

RESILIENSI REMAJA DENGAN LATAR BELAKANG ORANG TUA YANG BERCERAI

Merinda Aryadelina

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA, email: merindaaryadelina@mhs.unesa.ac.id

Hermien Laksmiwati

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA, email: hermienlaksmiwati@unesa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dinamika terbentuknya resiliensi dalam diri partisipan. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pemilihan partisipan dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan dua partisipan berinisial AW dan ANF dengan latar belakang orang tua yang bercerai ketika mereka masih berusia anak-anak. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara semi-terstruktur. Teknik analisis data yang digunakan yaitu teknik analisis data tematik, sedangkan uji keabsahan data dilakukan dengan teknik triangulasi sumber. Penelitian ini menemukan bahwa partisipan melalui beberapa proses dinamis hingga mencapai resiliensi. Proses dinamis yang dilalui kedua partisipan berbeda. Tahapan yang dilalui partisipan 1 yaitu *succumbing*, *survival*, dan *recovery*, sedangkan tahapan yang dilalui partisipan 2 yaitu *succumbing*, *survival*, *recovery*, dan *thriving*. Perbedaan tahapan yang dilalui dikarenakan oleh faktor yang menjadikan para partisipan resilien berbeda. Dukungan sosial yang diterima (faktor eksternal) berbeda sehingga membentuk keyakinan yang ada dalam diri dan cara partisipan memandang situasi sulit yang dihadapi berbeda (faktor internal) sehingga tahap yang dilalui untuk mencapai resiliensi berbeda.

Kata Kunci: Resiliensi, remaja, perceraian orang tua

Abstract

This study was aimed to determine the dynamics process of resilience. This study used qualitative research method with case study approach. Participants selected by purposive sampling technique. There were two participants in this study whose parents were divorced when they were a kid. Their initials were AW and ANF. The data was collected by semi-structured interview method. The data was analysed using thematic data analysis technique. Validity of the data used source triangulation. This study found that participants go through several dynamic processes to reach resilience. The dynamic processes that passed by both participants were different. The dynamic processes of participant 1 were succumbing, survival, and recovery. The dynamic processes of participant 2 were succumbing, survival, recovery, and thriving. The difference of social supports made both participants had different point of view to face their problems and that made the way participants reach resilience could be different.

Keywords: Resilience, adolescent, divorced parents

PENDAHULUAN

Perceraian saat ini bukan hal yang sulit untuk ditemui. Data perceraian yang diputus oleh pengadilan agama seluruh Indonesia milik Badan Peradilan Agama Mahkamah Agung Republik Indonesia tahun 2014 menunjukkan bahwa dalam 5 tahun terakhir yaitu tahun 2010 hingga 2014, kasus perceraian selalu meningkat setiap tahunnya (Andaryuni, 2017). Data lain menunjukkan bahwa pada tahun 2015 kasus perceraian di provinsi Jawa Timur saja mencapai seratus ribu kasus (Islamarina & Setiawati, 2018). Perceraian tidak hanya berdampak pada pasangan suami istri yang mengalami perceraian, namun juga bisa berdampak pada anggota keluarga lain. Anggota keluarga yang paling terdampak biasanya adalah anak dari pasangan bercerai tersebut.

Dampak yang ditimbulkan akan cenderung negatif. Benedek dan Brown menyatakan bahwa reaksi yang timbul pada seorang anak yang orang tuanya bercerai biasanya sedih, takut, cemas, merasa ditelantarkan, marah, dan memiliki keinginan untuk mendamaikan orang tua mereka (Altundağ & Bulut, 2014).

Anak-anak yang orang tuanya bercerai dari segala usia (baik dia masih anak-anak maupun sudah menginjak remaja) dapat mengalami kesedihan dan depresi dimana hal tersebut merupakan keadaan emosional jangka panjang yang dapat bertahan hingga beberapa tahun setelah perceraian orang tua (Rizkiani & Susandari, 2018). Hal tersebut sejalan dengan pendapat Altundağ dan Bulut (2014) yang menemukan bahwa remaja yang mendapatkan dampak negatif dari perceraian orang tua tidak hanya mereka yang perceraian orang tuanya terjadi

ketika mereka sudah menginjak remaja, namun juga bisa terjadi pada remaja yang orang tuanya bercerai ketika mereka masih anak-anak. Pada penelitian ini, pembahasan hanya akan mengarah pada anak dengan orang tua bercerai yang berusia remaja.

Masten, Best, dan Garnezy (1990) serta Kelly dan Emery (2003) menyebutkan bahwa pengalaman perceraian orang tua yang dihadapi remaja dapat menimbulkan masalah-masalah psikologis dan berisiko mengalami masalah dalam penyesuaian diri. Selain itu, remaja dengan latar belakang orang tua bercerai juga sering mendapat stigma negatif dari masyarakat. Sebagian besar masyarakat beranggapan bahwa kebanyakan remaja yang terlibat kenakalan remaja berasal dari keluarga yang tidak harmonis seperti seringnya terjadi pertengkaran hingga yang telah berujung pada perceraian. Banyaknya kasus kenakalan remaja yang dilakukan oleh anak dengan latar belakang keluarga yang tidak harmonis membuat sebagian masyarakat menggeneralisasikan bahwa anak yang orang tuanya tidak harmonis atau yang bercerai sudah pasti akan menjadi remaja yang nakal, padahal pada nyatanya tidak semua anak yang orang tuanya tidak utuh terlibat kenakalan remaja.

Masten, Best, dan Garnezy (1990) menyebutkan bahwa terlibat atau tidaknya seorang remaja dalam kenakalan remaja sebagai akibat perceraian orang tua sebenarnya sangat bergantung pada daya tahan seorang remaja terkait proses dan kemampuan dalam menyesuaikan diri atau yang juga biasa dikenal dengan istilah resiliensi. Reivich dan Shatte (dalam Rizkiani & Susandari, 2018, hal. 318) mendefinisikan resiliensi sebagai suatu kemampuan dalam merespon dengan cara yang sehat dan produktif ketika dihadapkan dengan situasi-situasi sulit sehingga seorang individu mampu mengendalikan tekanan-tekanan yang ditimbulkan. Chen dan George (2005) menyatakan bahwa resiliensi merupakan faktor penting dalam menentukan kemampuan seorang remaja beradaptasi terhadap situasi perceraian.

Individu yang memiliki resiliensi negatif akan mudah terjerumus dalam dampak negatif dari situasi-situasi sulit yang dialami (Islamarinda & Setiawati, 2018). Hal tersebut berbanding terbalik dengan individu yang memiliki resiliensi positif atau yang biasa disebut sebagai individu yang resilien. Mereka akan cenderung bisa memposisikan diri dan mengetahui bagaimana cara menyikapi masalahnya, kemudian akan berusaha mengatasi masalah tersebut dan akan mengambil pelajaran dari masalah yang dialami untuk dijadikan sebagai motivasinya dalam menjalani hidup untuk kedepannya (Islamarinda & Setiawati, 2018).

O'Leary dan Ickovics (1995) menyebutkan bahwa untuk mencapai resiliensi terdapat 4 proses tahapan yang dilalui yaitu *succumbing*, *survival*, *recovery*, dan *thriving*. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti ingin mengetahui mengenai resiliensi remaja dengan latar belakang orang tua yang bercerai. Peneliti ingin mengungkap dinamika terbentuknya resiliensi dalam diri partisipan. Dinamika merupakan sebuah pergerakan secara terus-menerus yang dapat menimbulkan perubahan dalam hidup individu

(Dinamika, 2019). Dinamika dapat diartikan sebagai sebuah proses berkelanjutan yang menghasilkan perubahan (Dynamic, 2019). Freitas dan Downey (1998) menyatakan bahwa konsep dinamika dalam resiliensi lebih mengarah pada bagaimana proses mencapai resiliensi dan mengapa cara setiap individu dalam mencapai resiliensi tersebut dapat mengalami perbedaan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Penelitian kualitatif bertujuan untuk menggali dan memahami peristiwa secara khusus, unik, dan mendetail sedangkan metode studi kasus lebih merujuk pada sebuah teori atau implikasi dari perkembangan sebuah teori (Wilig, 2008). Partisipan pada penelitian ini yaitu remaja akhir berusia 19 tahun yang berinisial (ANF) dan remaja akhir berinisial (AW) berusia 20 tahun. Teknik pengambilan subjek menggunakan teknik *purposive sampling*. Setiap partisipan menggunakan 3 *significant others* untuk memperkuat data yang didapatkan dari partisipan. *Significant others* yang digunakan yaitu orang terdekat partisipan yang terdiri dari pengasuh, ibu, dan teman dekat partisipan.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu wawancara semi-terstruktur. Wawancara semi-terstruktur memungkinkan partisipan untuk lebih bisa bicara secara bebas dan terbuka serta mudah memahami pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh peneliti (Wilig, 2008). Selain itu, observasi juga akan dilakukan selama wawancara untuk memperkuat data hasil wawancara. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis data tematik. Analisis tematik merupakan suatu metode analisis data dengan cara mengidentifikasi dan menganalisis tema yang ada dalam data penelitian (Braun & Clarke, 2006).

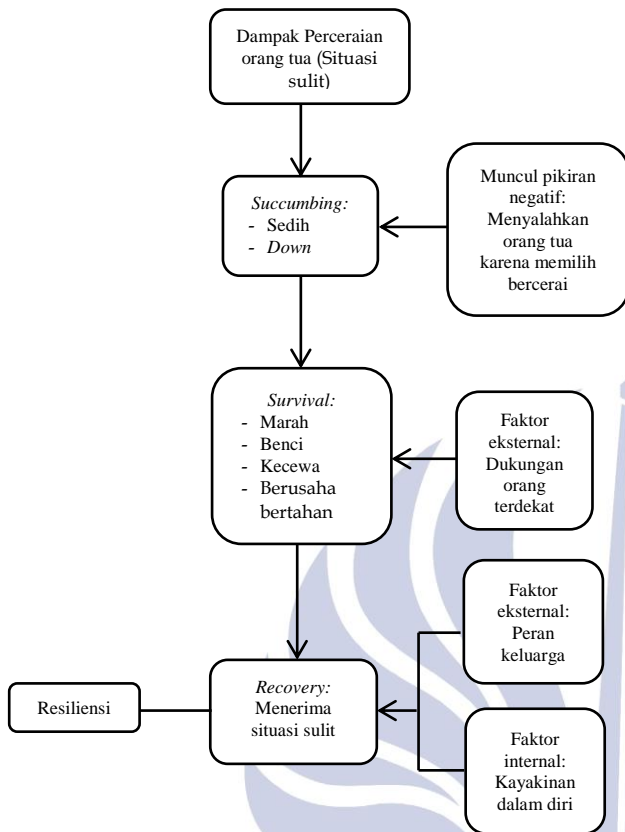
Uji keabsahan data pada penelitian kualitatif dengan metode studi kasus salah satunya yaitu triangulasi. Triangulasi merupakan suatu pendekatan analisis data dengan cara mengumpulkan data dari berbagai sumber (Creswell, 2014). Triangulasi yang dipilih yaitu triangulasi sumber. Triangulasi sumber merupakan pengecekan yang dilakukan dengan cara membandingkan informasi yang didapat dari sumber yang berbeda (Creswell, 2014). Peneliti juga akan melakukan *membercheck* dan menggunakan bahan referensi untuk menguji keabsahan data. Sugiono (2017) menyebutkan bahwa *membercheck* merupakan proses pengecekan data yang dilakukan peneliti kepada pemberi data sedangkan bahan referensi yang dimaksud yaitu bahan pendukung untuk membuktikan data yang ditemukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menemukan bahwa partisipan melalui beberapa proses dinamis hingga mencapai resiliensi. Data penelitian ini dianalisis dengan merujuk pada tahap yang dilalui untuk mencapai resiliensi menurut O'Leary dan Ickovics (1995) yaitu *succumbing*, *survival*, *recovery*, dan *thriving*. Partisipan 1 dan partisipan 2 melalui tahapan yang berbeda untuk mencapai resiliensi. Partisipan 1 tidak melalui tahap *thriving* untuk mencapai

resiliensi. Proses dinamis yang dilalui partisipan hingga mencapai resiliensi yaitu sebagai berikut:

1. Dinamika terbentuknya Resiliensi Partisipan 1



Bagan 4.1 Dinamika terbentuknya Resiliensi Partisipan 1

Bagan 4.1 menunjukkan dinamika terbentuknya resiliensi pada partisipan 1 (AW). Perceraian orang tua merupakan situasi sulit bagi AW yang menyebabkan penurunan dalam diri AW atau yang biasa dikenal dengan istilah *succumbing*. Penelitian ini menemukan bahwa AW mengalami situasi-situasi sulit di masa kecilnya. Situasi-situasi sulit tersebut sebenarnya berakar dari konflik yang terjadi di antara kedua orang tuanya hingga berujung pada perceraian. AW harus hidup terpisah dari orang tua karena orang tua bekerja. Perceraian orang tua AW terjadi ketika AW duduk di bangku SD, namun hubungan kedua orang tua AW sudah tidak harmonis ketika AW masih kecil. Sejak saat itu (orang tua tidak harmonis), hubungan AW dengan ayah mulai renggang hingga pernah benar-benar putus komunikasi dengan ayah selama beberapa tahun pasca perceraian. Hal tersebut merupakan situasi-situasi sulit bagi AW.

Situasi-situasi sulit yang dialami AW memunculkan pikiran-pikiran negatif dalam diri AW seperti, “Mengapa aku tidak tinggal bersama kedua orang tuaku?”, “Mengapa ayahku pergi meninggalkanku?”, hingga “Mengapa semua itu harus terjadi padaku?”. AW selalu bertanya-tanya mengapa perceraian orang tuanya harus terjadi dan mengapa orang tuanya harus memilih perceraian untuk menyelesaikan masalah mereka. Hal itu memunculkan perasaan sedih. Pertanyaan-pertanyaan

yang muncul tersebut juga sempat membuat AW ingin menyerah, bahkan AW mengumpamakan jika perceraian itu terjadi ketika AW sudah memahami apa itu perceraian, mungkin AW lebih memilih untuk pergi karena merasa situasi yang dihadapinya itu benar-benar berat dan membuatnya ingin menyerah pada situasi tersebut. Keadaan semakin diperparah dengan perilaku beberapa teman AW yang membully AW terkait dengan perceraian orang tua AW.

Penelitian ini menemukan bahwa AW merasakan *down* atas kejadian yang menimpanya yaitu perceraian orang tua dan putusnya komunikasi dengan ayah pasca perceraian terjadi. AW sempat merasa bahwa ayahnya meninggalkan tanggung jawabnya sebagai seorang ayah. Hal tersebut memunculkan perasaan sedih dan kecewa yang membuat AW sempat membenci situasi yang menimpanya dan ayahnya. AW merasa bahwa dirinya kehilangan figur ayah. Situasi sulit seperti perceraian orang tua dan ayah yang pergi meninggalkannya membuat AW larut dalam situasi yang menimpanya yang kemudian memunculkan emosi-emosi negatif dalam dirinya atau yang disebut juga dengan istilah *survival*.

Penelitian ini menemukan bahwa AW sempat larut dalam situasi sulitnya. AW mengalami kesulitan dalam mengembalikan fungsi-fungsi psikologis yang ditunjukkan dengan lebih banyak menunjukkan emosi-emosi negatif saat itu. Emosi-emosi negatif yang ditunjukkan AW diantaranya yaitu marah, benci, dan kecewa. Perasaan marah dan benci lebih mengarah pada keadaan yang dialami yaitu perceraian orang tua dan ayah yang memutuskan komunikasi. Perasaan marah tersebut muncul karena para AW merasa mengapa orang tuanya harus memilih perceraian sebagai pemecahan masalahnya. AW merasa marah terhadap keadaan yang menimpanya saat itu sedangkan perasaan benci lebih mengarah pada perceraian orang tua itu sendiri.

Penelitian ini menemukan bahwa AW sempat sangat membenci perceraian kedua orang tuanya. Selain itu, rasa benci juga mengarah pada ayah yang sempat memutuskan komunikasi pasca perceraian. Perilaku ayah yang pergi meninggalkan dan memutuskan komunikasi selama beberapa waktu memunculkan perasaan kecewa dalam diri AW terhadap ayah. AW merasa bahwa ayahnya tidak peduli dan meninggalkan tanggung jawab. AW juga merasa bahwa ayahnya meninggalkan kewajiban sebagai seorang ayah seperti memberi nafkah dan memberikan figur ayah pada anaknya. Hal tersebut yang memunculkan perasaan kecewa.

Emosi-emosi negatif yang muncul tidak membuat AW ingin menyerah terhadap situasi sulitnya. AW tetap berusaha bertahan dan menghadapi situasi sulit yang menimpanya. Penelitian ini menemukan bahwa AW memang cenderung menunjukkan emosi negatif akibat perceraian orang tua yang dialami saat itu, namun AW tidak menyerah pada situasi sulit yang menimpanya. AW mengaku bahwa memang berat baginya untuk menerima situasi-situasi sulit yang dialaminya saat itu mulai dari perceraian orang tua hingga ayah yang pergi tanpa ada kabar, namun AW tetap berusaha menghadapi situasi sulit tersebut.

Dukungan dari orang-orang terdekat sangat membantu AW untuk menghadapi situasi sulitnya. AW merasa bahwa masih banyak orang-orang di sekitarnya yang peduli dan sayang padanya sehingga tidak ada alasan bagi AW untuk tetap larut dalam kesedihan akibat perceraian orang tua dan kehilangan figur ayah. Kehadiran orang-orang sekitar dan peranan yang diberikan sangat membantu AW bertahan dan menghadapi situasi sulitnya. AW juga sering mengutarakan apa yang dirasakannya pada orang-orang terdekatnya terkait perceraian orang tuanya dan apa yang dirasakan saat itu. Hal tersebut tentunya akan sangat membantu orang-orang terdekat AW untuk membantu AW menemukan jalan keluar dalam pemecahan masalah yang dihadapi.

AW menanamkan keyakinan dalam diri bahwa segala yang terjadi merupakan kehendak Tuhan sehingga AW menyerahkan semua pada Tuhan. AW yakin bahwa perceraian kedua orang tuanya merupakan kehendak Tuhan sehingga apapun yang terjadi AW harus tetap menerima itu walaupun berat. AW meyakini bahwa pasti akan hikmah yang dapat diambil dari kejadian itu karena Tuhan mengetahui apa yang terbaik. Hal tersebut tentunya sangat membantu AW untuk menerima situasi sulit yang dialami yang kemudian dapat membantu AW membangkitkan energi-energi positif yang ada dalam dirinya atau yang disebut juga dengan *recovery*.

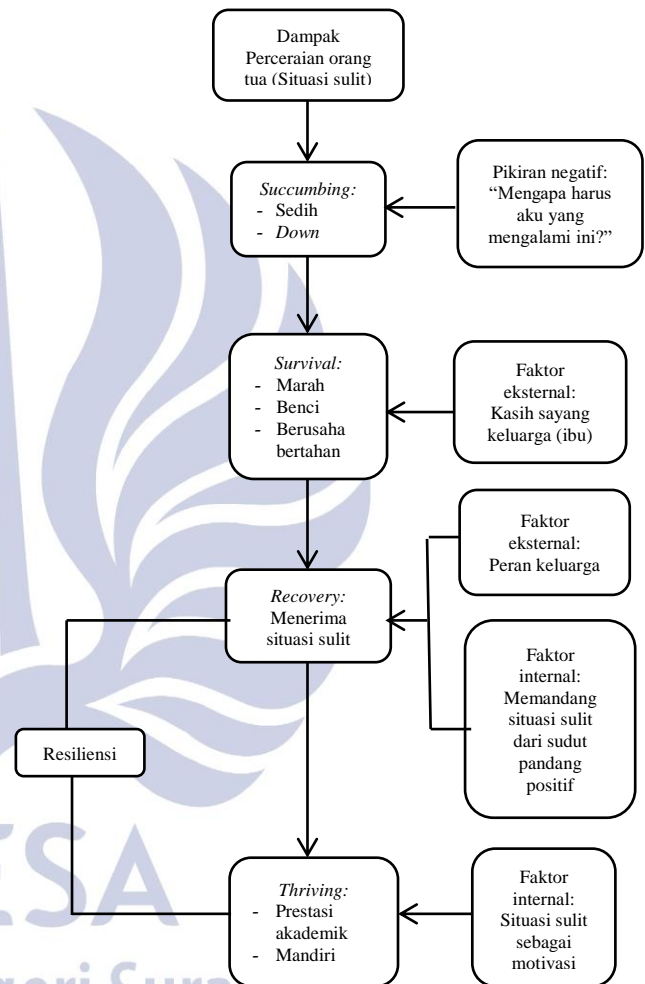
Penelitian ini menemukan bahwa AW telah mampu membangkitkan energi-energi positif dalam dirinya. AW menganggap bahwa apa yang telah terjadi di masa lalunya tersebut merupakan jalan terbaik sehingga tidak ada alasan untuk menyesalinya, walaupun demikian AW mengaku bahwa dirinya membutuhkan waktu hingga bisa menerima situasi sulit tersebut. Semakin bertambahnya usia, membuat AW bisa menerima situasi sulit yang dialami. Penerimaan terhadap situasi sulit yang dialami membantu AW untuk bisa memaafkan ayahnya dan memperbaiki hubungannya dengan ayah yang sempat terputus. Hal tersebut menunjukkan bahwa AW telah menghilangkan rasa benci dan marahnya terhadap ayah. AW menganggap rasa benci dan marah tidak akan mengubah keadaan yang telah terjadi.

AW menanamkan keyakinan dalam diri bahwa apapun masalahnya hidup harus tetap berjalan. Keyakinan tersebut sangat membantu AW untuk bisa bangkit dan tidak terus larut dalam situasi sulit di masa lalunya. Keyakinan yang ditanamkan dalam diri AW merupakan cara bagi AW untuk bisa menghadapi situasi sulitnya. Keyakinan yang ditanamkan dalam diri AW tersebut, membuat AW lebih fokus pada kehidupannya di masa depan. AW memiliki keinginan untuk membahagiakan orang-orang yang dianggap sangat berjasa baginya. AW juga lebih sering menghabiskan waktunya untuk melakukan hal-hal yang menurutnya menyenangkan seperti bermain dan melakukan hobinya. Hal tersebut membantu AW untuk tidak terus larut dalam masalahnya.

Penelitian ini menemukan bahwa usaha yang dilakukan AW untuk bisa menerima situasi sulitnya juga didukung oleh peranan dari orang-orang terdekatnya. Kasih sayang yang diberikan oleh orang-orang terdekat

seperti keluarga dan teman-teman membuat AW lebih mudah untuk menghadapi dan menerima apa yang telah terjadi. Pihak keluarga AW juga berusaha untuk memberikan figur ayah bagi AW. Hal tersebut membuat AW mampu mengembalikan emosi-emosi positif dan fungsi-fungsi psikologis dalam dirinya. AW mampu menjalani kehidupannya seperti anak-anak lain yang memiliki keluarga utuh. Berdasarkan hal tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa AW telah mencerminkan karakteristik individu yang resilien.

2. Dinamika terbentuknya Resiliensi Partisipan 2



Bagan 4.2 Dinamika terbentuknya Resiliensi Partisipan 2

Bagan 4.2 menunjukkan dinamika terbentuknya resiliensi pada partisipan 2 (ANF). Perceraian orang tua merupakan situasi sulit bagi ANF, bahkan ANF menyebutkan bahwa sebelum perceraian terjadi situasi yang dialaminya sudah cukup sulit karena kedua orang tuanya sudah terlibat konflik yang menyebabkan ayahnya pergi tanpa kabar. Situasi yang dialami ANF membuat ANF mengalami penurunan dalam dirinya atau yang disebut juga dengan istilah *succumbing*.

Situasi sulit yang dialami ANF, sempat membuatnya merasa *down* ketika itu, bahkan ANF menganggap bahwa situasi sulit yang dialaminya ketika kecil merupakan

sebuah pengalaman traumatis. Perasaan *down* tersebut terjadi terutama ketika ANF masih kecil. ANF merasa bahwa dirinya tidak seperti teman-temannya yang bisa menghabiskan waktu bersama orang tuanya. ANF sempat bertanya-tanya “Mengapa ini terjadi?”, “Mengapa harus aku yang mengalaminya?”, dan “Mengapa ayah tidak pernah pulang?”. Hal tersebut memunculkan emosi negatif dalam diri ANF. Larut dalam situasi sulit hingga menimbulkan emosi negatif disebut juga dengan *survival*.

Penelitian ini menemukan bahwa partisipan 2 (ANF) hanya menunjukkan perasaan negatif. ANF tidak menunjukkan permasalahan pada perilaku dan kognitif. ANF sempat merasa berbeda dengan teman-temannya karena memiliki keluarga yang tidak utuh, namun hal tersebut tidak membuat ANF menarik diri dari lingkungannya. ANF mengungkapkan bahwa dirinya selalu menangis ketika mengingat orang tuanya yang berpisah ketika itu. ANF merasa sedih jika harus mengingat kedua orang tuanya yang bercerai. Selain itu, ANF juga merasa marah atas keadaan yang menimpanya.

ANF sempat merasa tidak ingin menerima situasi sulit yang menimpanya dan merasa marah dengan situasi tersebut. Perasaan marah itu lebih mengarah pada ayah yang pergi meninggalkannya tanpa kabar. ANF merasa bahwa ayahnya tidak menyayanginya sehingga pergi meninggalkannya. Hal tersebut membuat ANF membenci ayahnya. ANF benar-benar membenci ayahnya ketika itu hingga menganggap ayahnya telah meninggal karena tidak pernah menemuinya.

Emosi-emosi negatif yang muncul tidak membuat ANF menyerah pada situasi sulitnya. ANF tetap berusaha bertahan dan menghadapi situasi sulitnya. Kemampuan ANF untuk bertahan dan menghadapi situasi sulitnya disebabkan oleh kasih sayang yang diberikan oleh keluarganya. Keluarga ANF berusaha menggantikan figur ayah sehingga ANF tetap mendapat figur ayah walaupun ayahnya pergi meninggalkannya.

Kasih sayang yang diberikan oleh keluarga ANF (terutama keluarga dari pihak ibu) membuat ANF mulai bisa membangkitkan emosi-emosi positif dalam dirinya atau yang disebut dengan *recovery*.

Penelitian ini menemukan bahwa ANF membutuhkan waktu hingga bisa menerima perceraian orang tuanya. Semakin bertambahnya usia, membuat ANF mulai memahami apa yang terjadi dan menganggap bahwa apa yang terjadi merupakan jalan yang terbaik. ANF bahkan beranggapan bahwa jika perceraian itu tidak dilakukan, mungkin permasalahan menjadi semakin besar. Pemahaman terhadap situasi sulit yang dihadapi membuat ANF bisa ikhlas untuk menerima situasi sulit yang dihadapi. Hal tersebut dapat membantu ANF untuk bisa mengembalikan energi-energi positif dalam dirinya.

ANF mulai bisa memaafkan ayahnya yang sempat sangat dibencinya dan kembali menyambung komunikasi dengan ayahnya yang sempat terputus. ANF beranggapan bahwa rasa marah dan bencinya tidak akan mengubah keadaan sehingga tidak ada alasan baginya untuk terus larut dalam perasaan tersebut. Selain itu, ANF juga menyadari bahwa apapun yang terjadi ayahnya tetap akan menjadi ayahnya sehingga ANF memutuskan untuk

memaafkan ayahnya dan memperbaiki hubungan dengan ayahnya.

Kemampuan ANF untuk bisa bangkit dan menerima situasi sulit yang dihadapinya karena ada peran besar dari pihak keluarga, terutama kakek dan nenek yang berusaha untuk menggantikan peran kedua orang tuanya. Sejak kecil, ANF harus hidup terpisah dengan kedua orang tuanya dan hanya tinggal bersama kakek dan neneknya. ANF menganggap bahwa kakek dan neneknya benar-benar menggantikan peran kedua orang tuanya. Hal tersebut sangat membantu ANF untuk bisa menghadapi permasalahannya. Kakek dan nenek ANF merupakan alasan bagi ANF untuk bisa bangkit dan kembali menjalani kehidupannya.

ANF memiliki keinginan besar untuk membahagiakan kakek dan neneknya dan hal tersebut tentunya tidak akan terwujud jika ANF masih terus larut dalam permasalahan di masa lalunya. Selain itu, ANF juga memandang situasi sulit yang dihadapi dari sudut pandang yang positif. Hal tersebut tentu sangat membantu ANF untuk menerima situasi sulitnya.

ANF beranggapan bahwa perceraian merupakan jalan yang terbaik bagi kedua orang tuanya. ANF beranggapan bahwa konflik antara kedua orang tuanya mungkin akan menjadi lebih parah jika tidak memilih jalan perceraian. ANF juga menganggap bahwa hidup terpisah dari kedua orang tua sejak kecil mungkin adalah cara Tuhan untuk menjadikannya lebih mandiri. Situasi sulit yang dihadapi seorang individu dapat memunculkan kemampuan baru dalam diri individu atau yang dapat disebut juga dengan istilah *thriving*.

Situasi sulit yang berhasil dihadapi akan memberikan kemampuan baru bagi individu. Perceraian orang tua menjadikan ANF menjadi individu yang lebih mandiri. Hal tersebut didukung dengan beberapa pernyataan dari orang terdekat ANF yang menyatakan bahwa ANF sangat mandiri karena sejak kecil sudah terbiasa melakukan apa-apa sendiri karena jauh dari orang tua dan kakek serta neneknya yang sudah tua. Selain mandiri, perceraian orang tua juga melahirkan sikap hati-hati dalam diri ANF.

Sikap hati-hati yang dimaksud yaitu lebih mengarah pada pemilihan pasangan dan kehidupan ketika sudah berumah tangga. ANF mengungkapkan bahwa dirinya tidak ingin jika nanti mengalami apa yang dialami kedua orang tuanya (perceraian) karena selain berdampak pada pasangan yang bercerai juga pasti akan berdampak pada anak dari pasangan tersebut.

Penelitian ini menemukan bahwa ANF telah mampu bangkit dari keadaan sebelumnya seperti merasa sedih, *down*, marah, dan benci, terhadap situasi sulit yang dialami. Situasi sulit yang dialami memberikan ANF semangat baru dalam menjalani hidup. ANF ingin menunjukkan bahwa dirinya mampu mencapai apa yang anak-anak dengan latar belakang keluarga utuh capai.

ANF memiliki riwayat prestasi akademik yang baik. ANF ingin membuktikan bahwa dirinya mampu mencapai prestasi walaupun sejak kecil harus hidup terpisah dari kedua orang tuanya, berbeda dengan teman-temannya yang setiap hari dapat belajar bersama ibu atau ayahnya. ANF lebih memilih untuk fokus pada masa

depan daripada harus tetap larut dalam permasalahan di masa lalunya. ANF menyibukkan diri dengan mengikuti kegiatan-kegiatan positif sebagai usahanya untuk bangkit. Selain itu, kegiatan-kegiatan positif juga dapat membantu ANF berkembang ke arah yang lebih baik.

3. Dinamika terbentuknya Resiliensi pada Partisipan

McCubin (2011) mendefinisikan resiliensi sebagai sebuah proses dinamis adaptasi positif dalam menghadapi situasi-situasi sulit. Penelitian ini menemukan bahwa partisipan melalui beberapa proses dinamis hingga mencapai resiliensi. Proses dinamis yang dilalui tiap partisipan berbeda. Proses dinamis tersebut diawali dengan tahap *succumbing*. Kedua partisipan melalui tahap *succumbing*. *Succumbing* merupakan suatu keadaan penurunan dalam diri individu yang menyebabkannya merasa kalah dan ingin menyerah atas situasi sulit yang menimpanya (Coulson, 2006).

Kedua partisipan mengalami penurunan dalam dirinya yang ditunjukkan dengan munculnya perasaan-perasaan negatif seperti merasa sedih dan *down*. Perasaan negatif yang muncul dalam diri kedua partisipan disebabkan oleh hal yang berbeda. Perasaan sedih dan *down* pada partisipan 1 lebih mengarah pada situasi kehilangan figur seorang ayah. Hal tersebut diperparah dengan perlakuan beberapa teman partisipan 1 yang sempat menjadikan perpisahan kedua orang tua partisipan sebagai bahan *bully-an*. Perlakuan beberapa teman partisipan 1 semakin membuat partisipan 1 larut dalam perasaan negatifnya. Perasaan-perasaan negatif tersebut menimbulkan pikiran-pikiran negatif seperti “mangapa semua ini harus terjadi?”.

Partisipan 1 sempat menyalahkan kedua orang tuanya karena harus perceraian sebagai jalan keluar. Partisipan 1 bahkan sempat berpikiran mungkin dia akan lebih memilih lari dari permasalahan yang dihadapi jika saja permasalahan tersebut terjadi di usia remaja atau dewasa karena partisipan 1 beranggapan bahwa mungkin saja dirinya akan menyerah pada keadaan yang menimpanya. Perasaan negatif yang muncul dari partisipan 2 lebih mengarah pada perpisahan kedua orang tuanya. Partisipan 2 bahkan sempat memiliki keinginan besar bahwa kedua orang tuanya akan bersatu lagi suatu hari nanti.

Perasaan negatif pada partisipan 2 juga memunculkan pikiran-pikiran negatif. Pikiran-pikiran negatif tersebut lebih mengarah pada partisipan 2 yang cenderung menyalahkan situasi yang terjadi. Partisipan 2 menganggap bahwa dirinya masih sangat kecil saat itu, namun mengapa harus menghadapi situasi yang cukup berat. Situasi sulit yang dialami kedua partisipan membuat keduanya larut di dalamnya, namun kedua partisipan tetap berusaha bertahan dan menghadapi situasi tersebut. Hal ini disebut juga dengan *survival*.

Charney (2004) menyebutkan bahwa *survival* merupakan salah satu bentuk respon terhadap situasi sulit yang dialami individu. *Survival* merupakan suatu kondisi individu yang larut dalam situasi sulit yang dihadapi sehingga individu tersebut mengalami kesulitan untuk mengembalikan fungsi-fungsi psikologis serta emosi-emosi positif (Coulson, 2006). Carver (1998)

menyebutkan bahwa individu yang berada dalam tahap *survival* cenderung lebih banyak menunjukkan emosi-emosi negatif sebagai respon terhadap situasi sulit yang dihadapi, namun tetap berusaha bertahan menghadapi situasi sulit yang menimpanya.

Kedua partisipan menunjukkan emosi-emosi negatif sebagai respon terhadap situasi sulit yang dihadapi. Emosi negatif yang ditunjukkan oleh partisipan 1 yaitu marah, benci, dan kecewa. Perasaan marah lebih mengarah pada keputusan yang diambil oleh kedua orang tuanya yaitu perceraian. Partisipan 1 sempat merasa mengapa kedua orang tuanya tidak membicarakan permasalahannya secara baik-baik sehingga tidak harus berakhir dengan perceraian.

Perasaan benci dan kecewa lebih mengarah pada ayahnya. Partisipan 1 sempat membenci ayahnya karena dianggap sudah tidak peduli dengannya karena telah meninggalkannya dan merasa kecewa karena menganggap ayahnya meninggalkan kewajiban serta tanggung jawab sebagai seorang ayah. Emosi negatif yang ditunjukkan oleh partisipan 2 yaitu marah dan benci.

Perasaan marah lebih mengarah pada situasi sulit yang menimpanya. Partisipan 2 sempat menyalahkan keadaan yang menimpanya karena merasa mengapa harus dirinya yang menghadapi keadaan tersebut, sedangkan perasaan benci lebih mengarah pada ayahnya. Partisipan 2 sempat sangat membenci ayahnya, bahkan menganggap ayahnya telah meninggal ketika itu. Perasaan benci yang terhadap ayah disebabkan oleh partisipan 2 yang saat itu memang belum memahami apa yang sebenarnya terjadi dan menganggap ayahnya pergi meninggalkannya tanpa alasan yang jelas.

Emosi negatif yang muncul tidak membuat kedua partisipan menyerah pada situasi sulitnya. Kedua partisipan tetap berusaha bertahan dan menghadapi situasi sulitnya. Hal tersebut disebabkan oleh adanya peran dari faktor eksternal. Partisipan 1 menganggap bahwa adanya dukungan dari orang-orang sekitar seperti keluarga dan teman membantunya untuk menghadapi situasi sulitnya, sedangkan partisipan 2 lebih menganggap kemampuannya untuk bisa menghadapi situasi sulit karena kasih sayang yang diberikan oleh kakek dan neneknya.

Partisipan 2 menganggap bahwa kakek dan neneknya benar-benar menggantikan peran orang tua baginya sehingga partisipan 2 tetap bisa melewati situasi sulitnya walaupun harus hidup terpisah dengan kedua orang tuanya. Partisipan 1 menganggap bahwa kehadiran orang-orang terdekat yang peduli padanya membuatnya bisa menghadapi situasi sulitnya. Partisipan 1 beranggapan bahwa masih banyak orang yang peduli padanya walaupun ayahnya pergi meninggalkannya.

Dukungan dan peranan dari orang-orang terdekat membantu partisipan untuk menerima situasi sulitnya. Kondisi ini disebut juga dengan *recovery*. Carver (1998) mendefinisikan *recovery* sebagai sebuah keadaan individu yang mulai membangkitkan energi-energi positif dalam dirinya (Carver, 1998). Emosi-emosi positif yang muncul dapat menekan emosi negatif yang ada dalam diri individu sehingga membantu individu tersebut mencapai

resiliensi (Tugade & Fredrickson, 2004). Individu menunjukkan peningkatan secara positif setelah menghadapi masalah yang dialaminya dan mampu bangkit serta mengembalikan fungsi-fungsi psikologis serta emosi-emosi positif walaupun berjalan secara perlahan (Coulson, 2006).

Kedua partisipan membutuhkan waktu hingga akhirnya mampu menerima perceraian kedua orang tuanya. Partisipan 1 mulai menerima perceraian kedua orang tuanya ketika SMA, sedangkan partisipan 2 mulai bisa menerima perceraian kedua orang tuanya ketika SMP. Partisipan 2 memandang situasi sulit yang dihadapi dari sudut pandang yang positif sehingga lebih mudah untuk menerima perceraian orang tuanya.

Partisipan 2 menganggap bahwa hal buruk mungkin akan terjadi jika ketika itu orang tuanya tidak memilih bercerai karena konflik yang terjadi antara kedua orang tuanya akan semakin besar. Selain itu, nasihat dari ibu partisipan 2 mengenai apapun yang terjadi ayahnya tetap akan menjadi ayahnya membuat partisipan 2 berusaha untuk memaafkan ayahnya dan mengikhlaskan apa yang telah terjadi. Partisipan 2 juga beranggapan bahwa perasaan benci dan marah yang ada dalam dirinya tidak akan mengubah keadaan yang telah terjadi sehingga tidak ada jalan lain selain menerimanya.

Partisipan 1 lebih memandang situasi sulitnya sebagai sebuah pelajaran yang mungkin tidak didapatkan oleh orang lain. Partisipan 1 beranggapan bahwa apapun yang terjadi, hidup harus tetap berjalan. Peran keluarga yang sejak kecil telah membekali partisipan 1 dengan ilmu agama membuat partisipan 1 lebih menganggap apa yang terjadi memang jalan dari Tuhan dan tentunya hal tersebut merupakan hal yang terbaik baginya serta pasti ada hikmah dibalik situasi sulit yang diberikan padanya. Hal ini membuat partisipan 1 bisa menerima situasi sulit yang menimpanya.

Kedua partisipan yang telah mampu menerima situasi sulit yang menimpanya membuat mereka mampu membangkitkan emosi-emosi positif yang ada dalam dirinya dan bisa kembali menjalani kehidupan sehari-harinya tanpa terus larus dalam masalah yang telah terjadi di masa lalu. Selain menerima perceraian orang tua, kedua partisipan juga sudah memaafkan ayah mereka dan kembali menjalin hubungan baik dengan ayah mereka.

O'Leary dan Ickovics (1995), Carver (1998), serta Coulson (2006) menyebutkan bahwa individu yang mencapai tahap *recovery* biasanya telah merepresentasikan karakteristik individu resilien. Berdasarkan hal tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa kedua partisipan memenuhi karakteristik sebagai individu yang resilien. O'Leary dan Ickovics (1995) menyebutkan bahwa situasi sulit yang dihadapi memunculkan kemampuan baru dalam diri individu yang membuat individu menjadi lebih baik. Hal ini disebut juga dengan *thriving*.

Seorang individu yang berada dalam tahap *thriving* ini biasanya mampu mengambil manfaat atau keuntungan dari situasi sulit yang dihadapi untuk kemudian diaplikasikan pada situasi sulit lainnya (Carver, 1998). Penelitian menemukan bahwa hanya partisipan 2 yang

mencapai tahap *thriving*. Situasi sulit yang menimpa menumbuhkan kemandirian dalam diri partisipan 2. Hal tersebut disebabkan karena partisipan 2 yang sejak kecil sudah hidup terpisah dari orang tua dan hanya tinggal bersama kakek serta nenek membuat partisipan 2 terbiasa melakukan apa-apa sendiri mengingat kakek dan neneknya yang sudah tidak muda lagi. Partisipan 2 yang terbiasa melakukan apapun secara mandiri menjadikannya berkembang.

Benson, Mannes, Pittman, dan Ferber, (2004) menyebutkan bahwa individu yang berada pada tahap *thriving* ini juga biasanya menunjukkan riwayat akademik yang baik di sekolah, menghargai perbedaan antar individu, mempertahankan gaya hidup sehat, memiliki jiwa kepemimpinan, berani menghadapi tantangan, mengutamakan kepentingan daripada kesenangan, dan tidak mudah menyerah pada situasi-situasi sulit yang dihadapi (Benson, Mannes, Pittman, & Ferber, 2004). Partisipan memiliki riwayat prestasi akademik yang baik di sekolah sejak kecil. Partisipan 2 menjadikan perceraian orang tuanya sebagai motivasinya untuk berprestasi. Partisipan 2 ingin menunjukkan bahwa dirinya tetap bisa berprestasi walaupun memiliki latar belakang orang tua yang tidak utuh.

Resiliensi merupakan kualitas yang dimiliki individu atau kemampuan untuk hidup sehat secara psikis setelah atau sedang ditimpa situasi-situasi yang sulit (Luthar, Cicchetti & Becker, 2000; Connor & Davidson, 2003; Masten dan Obradovic, 2006). Partisipan dalam penelitian ini tetap mampu hidup sehat secara psikis walaupun sedang menghadapi situasi sulit. Tidak ada data yang menunjukkan bahwa partisipan mengalami masalah serius terkait dengan psikis walaupun partisipan sempat menunjukkan emosi-emosi negatif sebagai reaksi terhadap situasi sulit yang dihadapi, namun partisipan tetap bisa menjalankan fungsi-fungsi psikologisnya. Hal tersebut dikarenakan partisipan yang mampu mengolah dampak negatif yang ditimbulkan oleh situasi sulitnya.

Tugade dan Fredrickson (2004) menyatakan bahwa resiliensi lebih merujuk pada individu yang mampu bertahan dan pulih dari situasi sulit secara efektif serta mampu melanjutkan hidupnya dengan baik setelah mengalami tekanan yang cukup berat. Perceraian orang tua merupakan sebuah situasi sulit bagi para partisipan yang sempat membuat para partisipan dalam penelitian ini merasa sangat terpuruk, namun para partisipan mampu untuk pulih dari keterpurukannya.

Partisipan memandang situasi sulitnya dari sudut pandang yang positif sehingga dapat membentuk sikap dan perilaku positif. Kedua partisipan memandang perceraian orang tua sebagai sebuah pelajaran yang memunculkan semangat baru dalam diri mereka untuk mencapai kehidupan yang lebih baik di masa depan. Hal ini sesuai dengan apa yang dinyatakan Sagone & Caroli (2016) yang menyatakan bahwa resiliensi merupakan proses pengolahan dampak negatif dari situasi sulit yang kemudian dikeluarkan dalam bentuk sikap dan perilaku positif.

Charney (2004) menyebutkan bahwa resiliensi bukan sebuah bentuk kepribadian melainkan sebuah pikiran, perilaku, atau tindakan yang dapat dipelajari. Oleh karena

itu, untuk mencapai resiliensi terdapat proses yang dilalui oleh individu seperti yang telah ditemukan dalam penelitian ini. Reivich dan Shatte menyatakan bahwa individu yang resilien tidak menganggap situasi sulitnya sebagai akhir dari segalanya (Septiyani, 2018). Penelitian ini menemukan bahwa para partisipan tetap bisa bertahan dan menghadapi situasi sulitnya. Mereka memiliki keyakinan bahwa apapun masalah yang terjadi hidup harus tetap berjalan sebagaimana mestinya. Hal ini membuktikan bahwa partisipan dalam penelitian ini termasuk dalam individu yang resilien.

Graber, Pichon, & Carabine (2015) menyebut bahwa resiliensi tidak hanya dimaknai sebagai bagaimana seseorang berjuang untuk bisa bertahan ketika dihadapkan dalam permasalahan, namun juga tentang bagaimana dia bisa menyelesaikan permasalahan tersebut. Partisipan dalam penelitian ini telah menemukan cara atas permasalahan yang dihadapi. Mereka mengikhlaskan apa yang telah terjadi dan mengambil pelajaran dari permasalahan yang dihadapi tersebut untuk kemudian dijadikan sebagai bekal untuk menjalani kehidupan di masa depan. Para partisipan juga telah memperbaiki hubungannya dengan ayah setelah sebelumnya sempat renggang. Hal tersebut merupakan salah satu usaha mereka untuk bisa mengikhlaskan apa yang telah terjadi.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa partisipan merupakan individu yang resilien. Partisipan mampu bangkit dari dampak-dampak negatif yang dialami akibat perceraian orang tua. Hal tersebut sesuai dengan definisi dari resiliensi yaitu kemampuan seorang individu untuk mampu bertahan dan menghadapi situasi sulit serta mampu bangkit dari dampak-dampak negatif yang diakibatkan oleh situasi sulit tersebut.

Partisipan melalui tahap yang berbeda untuk mencapai resiliensi. Tahapan yang dilalui partisipan 1 yaitu *succumbing*, *survival*, dan *recovery*, sedangkan tahapan yang dilalui partisipan 2 yaitu *succumbing*, *survival*, *recovery*, dan *thriving*. Perbedaan tahapan yang dilalui dikarenakan oleh faktor yang menjadikan para partisipan resilien berbeda. Dukungan sosial yang diterima (faktor eksternal) berbeda sehingga membentuk keyakinan yang ada dalam diri dan cara partisipan memandang situasi sulit yang dihadapi berbeda (faktor internal).

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, perceraian orang tua merupakan situasi sulit bagi partisipan. Partisipan masih berusia anak-anak (usia SD) ketika kedua orang tuanya resmi bercerai. Perceraian orang tua menjadi tekanan sendiri bagi partisipan pada saat itu. Perceraian orang tua menyebabkan partisipan sempat merasa *down* dan merasa ingin menyerah dengan keadaannya saat itu atau yang juga disebut sebagai *succumbing*.

Perasaan kalah dan ingin menyerah dalam diri partisipan saat itu membuat partisipan cenderung

menunjukkan emosi-emosi negatif seperti marah, benci, dan kecewa, namun kasih sayang dari orang-orang terdekat membuat partisipan memilih untuk tetap bertahan dan menghadapi situasi sulitnya. Keyakinan yang ditanamkan dalam diri bahwa segala sesuatu merupakan kehendak dari Tuhan membuat partisipan tetap bertahan dan menghadapi situasi sulitnya walaupun hal tersebut tidak mudah bagi partisipan. Tahapan ini disebut sebagai *survival*.

Keyakinan bahwa segala sesuatu merupakan kehendak Tuhan membuat partisipan ikhlas terhadap situasi sulit yang dihadapi sehingga partisipan dapat menerimanya. Hal tersebut disebut sebagai *recovery*. Kemampuan partisipan untuk bisa menerima situasi sulit yang dihadapi sangat dipengaruhi oleh cara pandangnya terhadap situasi sulit tersebut. Partisipan memandang situasi sulitnya sebagai sebuah pelajaran.

Situasi sulit dapat memberikan manfaat bagi individu seperti memunculkan kemampuan baru yang tidak dimiliki sebelumnya. Hal tersebut ditemukan pada partisipan 2. Tahapan ini disebut juga sebagai *thriving*. Partisipan 2 dapat menjadi lebih mandiri sebagai dampak positif menghadapi situasi sulitnya di masa lalu. Berdasarkan hal tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa partisipan telah mencapai resiliensi. Partisipan telah mampu bangkit dan tidak terus larut dalam emosi-emosi negatif yang disebabkan perceraian orang tua.

Saran

Berdasarkan uraian dan kesimpulan yang telah dipaparkan di atas, maka terdapat beberapa saran yang dapat dijadikan bahan pertimbangan oleh pihak-pihak terkait diantaranya yaitu:

1. Bagi Partisipan
Partisipan diharapkan mampu mempertahankan resiliensi yang dimiliki. Partisipan diharapkan mampu menerapkan resiliensi yang dimiliki ketika dihadapkan dengan *setting* permasalahan yang lain.
2. Bagi Anak dengan Orang Tua yang Bercerai
Anak yang menghadapi perceraian orang tua diharapkan tidak terus larut dalam kesedihan yang diakibatkan perceraian orang tua. Anak yang dihadapkan dengan perceraian orang tua diharapkan dapat memandang perceraian orang tuanya dari sudut pandang yang lebih positif sehingga dapat mengambil pelajaran darinya untuk bekal hidup di masa yang akan datang.
3. Bagi Masyarakat
Masyarakat diharapkan mampu menghilangkan stigma negatif mereka terhadap anak dengan latar belakang orang tua yang bercerai bahwa mereka adalah anak yang bermasalah dan cenderung memiliki perilaku negatif. Masyarakat juga diharapkan tidak memberikan perlakuan berbeda pada anak-anak dengan latar belakang orang tua yang bercerai.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya
Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggali lebih mendalam tentang bagaimana dinamika seseorang hingga bisa mencapai resiliensi. Peneliti selanjutnya diharapkan bisa mengungkap apa yang

melatarbelakangi terbentuknya resiliensi dalam diri seorang individu.

DAFTAR PUSTAKA

- Altundağ, Y., & Bulut, S. (2014). Prediction of resilience of adolescents whose parents are divorced. *Psychology*, 5, 1215-1223. Diunduh dari <http://dx.doi.org/10.4236/psych.2014.510134>.
- Andaryuni, L. (2017). Pemahaman gender dan tingginya angka cerai gugat di Pengadilan Agama Samarinda. *FENOMENA*, 9(1), 155-174. Diunduh <https://journal.iain-samarinda.ac.id/index.php/fenomena/article/view/946>.
- Benson, P. L., Mannes, M., Pittman, K., & Ferber, T. (2004). Youth development, developmental assets, and public policy. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology second edition* (hal. 781-814). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc. DOI: 10.1002/9780471726746.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. 77-101. Diunduh dari http://eprints.uwe.ac.uk/11735/2/thematic_analysis_revised...
- Carver, C. S. (1998). Resilience and thriving: Issues, models, and linkages. *Journal of Social Issues*, 54(2), 245-266. Diunduh dari <http://www.ugr.es/~javera/pdf/2-3-AD%20Resiliencia.pdf>.
- Charney, D.S. (2004). Psychobiological mechanism of resilience and vulnerability: Implications for succesful adaption to extreme stress. *American Journal of Psychiatry*, 161, 195-216. Diunduh dari <http://ajp.psychiatryonline.org>.
- Chen, J.D., & George, R. A. (2005). Cultivating resilience in children from divorce families. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 20(10), 1-4. DOI: 10.1177/1066480705278686.
- Coulson, R. (2006). Resilience and self-talk in University Students. *Thesis* (tidak diterbitkan), University of Calgary, Alberta. Diunduh dari https://prism.ucalgary.ca/bitstream/handle/1880/102048/thesis_Coulson_2006.pdf?sequence=1&em ail...
- Connor, K., & Davidson. (2003). Development of a new resilience scale: The connor-davidson resilience scale (cd-risc). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82. DOI: 10.1002/da.10113.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design qualitative, quantitative, and mix methods approaches* (edisi keempat). California: SAGE Publications, Inc. Diunduh dari https://books.google.com/books/about/Research_Design.html?id=PVimTOnJILcC.
- Dinamika, n. (19 Juni 2019). *KBBI*. Diunduh dari <http://kbbi.web.id/dinamika>.
- Dynamic, n. (19 Juni 2019). *Merriam-Webster*. Diunduh dari <https://www.merriam-webster.com/dictionary/dynamic>.
- Freitas, A. L., & Downey, G. (1998). Resilience: A dynamic perspective. *International Journal of Behavioral Development*, 22(2), 263-285. DOI: 10.1080/016502598384379.
- Graber, R., Pichon, F., & Carabine, E. (2015). *Psychological resilience: State of knowledge and future research agendas*. London: ODI Working Papers. Diunduh dari <http://www.odi.org/sites/odi.org.uk/files/odi-assets/publications-opinion-files/9872.pdf>.
- Islamarinda, K. M., & Setiawati, D. (2018). Studi tentang resiliensi siswa broken home kelas VIII di SMPN 3 Candi Sidoarjo. 28-43. Diunduh dari <http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/23149>.
- Kelly, J. B., & Emery, R. (2003). Children's adjustment following divorce: Risk and resilience perspective. *Family Relations*, 52(4), 352-362. DOI: 10.1111/j.1741-3729.2003.00352.x.
- Luthar, S. S., Cichetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562. Diunduh dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1885202/>.
- Masten, A. S., Best, K. M., & Garmenzy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from study of children who overcome adversity. *Development and psychopatology*, 2(4), 425-444. DOI: 10.1017/S0954579400005812.
- Masten, A. S., & Obradovic, J. (2006). Competence and resilience in development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1994, 13-27. DOI: 10.1196/annals.1376.003.
- McCubbin, L. (2001). Challenge to definitions of resilience. *American Psychological Association*. Diunduh dari https://researchgate.net/publication/234629052_Challenges_to_the_Definition_of_Resilience/stats.
- O'Leary, V. E., & Ickovics, J. R. (1995). Resilience and thriving in response to challenge: An opportunity for a paradigm shift in women's health. *Women's Health*, 1(2), 121-142. Diunduh dari https://www.researchgate.net/publication/13857323_Resilience_and_Thriving_in_Response_to_Challenge_An_Opportunity_for_a_Paradigm_Shift_in_Women's_Health.
- Rizkiani, D., & Susandari. (2018). Studi deskriptif mengenai resiliensi pada remaja broken home di komunitas HOLD ON Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 4(1), 317-322. Diunduh dari <http://karyailmiah.unisba.ac.id/index.php/psikologi/article/view/9757>.
- Sagone, E., & Caroli, M. E. (2015). Positive personality as a predictor of high resilience in adolescence. *Journal Psychology and Behavioral Science*, 3(2), 45-53. Diunduh dari <https://www.researchgate.net/publication/2966895>

24_Positive_Personality_as_a_Predictor_of_High
_Resilience_in_Adolescence.

- Septiyani. (2018). Resiliensi remaja broken home (Studi kasus remaja putri di Desa Lawung RT 03 RW 02 Kecamatan Rakit Kabupaten Banjarnegara). Skripsi tidak diterbitkan, IAIN Purwokerto, Purwokerto. Diunduh dari http://repository.iainpurwokerto.ac.id/3449/2/SEPTIYANI_RESILIENSI%20REMAJA%20%BROKEN%20%28STUDI%20KASUS%20REMAJA%20PUTRI%20DI%20DESA%20LUWUNG%RT%2003%2002%20KECA.pdf.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kualitatif (untuk penelitian yang bersifat: Eksploratif, enterpretif, interaktif, dan konstruktif)*. Bandung: Alfabeta.
- Tugade, M. M & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individual use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 24(2), 320-333. Diunduh dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3132556/>.
- Wilig, C. (2008). *Introducing qualitative research in psychology* (edisi kedua). New York: Open University Press.

