

Adolescent Resilience Reviewed by Gender

Resiliensi Remaja Ditinjau Berdasarkan Jenis Kelamin

Lianda Marta¹, Lenny Kendhawati², Marisa F. Moeliono³

^{1,2,3} Fakultas Psikologi, Universitas Padjadjaran, Indonesia

Email: ¹lianda21001@mail.unpad.ac.id, ²lenny.kendhwati@unpad.ac.id, ³m.fransiska@unpad.ac.id

Artikel Info

Riwayat Artikel:

Penyerahan 2023-06-18

Revisi 2023-07-20

Diterima 2023-08-30

Keyword:

Adolescent;
Resilience;
Gender

ABSTRACT

Resilience is one of the important factors that can protect adolescents from overcoming the difficulties and challenges in life. This research aimed to examine the overview of resilience among adolescents in terms of gender. The respondents in this study were 342 teenagers aged 15-18 years, consisting of 202 females and 140 males. Data collection was conducted using the Child Youth Resilience Measure-Revised (CYRM-R) instrument, with non-experimental method. The collected data were analyzed using independent sample t-test to compare between adolescent females and males. The result of this study showed that 55% of the total number of respondents had a high level of resilience, while the remaining 45% had it at a low level. Similar results were also observed in the personal resilience subscale (54.7% high; 45.3% low) and the caregiver resilience subscale (52.3% high; 47.7% low). Further, the findings of this study indicated a significant difference between the levels of resilience in female and male adolescents, where the resilience score of female adolescents (mean = 68.75) were higher than those of males (mean = 66.64). Similar findings were observed in the personal resilience subscale, showing a significant difference in which female adolescents had higher scores compared to male adolescents. However, no significant difference was found in the caregiver resilience subscale, where the scores were relatively comparable. The findings of this study are expected to contribute to the understanding of resilience profiles in adolescents and the factors behind their resilience capabilities.

ABSTRAK

Resiliensi merupakan salah satu faktor penting yang dapat melindungi remaja dalam mengatasi kesulitan dan tantangan dalam hidup. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran resiliensi pada remaja ditinjau berdasarkan jenis kelamin. Responden dalam penelitian ini adalah 342 remaja usia 15-18 tahun, yang terdiri dari 202 perempuan dan 140 laki-laki. Pengumpulan data dilakukan menggunakan alat ukur *Child Youth Resilience Measure-Revised* (CYRM-R), dengan metode non-eksperimental. Data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan *independent sample t-test* untuk melihat perbandingan antara remaja perempuan dan laki-laki. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 55% dari total responden memiliki tingkat resiliensi yang berada pada kategori tinggi, dan 45% lainnya memiliki tingkat resiliensi pada kategori rendah. Hasil serupa juga terlihat pada *subscale personal resilience* (54.7% tinggi; 45.3% rendah), dan *caregiver resilience* (52.3% tinggi; 47.7% rendah). Selain itu, temuan dalam penelitian ini juga menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat resiliensi pada remaja perempuan dan remaja laki-laki, di mana skor resiliensi remaja perempuan (mean = 68.75) lebih tinggi daripada laki-laki (mean = 66.64). Jika dilihat dari *subscale*, hal serupa juga terlihat pada *personal resilience*, yaitu ada perbedaan signifikan dengan skor remaja perempuan yang lebih tinggi daripada skor remaja laki-laki. Akan tetapi, dari *subscale caregiver resilience*, tidak terdapat perbedaan yang signifikan dan secara skor juga relatif hampir sama, antara remaja perempuan dan remaja laki-laki. Temuan dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi mengenai gambaran resiliensi pada remaja, serta hal-hal yang dapat mendukung kemampuan resiliensi mereka.

Kata Kunci

Remaja;
Resiliensi;
Jenis Kelamin

Copyright © 2023 Lianda Marta, Lenny Kendhawati & Marisa F. Moeliono

Korespondensi:

Lianda Marta

Fakultas Psikologi, Universitas Padjadjaran

Email: lianda21001@mail.unpad.ac.id



LATAR BELAKANG

Fase remaja dikatakan sebagai fase yang rentan mengalami stres dan beragam masalah terkait kesehatan mental (WHO, 2021). Hal ini dikarenakan remaja sedang berada pada fase transisi dan dihadapkan pada berbagai perubahan, permasalahan, serta tuntutan dari lingkungan. Sebuah studi yang dilakukan oleh *Center for Reproductive Health, University of Queensland, dan Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health* (2022) terhadap 5.664 remaja di Indonesia menunjukkan adanya masalah kesehatan mental yang mereka alami, dengan persentase paling tinggi sebesar 26,7% adalah masalah terkait kecemasan. Untuk dapat mengatasi hal tersebut, diperlukan adanya faktor yang dapat melindungi remaja dari distress psikologis. Menurut Puspitaningrum & Pudjiati (2021), faktor tersebut adalah resiliensi.

Secara umum, resiliensi adalah kemampuan individu untuk dapat mengatasi kesulitan yang dihadapi (Smith et al., 2008). Dalam hal ini, individu yang resilien akan mampu untuk bangkit kembali serta mampu menyesuaikan diri mereka dan berfungsi secara normal meskipun menghadapi kesulitan atau situasi yang membuat mereka merasa stres. Grotberg (1995) menyatakan bahwa setiap individu pasti mengalami kesulitan dalam hidupnya, sehingga resiliensi menjadi penting untuk dimiliki oleh masing-masing individu guna membantu mereka bangkit dari situasi sulit tersebut.

Berbagai studi menunjukkan bahwa resiliensi dapat membantu menjaga kesejahteraan diri remaja. Remaja yang resilien cenderung lebih mampu beradaptasi dan bergerak maju dari kesulitan atau pengalaman buruk yang mereka alami (Southwick et al., 2014). Resiliensi juga dinilai dapat menjadi *promoting factor* bagi *self-esteem* remaja, serta berdampak secara positif pada kepuasan hidup mereka (Liu et al., 2021). Di sisi lain, resiliensi juga dapat menjadi *protective factor* bagi *self-esteem*, serta menjadi *buffer* untuk melawan perkembangan *self-esteem* yang rendah (Hagen et al., 2020). Dalam hal ini, individu yang resilien akan mampu menghadapi situasi sulit dalam hidupnya, sehingga menumbuhkan pandangan positif bagi dirinya tentang masa depan, keyakinan pada kemampuan diri sendiri dalam penyelesaian masalah, memiliki harapan yang realistis, serta dapat menerima hal-hal yang terjadi di luar dirinya yang tidak dapat ia kendalikan.

Di Indonesia, juga telah banyak dilakukan studi mengenai resiliensi dan hubungannya dengan aspek psikologis lain. Salah satunya adalah studi yang menunjukkan adanya hubungan antara resiliensi dengan *adversity quotient*, sehingga individu yang resilien cenderung lebih dapat mengendalikan dirinya saat menghadapi kesulitan (Apriyani & Uyun, 2023). Penelitian lain juga menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara resiliensi dengan *subjective well-being* remaja, sehingga dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi remaja, maka persepsi terkait *subjective well-being* juga akan meningkat (Rakhmadianti et al., 2021). Dalam kaitannya dengan motivasi belajar, hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara resiliensi dengan motivasi belajar siswa, sehingga individu yang resilien

cenderung memiliki motivasi belajar yang lebih tinggi (Rahim, 2017).

Dalam beberapa dekade terakhir, penelitian mengenai konsep resiliensi semakin berkembang, termasuk salah satunya konsep resiliensi dari pendekatan *social-ecological* yang dikemukakan oleh Michael Ungar (2008). Konsep ini dinilai lebih relevan terhadap lingkungan dan budaya di mana individu itu berada. Ungar (2008) mendefinisikan resiliensi sebagai kapasitas individu saat terpapar kesulitan untuk mengarahkan jalan menuju sumber daya psikologis, sosial, budaya, dan fisik, guna mempertahankan kesejahteraan mereka, serta kapasitas individu untuk bernegosiasi agar sumber daya tersebut dapat tersedia dengan cara-cara yang bermakna. Definisi tersebut menunjukkan bahwa resiliensi merupakan kombinasi dari proses yang dilakukan individu untuk mengarahkan jalan dan bernegosiasi dengan cara-cara mereka sendiri. Dalam hal ini, mengarahkan jalan mengacu pada kapasitas individu untuk mencari bantuan yang tersedia dan mudah diakses, sedangkan bernegosiasi yang dimaksud adalah upaya yang dilakukan individu untuk memastikan bahwa sumber daya di lingkungan sekitar mereka turut menyediakan bantuan yang dibutuhkan (Ungar, 2008).

Untuk memahami lebih lanjut mengenai konsep resiliensi dengan pendekatan *social-ecological*, Ungar (2011) menjelaskan dua komponen utama dalam konsep ini, yaitu (1) *Navigation*, yang didefinisikan sebagai kemampuan individu mengarahkan diri dan bergerak menuju sumber daya yang tersedia serta dapat diakses oleh mereka; dan (2) *Negotiation* yaitu upaya negosiasi yang dilakukan seseorang baik secara individual maupun di dalam kelompok untuk memberikan makna pada sumber daya yang tersedia dan dapat diakses. Dengan mengacu pada dua komponen tersebut, *social-ecological resilience* mensyaratkan individu untuk memiliki kapasitas untuk mengakses sumber daya yang dapat mendukung kesejahteraan mereka. Di sisi lain, konsep ini juga menekankan bahwa keluarga, komunitas, dan bahkan pemerintah perlu menyediakan sumber daya tersebut dengan cara yang sesuai nilai-nilai individu. Dengan kombinasi keduanya, maka individu yang resilien dapat diartikan sebagai individu yang berhasil mengakses sumber daya dan bernegosiasi terhadap sumber daya tersebut dengan cara-cara yang bermakna (Resilience Research Centre, 2022).

Dalam pengukuran resiliensi dengan pendekatan *social-ecological*, terdapat dua *subscale* yang diukur, yaitu *personal resilience* dan *caregiver resilience* (Jefferies et al., 2018). *Personal resilience* mengukur hal-hal yang bersifat intrapersonal dan interpersonal, seperti penilaian individu terhadap kemampuan diri dan dukungan yang diperoleh dari lingkungan, serta kemampuan individu untuk bersosialisasi. *Caregiver resilience* berkaitan dengan bagaimana hubungan yang dimiliki individu terhadap orang tua atau pengasuh utamanya (Resilience Research Centre, 2022).

Melihat pentingnya individu, khususnya remaja memiliki kemampuan resiliensi yang baik untuk dapat membantu mereka menghadapi berbagai situasi sulit dalam hidup, maka peneliti menilai perlu untuk mempelajari lebih lanjut terkait resiliensi pada populasi remaja di Indonesia.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat bagaimana gambaran resiliensi yang dimiliki oleh remaja. Meskipun telah banyak penelitian-penelitian sebelumnya yang mengkaji mengenai resiliensi, namun dari penelusuran peneliti, penelitian terkait resiliensi dengan pendekatan *social-ecological* terbilang masih minim dilakukan pada populasi remaja di Indonesia, sehingga dari penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur-literatur yang telah ada sebelumnya.

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif non-eksperimental. Data dari penelitian ini dihasilkan dalam bentuk angka dan analisisnya dilakukan berdasarkan analisis statistik (Creswell, 2014).

Subjek Penelitian

Sampel diambil dengan teknik *nonprobability sampling* dalam bentuk *convenience sampling*. Ukuran sampel dihitung dengan menggunakan *software G*Power*. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, untuk mendapatkan *effect size* pada tingkat *moderate* sebesar 0,15 (Cohen, 1988), dengan α *error probability* sebesar 0,05 dan *statistical power* sebesar 80%, maka dalam penelitian ini dibutuhkan setidaknya minimal 273 responden. Oleh karena itu, subjek dalam penelitian ini adalah 342 remaja berusia 15-18 tahun.

Instrumen Penelitian

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Child Youth Resilience Measure-Revised* (CYRM-R) yang dikembangkan berdasarkan teori *social-ecological resilience* oleh Ungar (2008) dan direvisi oleh Jefferies et al (2018). Alat ukur ini diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Borualogo & Jefferies (2019), serta telah diuji coba terhadap 130 siswa SD di kota Bandung yang berusia 10-13 tahun. Dari uji coba tersebut diperoleh data reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,902 dan data validitas yang menunjukkan seluruh item dinyatakan valid. Pada penelitian ini, dilakukan kembali uji validitas dan reliabilitas, dengan hasil seluruh item memiliki nilai signifikansi 0,00 ($p < 0,05$) dan nilai reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,867 untuk total seluruh item, dan nilai reliabilitas masing-masing *subscale* adalah sebagai berikut: *personal* = 0,819 dan *caregiver* = 0,837.

CYRM-R terdiri dari 17 item yang terbagi ke dalam dua *subscale* yaitu *personal resilience* (10 item) dan *caregiver resilience* (7 item). Masing-masing item diukur menggunakan skala *Likert* dengan lima pilihan jawaban yang terdiri dari Tidak Sama Sekali = 1, Jarang = 2, Kadang-Kadang = 3, Agak Sering = 4, dan Sering = 5.

Analisis Data

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas untuk melihat apakah alat ukur tersebut juga reliabel dan dapat digunakan pada populasi usia 15-18 tahun. Selanjutnya, peneliti melakukan uji deskriptif untuk melihat sebaran data demografis dan skor resiliensi. Peneliti kemudian melakukan kategorisasi skor resiliensi ke dalam 2 kategori yaitu tinggi dan rendah. Peneliti juga melakukan uji

perbandingan dengan *Independent Samples Test* untuk meninjau perbedaan tingkat resiliensi antara remaja perempuan dan remaja laki-laki. Seluruh uji analisis data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan SPSS versi 25.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan uji validitas dan reliabilitas yang telah dilakukan, diperoleh bahwa seluruh item dari CYRM-R memiliki korelasi positif yang signifikan dan kuat ($p < 0,05$) dengan total skor secara keseluruhan. Untuk data reliabilitas, dengan *Cronbach's Alpha* diperoleh nilai reliabilitas sebesar 0,867 yang mengindikasikan bahwa alat ukur ini juga reliabel untuk digunakan di populasi remaja usia 15-18 tahun.

Selanjutnya peneliti melakukan uji deskriptif untuk memperoleh data demografis dalam penelitian ini. Hasil uji deskriptif dapat dilihat pada tabel 1 berikut.

Tabel 1. Data Demografis (n = 342)

	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin		
Perempuan	202	59.1%
Laki-laki	140	40.9%
Usia		
15 tahun	67	19.6%
16 tahun	252	73.7%
17 tahun	22	6.4%
18 tahun	1	0.3%

Data pada tabel 1 menunjukkan proporsi responden dalam penelitian ini terdiri dari 202 remaja perempuan (59.1%) dan 140 remaja laki-laki (40.9%). Adapun dari segi usia, proporsi terbesar adalah remaja yang berusia 16 tahun (73.7%), sedangkan proporsi terkecil adalah usia 18 tahun (0.3%).

Selanjutnya, peneliti melakukan pengujian deskriptif untuk melihat sebaran data, baik dari skor total resiliensi, maupun per *subscale* yaitu *personal* dan *caregiver*. Hasil pengujian tersebut dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Hasil Deskriptif Resiliensi (n = 342)

	Resiliensi	Subscale	
		Personal	Caregiver
Mean	67.89	40.61	27.28
Median	69	41	28
Mode	75	44	30
Minimum	34	18	7
Maksimum	85	50	35

Data di tabel 2 menunjukkan pada total skor Resiliensi diperoleh Mean sebesar 67.89 dan Median sebesar 69. Selanjutnya pada *subscale personal* diperoleh Mean sebesar 40.61 dan Median sebesar 41, sedangkan pada *subscale caregiver* diperoleh Mean sebesar 27.28 dan Median 28. Peneliti kemudian melakukan kategorisasi skor total resiliensi dan masing-masing *subscale* ke dalam dua kelompok yaitu tinggi dan rendah (Resilience Research Centre, 2022). Hasil kategorisasi tersebut dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Kategorisasi Skor Resiliensi (n = 342)

	Frekuensi	Persentase
Resiliensi		
Tinggi	188	55%
Rendah	154	45%
Subscale Personal		
Tinggi	187	54.7%
Rendah	155	45.3%
Subscale Caregiver		
Tinggi	179	52.3%
Rendah	163	47.7%

Data pada tabel 3 menunjukkan sebaran kategorisasi tingkat resiliensi dalam penelitian ini. Dari total 342 responden diperoleh bahwa lebih dari 50% partisipan berada pada kategori tinggi, baik untuk total skor resiliensi (55%), maupun untuk masing-masing subscale yaitu *personal resilience* (54.7%) dan *caregiver resilience* (52.3%).

Selanjutnya pada penelitian ini juga akan dilihat perbedaan tingkat resiliensi berdasarkan jenis kelamin, baik perbedaan skor total resiliensi maupun perbedaan pada *personal resilience* dan *caregiver resilience*. Adapun dari hasil uji statistik yang telah dilakukan, diperoleh hasil sebagai berikut.

Tabel 4. Perbedaan Resiliensi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviasi	Sig. (2-tailed)
Perempuan	202	68.75	9.39	0.04
Laki-laki	140	66.64	9.21	

Berdasarkan data pada tabel 4 di atas terlihat bahwa remaja perempuan memiliki resiliensi yang lebih tinggi daripada remaja laki-laki, di mana skor rata-rata resiliensi perempuan adalah 68.75, sedangkan skor rata-rata resiliensi laki-laki sebesar 66.64. Hasil uji statistik juga menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara resiliensi remaja perempuan dan remaja laki-laki dengan nilai signifikansi sebesar 0.04 ($p < 0.05$).

Tabel 5. Perbedaan Personal Resilience Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviasi	Sig. (2-tailed)
Perempuan	202	41.31	5.49	0.005
Laki-laki	140	39.60	5.62	

Data pada tabel 5 di atas menunjukkan bahwa remaja perempuan memiliki tingkat *personal resilience* yang juga lebih tinggi daripada remaja laki-laki, dengan skor rata-rata *personal resilience* remaja perempuan sebesar 41.31 dan laki-laki sebesar 39.60. Hasil uji statistik juga menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat *personal resilience* remaja perempuan dan laki-laki dengan nilai signifikansi sebesar 0.005 ($p < 0.05$).

Tabel 6. Perbedaan Caregiver Resilience Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviasi	Sig. (2-tailed)
Perempuan	202	27.45	5.39	0.48
Laki-laki	140	27.04	5.12	

Berdasarkan data pada tabel 6 terlihat bahwa tingkat *caregiver resilience* remaja perempuan juga sedikit lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki, dengan nilai rata-rata 27.45 sedangkan nilai rata-rata remaja laki-laki adalah 27.04. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat *caregiver resilience* remaja perempuan dan remaja laki-laki, dengan nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0.48 ($p > 0.05$).

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat 55% responden dengan tingkat resiliensi yang berada pada kategori tinggi. Jika dibandingkan berdasarkan jenis kelamin, diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan, di mana resiliensi remaja perempuan lebih tinggi daripada remaja laki-laki. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Liebenberg et al (2012) yang menyebutkan tingkat resiliensi remaja perempuan lebih tinggi daripada remaja laki-laki. Sebuah studi yang dilakukan pada remaja Australia juga menunjukkan bahwa remaja perempuan cenderung lebih memiliki kemampuan dalam berkomunikasi, mencari bantuan, dan menjalin relasi positif dengan orang tua, guru, ataupun orang dewasa lain di lingkungan sekitarnya (Sun & Stewart, 2007). Akan tetapi, temuan dalam penelitian ini berbeda dengan hasil studi yang dilakukan Rakhmadiani et al (2021) pada populasi remaja Indonesia, di mana dalam penelitian tersebut disebutkan bahwa remaja laki-laki lebih resilien dan memiliki *coping* yang lebih baik saat menghadapi stres dibandingkan remaja perempuan.

Temuan lainnya dalam penelitian ini adalah terdapat 54.7% responden yang memiliki skor *personal resilience* pada kategori tinggi. Selain itu, terdapat pula perbedaan yang signifikan antara remaja perempuan dan remaja laki-laki, di mana pada *personal resilience*, remaja perempuan memiliki skor yang lebih tinggi daripada remaja laki-laki. Hal ini dapat diartikan bahwa remaja perempuan cenderung memiliki kemampuan intrapersonal yang dapat mendukung dirinya untuk keluar dari situasi sulit yang sedang dihadapi. Adanya rasa percaya diri akan kemampuan menyelesaikan masalah, serta penilaian yang mereka lakukan terhadap kemampuan diri dan penilaian akan dukungan yang diperoleh dari lingkungan sekitar juga turut membantu mereka untuk dapat mengatasi kesulitan yang sedang dihadapi (Ghiffari & Adriyansyah, 2022; Resilience Research Centre, 2022). Resiliensi sebagai kapasitas personal dapat dilihat dari bagaimana individu memiliki pandangan positif tentang masa depan, percaya pada kemampuan dirinya untuk menyelesaikan masalah, memiliki harapan yang realistis, dan menerima kejadian yang tidak dapat dikendalikan. Kemampuan tersebut dapat menjadi *buffer* dari berbagai

kekhawatiran yang dirasakan individu sehingga turut berdampak pula pada perkembangan *self-esteem* mereka (Hagen et al., 2020).

Di sisi lain, pada *caregiver resilience*, diketahui tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara remaja perempuan dan remaja laki-laki. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat 52.3% responden yang memiliki *caregiver resilience* pada kategori tinggi. Dalam hal ini, *caregiver resilience* berkaitan dengan bagaimana hubungan yang dimiliki individu terhadap orang tua atau pengasuh utamanya (Resilience Research Centre, 2022), sehingga dari hasil penelitian ini dapat dikatakan bahwa lebih dari 50% remaja, baik perempuan maupun laki-laki, mempersepsikan diri mereka memiliki hubungan yang baik dengan orang tua atau *significant caregiver*, sehingga dapat membantu mereka untuk mengatasi kesulitan dalam hidup. Hal ini menjadi penting karena keberadaan orang tua, lingkungan rumah yang positif, penerapan pengasuhan orang tua, serta relasi yang baik dengan anggota keluarga lainnya, menjadi beberapa faktor eksternal yang turut membentuk resiliensi pada remaja (Mandleco & Peery, 2000).

Menurut Borualogo & Jefferies (2019), resiliensi dengan pendekatan *social-ecological* cenderung lebih sesuai dengan budaya kolektivisme di Indonesia, di mana individu umumnya menganggap diri mereka sebagai bagian dari suatu kelompok, baik itu keluarga, teman, maupun komunitas. Studi yang dilakukan oleh Ruswahyuningsih & Afiatin (2015) pada populasi remaja Jawa juga menunjukkan hal yang sama, bahwa resiliensi remaja dapat diperkuat dengan adanya dukungan sosial yang mereka peroleh baik melalui hubungan dengan keluarga, teman sebaya, komunitas, serta nilai-nilai budaya Jawa yang masih dipegang. Dukungan sosial dapat dikatakan menjadi salah satu faktor yang mendukung pembentukan resiliensi pada diri individu (Oktaviana, 2013). Adanya keterlibatan dan bantuan yang diberikan dari lingkungan di sekitar remaja, baik keluarga, sekolah, maupun pihak lainnya, diyakini dapat berkontribusi pada kemampuan resiliensi remaja, sehingga turut berdampak pula pada kesejahteraan psikologis mereka (Rensburg et al., 2019; Vaughn & DeJonckheere, 2021).

Dengan melihat gambaran resiliensi remaja pada penelitian ini yang lebih dari 50% berada pada kategori tinggi, maka dapat dikatakan bahwa kemampuan resiliensi yang dimiliki remaja turut didukung dengan penilaian mereka terhadap kemampuan diri sendiri, penilaian mengenai dukungan dari lingkungan sekitar, serta ketersediaan sumber daya, baik dari keluarga, teman, maupun komunitas, yang juga turut memperkuat kemampuan resiliensi tersebut. Dalam konteks *social-ecological resilience*, individu yang resilien dapat diartikan sebagai individu yang mampu mengakses sumber daya yang tersedia di sekitar mereka dan bernegosiasi terhadap sumber daya tersebut dengan cara-cara yang bermakna serta sesuai dengan apa yang mereka butuhkan (Resilience Research Centre, 2022). Kemampuan resiliensi yang dimiliki oleh remaja tersebut juga dapat menjadi faktor pelindung diri mereka dari risiko mengalami masalah terkait kesehatan mental (Shi et al., 2016), terlebih fase remaja akhir akan dihadapkan pada situasi di mana

mereka memasuki fase baru dengan berbagai tuntutan baru. Remaja yang resilien cenderung akan lebih berhasil beradaptasi dan bangkit kembali, saat mereka mengalami kesulitan (Shi et al, 2016).

KESIMPULAN

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa dari total 342 remaja usia 15-18 tahun, 55% di antaranya memiliki resiliensi yang berada pada kategori tinggi. Hasil penelitian ini juga menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara tingkat resiliensi dan *personal resilience* remaja perempuan dan laki-laki, di mana remaja perempuan cenderung lebih tinggi daripada remaja laki-laki. Dari temuan tersebut dapat disimpulkan adanya perbedaan penghayatan akan kapasitas personal yang dimiliki oleh remaja perempuan dan laki-laki. Akan tetapi, jika dilihat dari sisi *caregiver resilience*, diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara remaja perempuan dan laki-laki, sehingga keberadaan dukungan dari lingkungan di sekitar menjadi sama pentingnya untuk membentuk resiliensi pada remaja.

LIMITASI & SARAN

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu kurangnya informasi terkait sosioekonomi dari setiap partisipan dan proses pengumpulan data yang hanya berdasarkan pada pengisian alat ukur saja. Selain itu, teknik pengambilan sampel yang dipilih juga rentan memunculkan *bias* sehingga perlu lebih hati-hati dalam menggeneralisasi hasil penelitian ini secara lebih luas. Untuk peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian yang lebih komprehensif dengan mengumpulkan data-data penunjang lainnya, sehingga dapat dikaji lebih lanjut bagaimana kondisi sosioekonomi dan lingkungan di sekitar remaja turut berkontribusi pada kemampuan resiliensi yang mereka miliki, terlebih jika menggunakan resiliensi dengan pendekatan *social-ecological*. Selain itu, dapat juga dilakukan penelitian lanjutan untuk melihat kaitan *social-ecological resilience* dengan aspek-aspek psikologis lainnya, seperti *well-being*, kualitas hidup, atau *life satisfaction* pada populasi remaja di Indonesia, sehingga kelak dapat memperkaya literatur mengenai resiliensi dengan pendekatan *social-ecological*.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriyani, Y., & Uyun, M. (2023). The Role of Self-Resiliency and Self-Efficacy to Increase Adversity Quotient. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(2), 162–167.
- Borualogo, I. S., & Jefferies, P. (2019). Adapting the Child and Youth Resilience Measure-Revised for Indonesian Contexts. In *Journal of Educational, Health and Community Psychology* (Vol. 8, Issue 4). Jefferies.
- Center for Reproductive Health, University of Queensland, & Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health. (2022). *Indonesia - National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) Report*.
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences (Second Edition)* (Second). Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches (Fourth Edition)*. SAGE Publications, Inc.
- Ghiffari, M., & Adriansyah, M. A. (2022). Studi Resiliensi pada Mahasiswa Penyintas Kekerasan. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(3), 507–518.

- Grotberg, E. (1995). *A Guide to Promoting Resilience in Children: Strengthening The Human Spirit* (Vol. 8). Bernard van Leer Foundation.
- Hagen, R., Havnen, A., Hjemdal, O., Kennair, L. E. O., Ryum, T., & Solem, S. (2020). Protective and Vulnerability Factors in Self-Esteem: The Role of Metacognitions, Brooding, and Resilience. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01447>
- Jefferies, P., McGarrigle, L., & Ungar, M. (2018). The CYRM-R: A Rasch-Validated Revision of the Child and Youth Resilience Measure. *Journal of Evidence-Informed Social Work*, 16(1), 70–92. <https://doi.org/10.1080/23761407.2018.1548403>
- Liebenberg, L., Ungar, M., & Vijver, F. Van de. (2012). Validation of the Child and Youth Resilience Measure-28 (CYRM-28) Among Canadian Youth. *Research on Social Work Practice*, 22(2), 219–226. <https://doi.org/10.1177/1049731511428619>
- Liu, Q., Jiang, M., Li, S., & Yang, Y. (2021). Social support, resilience, and self-esteem protect against common mental health problems in early adolescence: A nonrecursive analysis from a two-year longitudinal study. *Medicine (United States)*, 100(4). <https://doi.org/10.1097/MD.0000000000002434>
- Mandleco, B. L., & Peery, J. C. (2000). An Organizational Framework for Conceptualizing Resilience in Children. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 13(3), 99–111.
- Oktaviana, A. (2013). Hubungan Locus of Control dan Dukungan Sosial dengan Resiliensi pada Remaja Penyandang Tuna Rungu. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 1–5.
- Puspitaningrum, N. P. P., & Pudjiati, S. R. R. (2021). Peran resource dan vulnerability index of resilience terhadap distres psikologis remaja saat pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 9(2), 156–163. <https://doi.org/10.22219/jipt.v9i2.14265>
- Rahim, A. A. (2017). Hubungan antara Resiliensi dengan Motivasi Belajar. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(3), 378–381.
- Rakhmadiani, D., Kusdiyati, S., & Borualogo, I. S. (2021). Pengaruh Resiliensi terhadap Subjective Well-Being pada Remaja di Masa Pandemi COVID-19. *Prosiding Psikologi*, 7(2).
- Rensburg, A. V., Theron, L., & Rothmann, S. (2019). A Social Ecological Modeled Explanation of the Resilience Processes of a Sample of Black Sesotho-Speaking Adolescents. *Psychol Rep.*, 122(4), 1211–1234.
- Resilience Research Centre. (2022). *Child and Youth Resilience Measure (CYRM) & Adult Resilience Measure (ARM) User Manual*. Resilience Research Centre. <https://cyrm.resilienceresearch.org/>
- Ruswahyuningsih, M. C., & Afiatin, T. (2015). Resiliensi pada Remaja Jawa. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 1(2), 96–105.
- Shi, J., Chen, Z., Yin, F., Zhao, J., Zhao, X., & Yao, Y. (2016). Resilience as moderator of the relationship between left-behind experience and mental health of Chinese adolescents. *International Journal of Social Psychiatry*, 62(4), 386–393. <https://doi.org/10.1177/0020764016636910>
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15(3), 194–200. <https://doi.org/10.1080/10705500802222972>
- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 5(1). <https://doi.org/10.3402/ejpt.v5.25338>
- Sun, J., & Stewart, D. (2007). Age and Gender Effects on Resilience in Children and Adolescents. *International Journal of Mental Health Promotion*, 9(4), 16–25. <https://doi.org/10.1080/14623730.2007.9721845>
- Ungar, M. (2008). Resilience across cultures. *British Journal of Social Work*, 38(2), 218–235. <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcl343>
- Ungar, M. (2011). The social ecology of resilience: Addressing contextual and cultural ambiguity of a nascent construct. *American Journal of Orthopsychiatry*, 81(1), 1–17. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.2010.01067.x>
- Vaughn, L. M., & DeJonckheere, M. (2021). The Opportunity of Social Ecological Resilience in the Promotion of Youth Health and Wellbeing: A Narrative Review. *Yale J Biol Med*, 94(1), 129–141.
- WHO. (2021, November 7). *Mental health of adolescents*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>