

STUDI MENGENAI RESILIENSI REMAJA DI KABUPATEN GUNUNG KIDUL

Disusun Oleh

Dian Sartika Sari

190110100098



FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS PADJADJARAN

2014

ABSTRAK

ABSTRAK

Dian Sartika Sari. 190110100098. Studi Mengenai Resiliensi Remaja di Kabupaten Gunung Kidul

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi remaja di kabupaten Gunung Kidul. Penelitian menggunakan teori resiliensi mengenai *7 Essential factors of resilience* dari Reivich dan Shatte (2002).

Rancangan penelitian ini adalah non eksperimental dengan menggunakan metode kuantitatif dan merupakan penelitian survey. Resiliensi merupakan variabel dalam penelitian ini. Sampling yang digunakan adalah *probability sampling* dengan menggunakan proporsi *cluster random sampling* terhadap 388 remaja di kabupaten Gunung Kidul. Alat ukur yang digunakan adalah alat ukur yang disusun berdasarkan teori Reivich dan Shatte (2002) dengan memodifikasi item-item *questionnaire resilience* milik Reivich dan Shatte (2002).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pertama, dari 388 Remaja, 10 Remaja berada dalam resiliensi yang rendah sedangkan sisanya termasuk dalam resiliensi yang tinggi. Skor resiliensi berada pada kisaran 302-393. Kedua, faktor yang paling tinggi membentuk resiliensi adalah *optimism, impuls control, dan self efficacy*. Sedangkan faktor yang paling rendah adalah empati. Berdasarkan nilai korelasi antar ketujuh faktor, ketujuh faktor ini saling terkait satu sama lain untuk membentuk resiliensi. Pada remaja Gunung Kidul yang memiliki resiliensi rendah, relatif memiliki 7 faktor pembentuk resiliensi yang rendah pula, dan faktor yang mendominasi paling rendah adalah regulasi emosi

Kata Kunci : Resiliensi. 7 essential factor of Resilience. Reivich&Shatte (2002). Remaja Kabupaten Gunung Kidul

ABSTRACT

Dian Sartika Sari. 190110100098. *A Study of Resilience in Adolescence of Gunung Kidul Regency.*

This Study have a purpose to describe resilience of adolescence in Gunung Kidul regency. This Study uses resilience theory about 7 (seven) essential Factor of Resilience from Reivich And Shatte (2002)..

The design of this study is non-experimental research using quantitative method and a survey research. Resilience is a variable in this study. The sampling used is probability sampling with proportion cluster random sampling technique to the 388 adolescence as research samples. Measuring instrument which is used is a modification of resilience questionnaire based on 7 Essential Factor of resilience theory from Reivich and Shatte.

The Result of this study showed that first, From 388 Adolescence, 10 adolescence is low resilience and the others is high resilience. Most of resilience score are about 302-393. Second, The high resilience factors in adolescence of GunungKidul regency are optimism, impuls control and self efficacy. The low Resilience factors in adolescence of Gunung Kidul regency is empathy. Based on score of correlation, 7 factor of Resilience is related each others to develop their resilience. In adolescence with low resilience, most of them is also low in each factors of resilience, and emotional regulation is lowest

Keyword : *Resilience, 7 Essential Faktor of Resilience. Reivich&Shatte (200). Adolescence of Gunung Kidul Regency.*

PENDAHULUAN

Keadaan Globalisasi dunia saat ini memungkinkan munculnya stimulus stress yang cukup menekan diberbagai kalangan. Permasalahan – permasalahan yang muncul dalam era ini, sangat riskan memunculkan stress dan frustasi pada masyarakat. Stress dan frustasi yang tidak mampu diatasi dengan baik dapat mengarah pada depresi. Dalam menghadapi stimulus stress dan frustasi yang terus bermunculan, ada sebagian orang yang mampu *survive* untuk mengatasinya dan memulai kehidupan dengan lebih baik pasca permasalahan yang menekan tersebut, namun ada pula yang tidak mampu mengatasi stress yang berlebihan itu hingga memutuskan untuk mengakhiri hidupnya (bunuh diri).

Dewasa ini fenomena bunuh diri banyak terjadi di Indonesia. Berdasarkan data yang dilansir WHO pada tahun 2005, Indonesia masuk dalam kategori negara dengan tingkat bunuh diri yang tinggi, bahkan peringkat Indonesia nyaris mendekati negara-negara bunuh diri Asia layaknya Jepang dan Cina. Tercatat setidaknya terjadi 150 kasus bunuh diri per hari di tanah air. Perihal yang lebih memprihatinkan lagi adalah turut meningkatnya kecenderungan angka bunuh diri pada penduduk usia muda (usia 16-30) tahun (Amarullah, 2009 ; Wirasto, 2012 : 98). Pada tahun 2001 WHO melaporkan angka bunuh diri Indonesia mencapai 1.6 – 1.8 rate per 100.000. Persoalan tentang *mental illness* dan *suicide* ini terus menjadi persoalan yang dikampanyekan.

Pada tahun 2005 Gunung Kidul adalah salah satu penyumbang terbesar dari angka bunuh diri di Indonesia (Ari dkk : 2012) dan ditahun 2014 Gunung Kidul masih menjadi penyumbang angka terbesar bunuh diri di Yogyakarta (Kedaulatan rakyat , 26 Maret 2014). Kabupaten Gunungkidul adalah salah satu kabupaten dari lima kabupaten/kota di wilayah Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta yang perkembangan ekonominya agak tertinggal (Astuti R : 2008). Fenomena bunuh diri di kabupaten Gunung Kidul ini sudah terjadi sejak tahun 1998 sampai sekarang. Saat ini angka bunuh diri di gunung Kidul mencapai 9 per 100.000. (www.helth.kompas.com). Berdasarkan data yang diperoleh dari polres kabupaten Gunung Kidul angka bunuh diri meningkat setiap tahunnya. Pada 2001 = 18 ; 2002 = 26; 2003 = 29 ; 2004 = 29 ; 2005 =27 ; 2006 = 30 ; 2007 = 39. 2008 =37 ; 2009 =29 ; 2010 = 22; 2011 = 25; 2012 = 40
*Sumber : Data Polres Kabupaten Gunung Kidul (Update 14 Februari 2014)

Pada akhir tahun 2011 dan memasuki tahun 2012 fenomena bunuh diri yang sebelumnya banyak dilakukan oleh orang dewasa dan orang tua, beralih menjadi dilakukan anak remaja (Ari

dkk: 2012). Dalam pengumpulan data awal peneliti mencoba untuk berinteraksi dengan remaja di Gunung Kidul. Peneliti menemukan pada umumnya remaja memiliki latar belakang keluarga yang kurang menguntungkan. Berbagai masalah sering menimpa keluarga mereka seperti problem ekonomi dan ketidakutuhan rumah tangga. Banyak masyarakat yang menikah di usia yang relatif muda. Orang tua para remaja banyak yang bekerja di luar Kabupaten Gunung Kidul sebagai buruh dan pedagang. Keadaan ini memungkinkan remaja kurang mendapatkan perhatian dan kasih sayang orang tua. Kondisi yang demikian dapat menjadi suatu keadaan yang tidak menguntungkan bagi perkembangan remaja dan memungkinkan memunculkan keadaan-keadaan yang tidak nyaman (*adversif*).

Namun Selain remaja yang berespon negatif terhadap kondisi adversity ada pula remaja di kabupaten Gunung Kidul yang berespon baik akan permasalahan yang mereka hadapi. Tidak sedikit pula remaja di kabupaten ini yang berprestasi meskipun dalam kondisi ekonomi yang sulit ataupun dalam keadaan keluarga yang tidak harmonis. Berdasarkan data yang dihimpun peneliti, pada Februari 2014 ini ada 21 pemuda yang mendapatkan penghargaan dari Menteri Pemuda dan Olahraga (Menpora).

Kemampuan seseorang untuk dapat berespon positif dari keadaan yang dimaknai sebagai kondisi adversity ini secara teoritis erat dengan konsep resiliensi. Juke (2003) menjelaskan bahwa daya lentur (*resilience*) merupakan kapasitas manusiawi yang dimiliki seseorang dan berguna untuk menghadapi, memperkuat diri, atau mengubah kondisi kehidupan yang tidak menyenangkan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi. Reivich dan Shattle (2002) menyebutkan bahwa Resiliensi terkait dengan kemampuan seseorang untuk mengubah faktor faktor internal dalam diri seperti pola pikir agar dapat membuat strategi dalam mengatasi konsekuensi konsekuensi negatif (*overcome*), melalui dan mengendalikan (*steer through*) situasi stress sehari – hari (*daily stress*), dan bangkit kembali (*bounce back*) pada saat mengalami suatu kesulitan atau kondisi adversity. Selain itu resiliensi juga terkait dengan peningkatan aspek positif serta membuka diri demi pengembangan diri (*reaching out*).

Reivich dan Shatte (2002), memaparkan tujuh kemampuan yang membentuk resiliensi, yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, empati, analisis penyebab masalah (*causal analysis*), efikasi diri (*self efficacy*), dan *reaching out*. Hampir tidak ada satupun individu yang secara keseluruhan memiliki tujuh kemampuan tersebut dengan baik.

Melihat permasalahan yang terjadi pada remaja kabupaten Gunung Kidul , peneliti merasa perlu adanya penelitian untuk menggambarkan bagaimana kondisi resiliensi remaja di Kabupaten Gunung Kidul. Oleh sebab itu, peneliti hendak melakukan studi yang dilakukan untuk memperoleh data empiris mengenai gambaran resiliensi remaja di Gunung Kidul berdasarkan Tujuh faktor pembentuk resiliensi dari Reivich dan Shatte (2002).

TINJUAN PUSTAKA

Reivich (2002) , mengungkapkan resiliensi merupakan kemampuan individu dalam mengatasi (*overcome*), melalui (*steer through*) dan bangkit kembali (*bounce back*) pada kondisi semula setelah mengalami kesulitan. Masih menurut Reivich & Shatte (2002), Resiliensi tidak hanya dipandang sebagai reaktif dari permasalahan namun juga meningkatkan aspek positif dan keterbukaan (*reaching out*).

Reivich dan Shatte (2002), mengindikasikan bahwa resiliensi diperoleh dari kemampuan atau faktor resiliensi yang berbeda, dan hampir tidak ada individu yang keseluruhan faktor resiliensinya tergolong tinggi. Seseorang mungkin resilien dalam cara-cara dan dalam faktor-faktor tertentu , namun demikian sering kali ia sangat membutuhkan bantuan di bidang lain. Ketujuh Faktor tersebut adalah *Emotional Regulation* (regulasi emosi); *Impuls Control* (Kontrol impuls); *Optimism* (Optimis); *Causal Analysis* (Analisis Kausal); *Emphaty* (Empati); *Self Efficacy* ; *Reching Out*

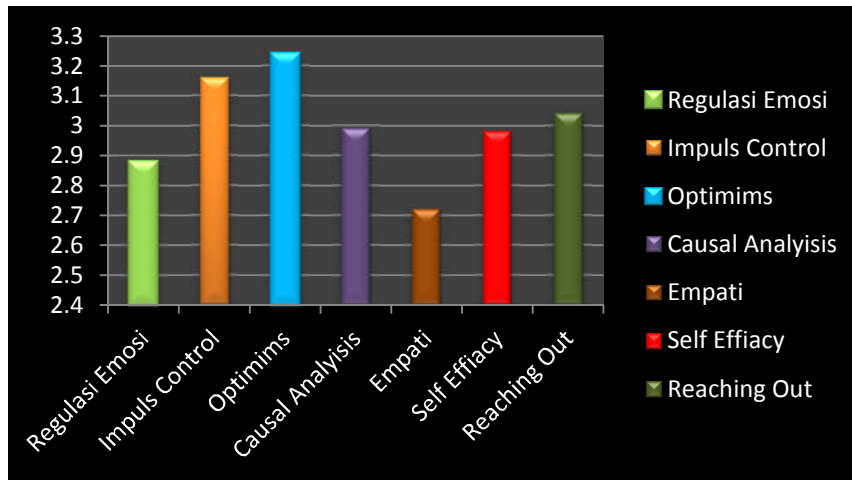
METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif teknik analisisnya menggunakan analisis statistic korelasi dan analisi faktro. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner berskala Likerd dengan pilihan jawaban 1-4. 1= sangat tidak sesuai ; 2 = tidak sesuai ; 3 = sesuai ; 4 sangat tidak sesuai. Item pernyataan-pernyataan berjumlah 121 butir yang dimodifikasi dari *questionnaire resilience* milik Reivich dan Shatter. Responden dalam penelitian ini berjumlah 388 responden remaja di kabupetan Gunung Kidul usia 15-19 tahun

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil data peneltian, didapati hasil bahwa sebanyak 378 orang (97,42%) memiliki resiliensi pada kategori tinggi, sedangkan sisanya sebanyak 10 orang (2,58%) adalah responden

dengan resiliensi pada kategori rendah. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa pada umumnya resiliensi responden pada kategori tinggi. Namun ada sebagian remaja Gunung Kidul yang masih memiliki resiliensi yang rendah. Berikut adalah hasil pengukuran 7 aspek resiliensi



Aspek yang mendominasi tinggi pada remaja di kabupaten Gunung Kidul adalah Optimism, Self Efficacy dan Impuls control. Sedangkan aspek yang mendominasi rendah adalah Empahaty,

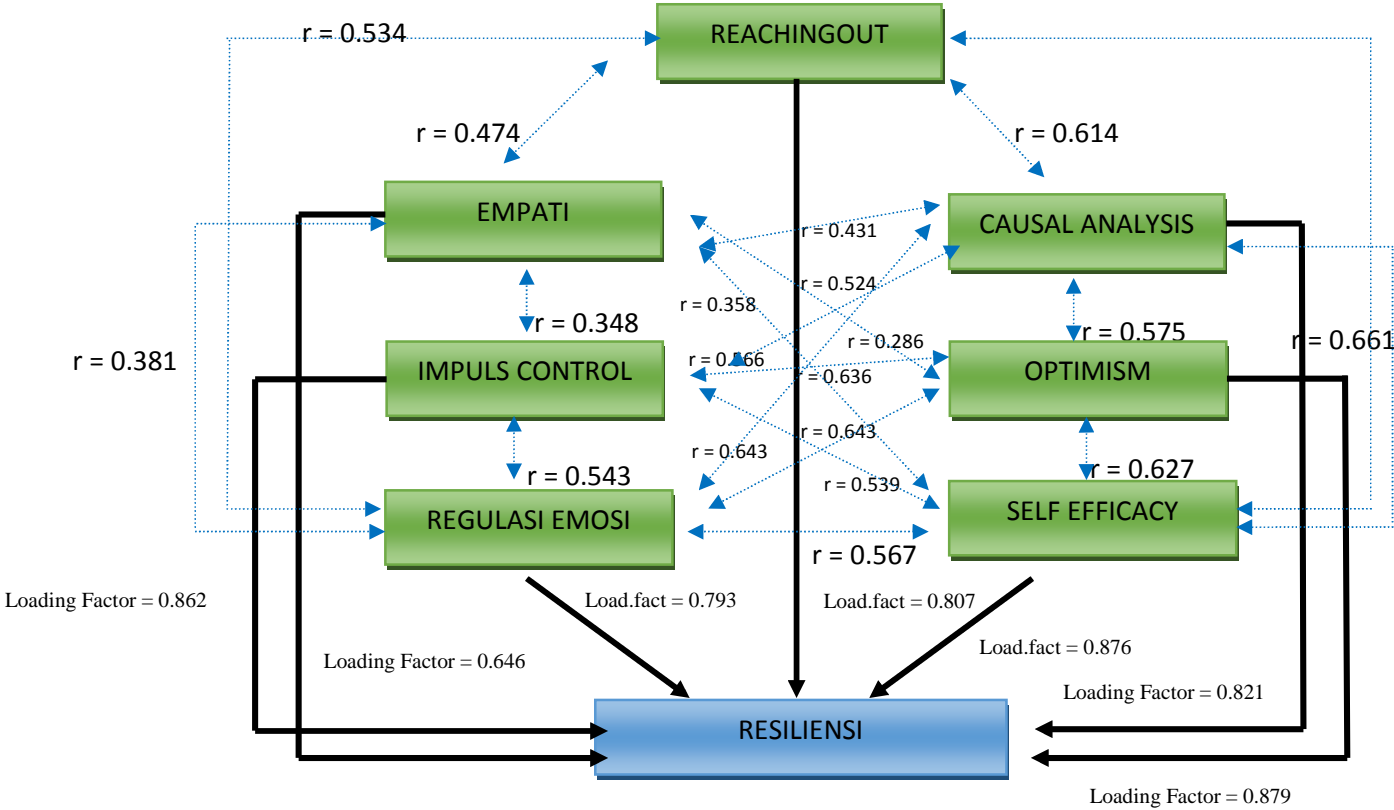
Empati terkait dengan kemampuan untuk dapat memahami kondisi psikologis orang lain sehingga ia akan mampu memberikan respon yang tepat. Sedangkan regulasi emosi terkait dengan kemampuannya untuk dapat tetap tenang dan focus saat permasalahan muncul.. Empati yang menonjol pada remaja dikabupetan Gunung Kidul ini menandakan bahwa sebagian besar dari remaja disana kurang memiliki kemampuan untuk dapat memahami keadaan psikologis orang lain. Empati yang rendah ini juga mungkin terjadi dikarenakan keadaan remaja yang masih dalam masa egosentris, jadi segala apapun banyak lebih terkiat dengan dengan aku bukan orang lain. Padahal empati ini terkait dengan kemampuannya atau relasinya dengan orang lain. Kemampuan relasi yang kurang baik ini juga terlihat dari paparan permasalahannya yang sebagian besar banyak terkait dengan relasi dengan orang lain.

Faktor lain yang juga menonjol rendah adalah Regulasi Emosi, Faktor ini menurut penulis sangat terkait dengan tugas perkembangan remaja sendiri yang masih dalam masa yang rentan. Kondisi emosinya masih mudah disulut.

Selain faktor yang menonjol rendah, juga ada faktor dimana remaja kabupaten Gunung Kidul menonjol tinggi yaitu pada faktor Impuls Control dan optimism. Impuls control terkait

dengan kemampuannya untuk mengendalikan keinginan, kesukaan, dan dorongan negative yang muncul. Sedangkan optimism terkait dengan kemampuan untuk dapat melihat masa depannya yang cerah. Impuls control, pada remaja dikabupaten Gunung Kidul ini menonjol tinggi dapat dimungkinkan dikarenakan remaja disana berada dalam keadaan yang serba terbatas, kemajuan teknologi sangat terbatas dan keadaan finansial sebagian besar dalam kondisi terbatas. Hal ini menyebabkan mereka terbiasa untuk menahan sesuatu yang sebenarnya mereka inginkan namun tidak dapat mereka penuhi kerana keadaan yang serba terbatas. Keadaan ini membuat mereka terlatih untuk dapat mengendalikan kesukaan dan keinginan dalam dirinya. Hal ini dapat berakibat pada tingginya angka impuls control pada remaja di sana.

Selanjutnya faktor yang juga menonjol tinggi adalah Optimism. Ini terkait dengan kemampuannya untuk melihat masa depan dengan cerah. Hal ini dapat dimungkinkan terjadi karena program bimbingan konseling disekolah. Dalam pelajaran tersebut anak banyak diberi suntikan untuk dapat menggapai cita-cita dan melihat masa depan dengan cerah, keadaan itu memungkinkan remaja di Kabupaten Gunung Kidul dapat bersikap optimis dan melihat masa depan dengan cerah. Berdasarkan hasil uji korelasi antar faktor dan analisis faktor diperoleh hasil sebagai berikut



Dari hasil uji korelasi dapat dilihat bahwa antar faktor memiliki korelasi yang tinggi. Hal ini membuktikan bahwa ketujuh faktor tersebut saling terkait satu sama lain untuk membentuk resiliensi.

KESIMPULAN

Dari 388 responden, 10 Orang responden Tergolong dalam kategori rendah dan sisanya dalam kategori tinggi. Kebanyakan responden ada pada skor resiliensi kisaran antara 302-393. Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi remaja di kabupaten Gunung Kidul cukup tinggi namun masih butuh pengembangan agar dapat lebih meningkat. Sebagian besar responden optimal pada dimensi optimism, Self Efficacy, impuls control. Sebagian lagi lemah di bagian empati dan regulasi emosi.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti R.2008. Potensi Wisata Kabupaten Gunung Kidul. Yogyakarta. Universitas Gadjahmada
- Amarullah, 2009; Wirasto, 2012: 98. Bunuh diri Pada Usia Muda. Jakarta : Gramedia
- Ari Sertiasih.2012. PKM-P : Mengungkap Fenomena Bunuh diri di Gunung Kidul. Dikti. Jakarta
- BPS 2013. Gunung kidul dalam Angka. Yogyakarta : Pemerintah Kabupaten Gunung kidul
- Juke. R Siregar. 2003. Mengembangkan daya ketur pada anak dan remaja. Buletin Ikatan Psikologi perkembangan Indonesia. 3 maret 2003.
- Reivich dan Shattle (2002. The resilience Factor : Seven Essential Skillsfor overcoming's inevitable obstacles. Newyork. Broadway Books.