimpikan dalam hidupnya, dia yaqin dengan menyertakankan do'a dan usaha pasti akan ada jalannya.

Hal di atas sejalan dengan pernyataan Grotberg bahwa kepercayaan, harapan dan optimis adalah hal yang penting dan sangat diperlukan dalam mengembangkan resiliensi. Hal tersebut berarti ketika subjek dapat optimis dalam melewati hidup maka subjek mampu untuk mengembangkan resiliensi dalam dirinya dan subjek mampu menghadapi permasalahan yang dialaminya.<sup>45</sup>

Dengan sikap optimisme yang cukup besar dalam meraih mimpi serta mempunyai keyakinan dan harapan bahwa semuanya dapat berubah menjadi lebih baik menunjukkan bahwa Subyek UH dan Subyek LP tergolong individu yang resilien.

#### **e. Analisis Penyebab Masalah**

Merupakan kemampuan seseorang untuk secara tepat menentukan penyebab masalah dan menyimpulkan solusi untuk

---

<sup>44</sup> Anita Dewi Fatmasari, "Hubungan Resiliensi Dengan Stres Kerja Anggota Polisi Polres Sumenep" (Thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2015), 16.

<sup>45</sup> Gortberg, *Tapping Your Inner Streght*, (Canada: New Harbinger Publications, Inc, 1999), 128.

masalah tersebut dari pengalaman mereka sendiri. Individu akan mengulangi kesalahan jika dia tidak dapat mengidentifikasi masalah secara akurat.<sup>46</sup>

Yudri Jahja menjelaskan bahwa salah satu tujuan perkembangan remaja ialah pergeseran dari preferensi prinsip-prinsip umum menjadi kebutuhan teori dan penjelasan faktual. Dari hal tersebut artinya remaja diharapkan dapat menganalisis penyebab masalah mereka dengan menerima penjelasan tentang teori dan fakta peristiwa tersebut.<sup>47</sup>

Subyek UH dan Subyek LP memiliki kemampuan untuk menganalisis penyebab masalah. Penelitian menunjukkan bahwa Subyek UH mengetahui penyebab utama perpisahan yang terjadi antara kedua orang tuanya adalah perjudohan dan selain itu UH juga mengungkapkan penyebab lain bahwa Bapaknya juga suka kawin cerai. Sedangkan Subyek LP mengungkapkan perpisahan yang terjadi antara kedua orang tuanya dikarenakan ibunya memiliki hubungan baru dengan laki-laki lain.

Dari pemaparan diatas dapat dilihat bahwa Subyek UH dan Subyek LP mampu mengetahui dan menganalisis penyebab masalah dari perpisahan yang terjadi pada orang tua mereka. Hal ini artinya kedua Subjek telah mampu memenuhi salah satu tujuan dari tugas perkembangan sebagai seorang remaja. Salah satu faktor resiliensi yang diungkapkan oleh Grotberg yaitu faktor *i can*, yang salah satunya merupakan kemampuan individu untuk mengevaluasi masalah yang timbul dalam hidupnya, memahami penyebabnya, dan mengerti tindakan apa saja yang harus dikerjakan untuk mengatasi masalah-masalahnya.<sup>48</sup>

Mereka dapat mengetahui penyebab utama perpisahan yang terjadi pada orang tuanya. Hal tersebut merupakan bukti bahwa mereka memiliki kemampuan resilien yaitu dapat mengidentifikasi penyebab dari suatu permasalahan yang terjadi dalam hidupnya.

---

<sup>46</sup> Anita Dewi Fatmasari, "Hubungan Resiliensi Dengan Stres Kerja Anggota Polisi Polres Sumenep" (Thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2015), 27.

<sup>47</sup> Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: KENCANA PRENADA MEDIA GROUP, 2011), 239.

<sup>48</sup> Grotberg, *A Guide to Promoting Resilience in Children: Strengthening The Human Spirit*. (The Netherlands: The Bernard van Leer Foundation, 1995), 17

## f. Empati

Empati adalah seseorang yang berpartisipasi dalam merasakan dan memikirkan kepribadian orang lain untuk mengidentifikasi diri dengan mereka. Pemahaman, pengaruh, dan hubungan interpersonal penting lainnya akan terjadi selama proses empati yang mendalam.<sup>49</sup>

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Subyek UH dan Subyek LP memiliki rasa empati yang cukup baik, Subyek UH mampu membaca tanda-tanda orang di sekitarnya dengan melihat gerak-gerik, raut wajah dan sikap yang diperlihatkan seseorang dapat menggambarkan keadaan seseorang tersebut, dia menunjukkan sikap empatinya dengan bersedia menjadi pendengar yang baik tanpa menyalahkan atau pun menghakimi.

Hal tersebut sejalan dengan yang diungkapkan Reivich and Shatte bahwa empati merupakan kemampuan seseorang untuk membaca tanda-tanda sinyal psikologis atau emosional dari orang lain. Empati menunjukkan seberapa baik individu mengerti kondisi psikologis dan kebutuhan emosional dari orang lain.<sup>50</sup>

Subyek LP juga mampu membaca tanda-tanda orang di sekitarnya dengan melihat ekspresi atau pun perlakuan seseorang dapat menggambarkan keadaan seseorang tersebut, dia menunjukkan sikap empatinya dengan membantu memberikan solusi jika ada yang curhat kepadanya. Seperti pernyataan dari Grotberg bahwa individu yang resilien dapat merasakan hal yang tidak nyaman dan derita yang dialami oleh orang lain serta ingin melakukan sesuatu untuk menolong atau memberi sebuah rasa agar nyaman pada seseorang tersebut.<sup>51</sup>

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Subyek UH dan Subyek LP memiliki sikap empati. Mereka berusaha menolong orang lain ketika orang tersebut membutuhkan pertolongan dari mereka. Hal tersebut senada dengan pernyataan dari Geef yang menyatakan bahwa perilaku yang ditampilkan oleh orang yang

---

<sup>49</sup> Gede Sedayanasa, *Pengembangan Pribadi Konselor*, ( Yogyakarta: Graha Ilmu, 2014), 9.

<sup>50</sup> Reivich, K., & Shatte, A.. *The resilience factor: seven essential skill for overcoming life's inevitable obstacle*. (New York: Random House: 2002), 44.

<sup>51</sup> Eka Asriandari, "Resiliensi Remaja Korban Perceraian Orang Tua" (Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta, 2015), 83-84.



resilien adalah menunjukkan sikap empatinya kepada orang lain.<sup>52</sup>

#### g. Efikasi Diri

Rasa percaya diri seseorang untuk yakin terhadap kemampuannya untuk mengatasi permasalahan dalam meraih kesuksesan dikenal sebagai efikasi diri. Bandura mengungkapkan bahwa efikasi diri sebagai kemampuan untuk menata dan melaksanakan suatu tindakan yang bertujuan untuk mencapai keberhasilan yang diinginkan.<sup>53</sup>

Hasil penelitian memberikan keterangan bahwa Subyek UH dalam menyelesaikan masalahnya dia lebih mengandalkan diri sendiri, dan keyakinan Subyek UH untuk meraih impiannya adalah tertanamnya keyakinan yang kuat dalam dirinya dan yang terpenting sudah mencoba serta menikmati prosesnya terlebih dahulu.

Hal tersebut sejalan dengan apa yang dikatakan Grotberg tentang salah satu karakteristik individu yang resilien itu berasal dari dalam dirinya sendiri. Karakteristik itu berbentuk kemampuan seseorang untuk mengakui kepentingannya dan bangga dengan apa yang telah dia lakukan dan apa yang dicapai. Seseorang yang ditimpa permasalahan dalam kehidupannya akan bertahan dan mengatasinya dengan rasa percaya diri dan harga diri yang dimilikinya.<sup>54</sup>

Sedangkan Subyek LP dalam menyelesaikan masalahnya dia berusaha menyakinkan diri sendiri bahwa manusia tidak akan diuji diluar batas kemampuan manusia itu sendiri, dan keyakinan Subyek LP untuk meraih impian adalah rasa percaya dalam dirinya yang selalu yaqin dengan takdir Allah yang terbaik.

Sesuai Firman Allah dalam Al-Qur'an yang memiliki arti "Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya." Ayat tersebut dapat dipahami bahwa kemampuan setiap individu tidak sama dalam menghadapi ujian

---

<sup>52</sup> Anita Dewi Fatmasari, "Hubungan Resiliensi Dengan Stres Kerja Anggota Polisi Polres Sumenep" (Thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2015), 27.

<sup>53</sup> Anita Dewi Fatmasari, "Hubungan Resiliensi Dengan Stres Kerja Anggota Polisi Polres Sumenep", (Thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2015), 24.

<sup>54</sup> Intan Mutiara Mir'atannisa, "Resiliensi Mahasiswa Tunanetra (Studi Kasus Terhadap Mahasiswa Tunanetra Tidak Dari Lahir Di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta)" (Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta, 2017), 17-18.

dari Allah, sehingga kita sebagai orang yang beriman tetap harus berusaha dan senantiasa berserah diri kepada Allah.<sup>55</sup>

Selain itu juga berarti Subjek UH dan Subyek LP sudah mampu memenuhi tugas perkembangan sebagai remaja sesuai yang dikatakan William Kay dalam buku Yudrik Jahja tentang tugas-tugas perkembangan remaja salah satunya yaitu menerima diri sendiri dan mempunyai kepercayaan diri dengan kemampuan diri sendiri.<sup>56</sup>

Dengan memiliki keyakinan serta kemampuan diri untuk mengatasi permasalahan yang dialami mereka, menunjukkan bahwa mereka berkarakteristik individu resilien.

#### **h. *Reaching Out* (Menemukan Jalan Keluar)**

Kemampuan individu untuk sukses disebut sebagai tingkat pencapaian mereka. Karena permasalahan dipandang sebagai tantangan bukan ancaman, maka hal ini berkaitan dengan keberanian seseorang untuk berusaha menyelesaikannya. Kemampuan individu untuk meningkatkan aspek-aspek positif dalam hidup yang termasuk juga keberanian individu untuk menaklukan semua kecemasan yang mengancam hidup. Individu yang resilien mampu melakukan tiga hal secara baik yaitu memahami diri sendiri dengan baik, menganalisis risiko suatu masalah dan menemukan makna serta tujuan dalam kehidupan.<sup>57</sup>

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa Subyek UH memiliki *reaching out* (menemukan jalan keluar dari permasalahan), dia mampu melakukan tiga hal tersebut dengan baik. Dia mempunyai tujuan hidup untuk menyeimbangkan urusan dunia dan akhiratnya dan dia dapat mengambil makna tersendiri atas perpisahan yang terjadi pada orang tuanya sebagai pelajaran hidup agar lebih selektif untuk memilih pasangan hidup.

Tidak jauh berbeda dari Subyek UH, Subyek LP juga memiliki *reaching out*. Subyek LP mempunyai tujuan hidup untuk membahagiakan orang tuanya meskipun keadaan sudah tidak utuh lagi, dan dia dapat mengambil makna dalam

---

<sup>55</sup> <https://www.dream.co.id/stories/kandungan-surat-al-baqarah-286-allah-tidak-membebani-diluar-batas-kemampuan-210204a.html> diakses pada tanggal 20 Januari 2023 pukul 22:18 WIB

<sup>56</sup> Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: KENCANA PRENADA MEDIA GROUP, 2011), 238.

<sup>57</sup> Reivich, K., & Shatte, A. *The resilience faktor : 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacle*. (New York : Random House Inc, 2002), 28.

hidupnya atas perpisahan yang terjadi pada orang tuanya agar lebih dekat lagi dengan keluarga dan harus lebih semangat lagi dalam menjalani hidup.

Sejalan dengan yang pernyataan dari Stanley Hall bahwa remaja mendapatkan sifat-sifat tertentu sebagai hasil dari pengalaman hidup yang telah dialaminya. Remaja dapat menjadikan pengalaman ini sebagai sifat positif yang mampu membantu mereka untuk memperbaiki diri jika mereka berkembang dengan baik.<sup>58</sup>

Hasil dari uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa kedua Subyek yaitu Subyek UH dan Subyek LP secara umum sudah memiliki kemampuan *reaching out* yang cukup baik.

## 2. Resiliensi Remaja Korban *Broken Home*

### a. Resiliensi Remaja Korban *Broken Home* pada Subyek UH

Hasil dari analisis data didapatkan bahwa Subyek UH memiliki aspek-aspek resiliensi yang meliputi kemampuan regulasi emosi dengan mengekspresikan emosi yang dirasakannya dengan diam memendam perasaan emosinya disertai melampiaskan emosinya pada suatu tindakan yang sudah pada umumnya seperti menangis ataupun memotong rambut. Aspek resiliensi selanjutnya berupa pengendalian impuls, dengan dapat mengendalikan keinginan yang muncul dari dalam diri Subyek UH dapat mengontrol dirinya untuk tidak mendapatkan apa yang diinginkan sekarang. Kemudian Subyek UH memiliki aspek resiliensi berbentuk aspek optimisme yang terlihat dari rasa percaya dirinya yang cukup besar dalam meraih apa yang diharapkan atau diimpikan dalam hidupnya dan kini mulai berusaha untuk meraih mimpinya tersebut. Kemampuan Subyek UH dalam mengidentifikasi suatu masalah sesuai aspek resiliensi berupa analisis penyebab masalah adalah dengan mengetahui penyebab dari perpisahan yang dialami oleh kedua orang tuanya. Subyek UH memiliki empati dengan membaca tanda-tanda sikap dan ekspresi keadaan seseorang serta bersedia menjadi pendengar cerita yang baik. Selanjutnya aspek efikasi diri dengan kemampuan Subyek UH untuk memecahkan masalah dengan cara mengandalkan diri sendiri dan disertai keyakinannya yang tertanam dalam diri agar selalu berpikir positif. Selain itu semua, Subyek UH

---

<sup>58</sup> Eka Asriandari, “Resiliensi Remaja Korban Perceraian Orang Tua”, (Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta, 2015), 85.

mampu mengambil makna dan pelajaran dalam hidup dari perpisahan yang terjadi antara kedua orang tuanya dan dia memiliki tujuan hidup meskipun keadaan keluarganya sudah tidak utuh lagi.

**b. Resiliensi Remaja Korban *Broken Home* pada Subyek LP**

Resiliensi pada Subyek LP terbentuk dalam aspek-aspek resiliensi berupa regulasi emosi dengan lebih memilih memendam perasaan atau emosi tanpa melampiaskan pada tindakan. Kemudian dalam aspek pengendalian impuls, Subyek LP belum mampu mengendalikan keinginan dalam dirinya, dia belum bisa mengontrol dan cenderung keinginannya harus didapatkan dengan waktu yang cepat. Subyek LP memiliki keinginan untuk menjadi guru ngaji dan dia merasa optimis dengan keinginannya tersebut menunjukkan bahwa Subyek LP memiliki aspek resiliensi berupa aspek optimisme. Kemampuan untuk menganalisis penyebab masalah juga dimiliki oleh Subyek LP, kenyataannya dia mengetahui penyebab perpisahan yang terjadi diantara orang tuanya. Selanjutnya aspek empati, Subyek LP menunjukkan empatinya dengan berusaha memberi solusi saat ada yang curhat kepadanya. Selain itu, Subyek LP memiliki efikasi diri dengan cara menyakinkan diri sendiri untuk menyelesaikan masalahnya. Kemudian pada aspek terakhir berupa aspek *reaching out*, Subyek LP memiliki tujuan hidup dan dapat mengambil makna serta pelajaran dalam hidupnya dari perpisahan yang terjadi diantara kedua orang tuanya.

**3. Faktor Pendukung dan Penghambat Proses Resiliensi**

**a. Faktor Pendukung**

Aspek-aspek resiliensi meliputi regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis penyebab masalah, empati, efikasi diri, dan *reaching out* pada Subyek UH sudah cukup baik untuk mendukung proses resiliensinya. Sedangkan pada Subyek LP aspek-aspek resiliensi tersebut sudah cukup baik untuk mendukung resiliensinya, kecuali aspek pengendalian impuls karena pada aspek tersebut Subyek LP belum relatif mampu dalam memenuhi karakteristiknya.

**b. Faktor Penghambat**

Proses penghambat dari aspek-aspek resiliensi pada Subyek UH tidak ada, karena dia memang sudah ditinggal Bapaknya dari kecil sehingga membuatnya terbiasa hidup dengan berproses resiliensi. Sedangkan yang menjadi penghambat Subyek LP dapat dilihat dari aspek pengendalian impuls, karena dia belum dapat mengontrol keinginan dalam dirinya dan cenderung keinginannya harus didapatkan dalam waktu yang cepat. Terkesan seperti anak manja yang keinginannya harus dituruti, namun kenyataannya Subyek LP memang anak terakhir yang pada umumnya anak terakhir biasanya dimanja.

