



KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA TERHADAP RESILIENSI PADA REMAJA YANG MENGALAMI KEHILANGAN AKIBAT KEMATIAN ORANG TUANYA

Muhammad Fadhil, Mardianto

Departemen Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang,

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti kontribusi dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi pada remaja yang mengalami kehilangan akibat kematian orang tuanya. Penelitian ini bersifat kuantitatif. Sampel penelitian diambil menggunakan teknik purposive sampling. Subjek dari penelitian ini adalah 116 orang remaja akhir yang mengalami kehilangan akibat kematian orang tua. Hasil penelitian menemukan bahwa terdapat kontribusi sebesar 19% dari dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi subjek.

Kata Kunci: Dukungan sosial teman sebaya, resiliensi, remaja akhir.

PENDAHULUAN

Masa remaja menjadi tahap perkembangan yang krusial karena di masa inilah remaja semestinya membentuk jati dirinya (Sari, 2017; Hanifah & Raharjo, 2018). Pada masa transisi ini remaja mengalami kerentanan dalam hidupnya (Musyirifin, 2020). Hal ini membuat remaja membutuhkan bimbingan dan pendamping dari orang-orang terdekat seperti keluarga (Wendari, Badrujaman, & Sismiati, 2016). Keluarga merupakan suatu kelompok sosial terkecil yang

sifatnya terikat berdasarkan pernikahan dan hubungan darah (Gunarsa, 2000). Keluarga mempunyai peran utama dalam perkembangan anak terkhusus pada aspek kognitif, sosial dan emosi (Hulukati & Hulukati, 2015). Namun manusia dalam kehidupannya pasti akan mengalami berbagai situasi yang tidak menyenangkan dan menekan batiniah, hal itu ialah kehilangan (Pratiwi, 2021). Kematian anggota keluarga termasuk stres personal yang membawa dampak buruk bagi individu (Nurhidayanti & Chairani, 2014).

*Correspondence Address : fadhilsuartin@gmail.com

DOI : 10.31604/jips.v11i2.2024. 874-879

© 2024UM-Tapsel Press

Santrock (2022) menyatakan bahwa kematian seseorang yang disayangi seperti orang tua lebih menyakitkan daripada kehilangan orang tua akibat perceraian. Dibandingkan dengan Tingkat stress yang dialami manusia sepanjang hidup mereka, kematian orang yang disayang memiliki nilai skor tertinggi. Dampak kematian orang terkasih membuat seseorang cenderung lebih sulit menyesuaikan diri di lingkungannya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kalesaran (2016) perilaku remaja pasca kematian orang tuanya diantaranya adalah terkejut, menolak, merasa bersalah kacau, serta tidak dapat berpikir jernih. Emosi negatif dari individu yang mengalami tekanan cenderung membuat mereka sulit dalam memahami keadaan sekitar (Cole, et al., 2004). Kematian orang tua mampu memberikan dampak permasalahan psikologis seperti terjadinya *panic attack*, *phobia*, *anxiety*, perilaku adiktif, gangguan stres pasca trauma hingga gangguan depresi (Keyes et al., 2014). Remaja dengan stresor yang sangat mendalam seperti kematian orang tua cenderung memiliki pengaruh buruk pada tahap perkembangan berikutnya (Hasanah, 2020). Jika remaja gagal menjalani tahap perkembangannya, maka ia akan kesulitan untuk menjalankan tugas perkembangan selanjutnya, sering kali merasa tidak bahagia serta mengalami penolakan dari lingkungannya (Putro, 2017). Oleh karena itu remaja yang mengalami kematian orang tuanya membutuhkan kemampuan untuk bangkit dari keterpurukan yang ia hadapi agar mampu merespon masalah tersebut secara sehat. Kemampuan ini disebut sebagai resiliensi, yaitu proses adaptasi individu dalam menghadapi kesulitan dari peristiwa yang menekan (Britt et al., 2016).

Reivich dan Shatte (2002) menjelaskan bahwa resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk beradaptasi dan mengatasi bila terjadi suatu musibah dalam hidupnya, dalam hal ini ialah kematian orang tuanya. Everall et al., (2006) menyatakan bahwa secara garis besar ada tiga faktor yang memengaruhi resiliensi, diantaranya faktor individu, keluarga dan faktor eksternal atau komunitas, dalam hal ini berupa dukungan sosial yang bersumber dari teman sebaya. Sarafino dan Smith (2010) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan bentuk penerimaan dari seseorang atau kelompok terhadap individu yang membuat ia merasa disayangi, diperhatikan, dihargai dan ditolong. Teman sebaya merupakan sumber dukungan sosial utama bagi remaja karena dapat memberikan rasa senang dan dukungan selama mengalami permasalahan (Rahmawan, 2010; Oktaviana, 2012). Dukungan sosial teman sebaya adalah dukungan yang diberikan oleh kelompok sebayanya kepada individu dalam bentuk kenyamanan secara fisik maupun psikologis sehingga individu dapat merasa dicintai, diperhatikan, dihargai serta menjadi bagian dari kelompok sosial itu (Sasmita & Rustika, 2015). Penelitian terdahulu mengenai dukungan sosial teman sebaya dan resiliensi mendapati hasil bahwa terdapat hubungan positif secara signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan resiliensi, artinya semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi pula resiliensi pada diri individu tersebut, begitupula sebaliknya (Sari & Indrawati, 2016; Isfaiyah et al., 2020). Berdasarkan fenomena mengenai remaja yang kehilangan orang tuanya akibat kematian yang telah peneliti paparkan di

atas, maka peneliti secara khusus tertarik melakukan penelitian mengenai kontribusi dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi remaja yang mengalami kehilangan akibat kematian orang tuanya, hal ini ditujukan untuk melihat seberapa besar variabel dukungan sosial teman sebaya berpengaruh terhadap resiliensi yang dimiliki remaja tersebut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan menggunakan desain penelitian korelasional, data dari penelitian berupa angka-angka untuk mengetahui hubungan antara dua variabel. Pada penelitian ini terdapat dua variabel yang diteliti yaitu variabel dukungan sosial (x) dan variabel resiliensi (y). Peneliti ingin menelusuri besar kontribusi dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi pada remaja yang mengalami kehilangan akibat kematian orang tuanya. Pengambilan sampel dilakukan dengan penetapan karakteristik tertentu. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja yang mengalami kehilangan akibat kematian orang tuanya.

Ada beberapa kriteria yang ditetapkan kepada sampel penelitian, yaitu: kalangan remaja akhir dengan usia 18-24 tahun yang telah kehilangan salah satu atau kedua orang tuanya dan telah berlalu setidaknya 6 bulan semenjak meninggalnya orang tua. Penelitian dilakukan dengan menggunakan alat ukur skala likert yang dibagikan melalui *google form*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Terdapat jumlah subjek penelitian sebanyak 116 orang remaja akhir yang mengalami kehilangan akibat kematian orang tuanya.

Tabel 1. Gambaran Subjek Penelitian

No	Gambaran Subjek	Keterangan	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Usia	18 Tahun	19	12.75
		19 Tahun	35	23.48

		20 Tahun	40	25.8
		21 Tahun	27	26.84
		22 Tahun	6	4.02
		23 Tahun	6	4.02
		24 Tahun	16	10.73
2.	Jenis Kelamin	Laki-laki	49	34.48
		Perempuan	67	65.52

Responden dalam penelitian ini terdiri atas remaja akhir dalam rentang usia 18 hingga 24 tahun, 12,75% peserta adalah remaja dengan usia 18 tahun, 23,48% peserta adalah remaja dengan usia 19 tahun, 25,8% adalah remaja dengan usia 20 tahun, 26,84% adalah remaja dengan usia 21 tahun, 4,02% adalah remaja dengan usia 22 tahun, 4,02% adalah remaja dengan usia 23 tahun, dan 10,73% adalah remaja dengan usia 24 tahun.

Resiliensi

Berikut adalah hasil kategorisasi berdasarkan aspek-aspek resiliensi. Kategori tertinggi adalah pada aspek adaptability yaitu sebanyak 85,3%.

Tabel 2. Kategorisasi Subjek Berdasarkan Aspek-spek Resiliensi

Aspek	Skor	Kategorisasi	Frekuensi	%
<i>Hardiness</i>	X<16.4	Rendah	2	1.7
	16.4≤ X<25.6	Sedang	43	37.1
	X≥25.6	Tinggi	71	61.2
Jumlah			116	100
<i>Coping</i>	X<11.7	Rendah	4	3.4
	11.7≤ X<18.3	Sedang	66	56.9
	X≥18.3	Tinggi	46	39.7
Jumlah			116	100
<i>Adaptability</i>	X<7	Rendah	1	.9
	7≤ X<9	Sedang	16	13.8
	X≥9	Tinggi	99	85.3
Jumlah			116	100
<i>Meaningfulness</i>	X<9.4	Rendah	6	5.2
	9.4≤ X<14.6	Sedang	30	25.9
	X≥14.6	Tinggi	80	69
Jumlah			116	100

Optimisme	X<4.7	Rendah	7	6
	4.7≤	Sedang	51	
	X< 7.3			
	X≥7.3	Tinggi	58	44
Jumlah			116	50
Regulasi Emosi	X<4.7	Rendah	13	11.
	4.7≤	Sedang	60	51.
	X< 7.3			7
	X≥7.3	Tinggi	43	37.
Jumlah			116	100
Self-efficacy	X<4.7	Rendah	9	7.8
	4.7≤	Sedang	32	27.
	X< 7.3			6
	X≥7.3	Tinggi	75	64.
Jumlah			116	100

Dukungan Sosial Teman Sebaya

Berikut adalah hasil kategorisasi berdasarkan aspek-aspek resiliensi. Kategori tertinggi adalah pada aspek instrumental yaitu sebanyak 57,8%.

Tabel 3. Kategorisasi Subjek Berdasarkan Aspek-spek Dukungan Sosial

Aspek	Skor	Kategorisasi	Frekuensi	%
Emotional	X<8	Rendah	9	7.8
	8≤	Sedang	55	47.4
	X< 13			
	X≥13	Tinggi	52	44.8
Jumlah			116	100
Instrumental	X<8	Rendah	7	6
	8≤	Sedang	42	36.2
	X< 13			
	X≥13	Tinggi	61	57.8
Jumlah			116	100
Informational	X<8	Rendah	7	6
	8≤	Sedang	45	38.8
	X< 13			
	X≥13	Tinggi	64	55.2
Jumlah			116	100
Appraisal	X<8	Rendah	10	8.6
	8≤	Sedang	53	45.7
	X< 13			
	X≥13	Tinggi	53	45.7
Jumlah			116	100

Uji Normalitas

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas

No	Variabel	SD	Mean	p	Keterangan
1.	Resiliensi	11.26	49.64	0.200	Normal
2.	Dukungan Sosial Teman Sebaya	14.036	91.57	0.057	Normal

Hasil uji normalitas terhadap masing-masing variabel menunjukkan bahwa variabel resiliensi memiliki nilai signifikansi 0.200, dan variabel dukungan sosial teman sebaya memiliki nilai signifikansi 0.057. Dapat disimpulkan bahwa kedua variabel berdistribusi normal

Uji Linearitas

Tabel 5. Hasil Uji Linearitas

No.	Variabel	Deviation from Linearity	Keterangan
1.	X-Y	0.772	Linear

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai *deviation from linearity* dari variabel resiliensi dan dukungan sosial teman sebaya adalah 0.772, maka data penelitian dapat dinyatakan linear.

Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui taraf signifikansi statistic dari koefisien pada hasil penelitian, apakah hipotesis tersebut diterima atau ditolak. Pengujian hipotesis pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode analisis regresi sederhana untuk menguji besar kontribusi dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi.

Tabel 6. Hasil Uji Hipotesis

N o.	Koefisien Korelasi	p	F Regresi	R Square	Koefisien Regresi
1.	.446	.001	28.310	.199	.556

Berdasarkan hasil tes nilai koefisien korelasi R yang diperoleh adalah sebesar .446 dengan nilai p .001 artinya kedua variabel memiliki hubungan positif signifikan. Pada nilai F regresi hasil yang diperoleh adalah 28.310 dengan nilai R-square .199. Untuk mengetahui besar kontribusi dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi nilai R-square dikalikan dengan 100 yang berarti dukungan sosial teman sebaya memiliki kontribusi sebesar 19% terhadap resiliensi remaja akhir yang mengalami kehilangan akibat kematian orang tua. Selanjutnya dilihat melalui koefisien regresi dapat diartikan bahwa dukungan sosial teman sebaya memiliki kontribusi positif terhadap resiliensi, 1 persen dari nilai dukungan sosial teman sebaya sama dengan .556 nilai resiliensi.

KESIMPULAN

Kematian adalah hal yang dialami oleh semua makhluk hidup. Rasa kehilangan adalah respon yang normal terhadap trauma. Berduka bersifat universal yang artinya dialami oleh semua orang. Setiap orang memiliki respon yang berbeda ketika menghadapi kematian orang yang disayang, begitu pula kemampuan mereka untuk pulih dari keadaan berduka. Tidak ada standar bagi berapa lama waktu berduka, namun pada umumnya rasa kehilangan dirasakan selama 6 bulan hingga 2 tahun, perasaan berduka yang berkelanjutan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari yang dapat menyebabkan depresi, kecemasan, atau gangguan lainnya. Adanya kehadiran dukungan sosial dari teman sebaya adalah hal yang penting untuk dipromosikan karena memiliki dampak yang besar agar kita dapat bangkit kembali dari keterpurukan dari

rasa kehilangan, atau rintangan-rintangan lainnya yang kita alami sepanjang hidup. Untuk itu diharapkan bagi remaja akhir untuk dapat membangun jaringan hubungan yang sehat untuk meningkatkan kemampuan untuk bangkit kembali dari keterpurukan. Dukungan sosial teman sebaya memiliki kontribusi sebesar 19% terhadap resiliensi remaja, sementara 81% lagi dipengaruhi oleh faktor lain. Sangat disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti variabel lain yang dapat meningkatkan resiliensi remaja akhir.

DAFTAR PUSTAKA

- Britt, T. W., Shen, W., Sinclair, R. R., Grossman, M. R., & Klieger, D. M. (2016). How much do we really know about employee resilience. *Industrial and Organizational Psychology*, 9(02), 378-404. doi:10.1017/iop.2015.107. Diakses dari: <https://ultimatecieguide.files.wordpress.com/2017/03/sarafino-health-psychology-biopsychosocial-interactions-edition-7.pdf>
- Everall, R. D., Altrows, K. J., & Paulson, B. L. (2006). Creating a future: A study of resilience in suicidal female adolescents. *Journal of Counseling & Development*, 84(4), 461-470.
- Gunarsa, S. D., & Gunarsa, Y. S. D. (2004). *Psikologi praktis: Anak, remaja dan keluarga*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia. Diakses dari https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=fe1ELNdtTowC&oi=fnd&pg=PR11&dq=gunarsa+psikologi+praktis&ots=iWM2h9cjNv&sig=6jsP6cIIWxSeYxMFZGBgCF5uwV0&redir_esc=y#v=onepage&q=gunarsa%20psikologi%20praktis&f=false.
- Hasanah, U. (2020). Pengaruh perceraian orang tua bagi psikologis anak. *Agenda: Jurnal Analisis Gender Dan Agama*, 2(1), 18-24.
- Hulukati, W., & Hulukati, W. (2015). Peran lingkungan keluarga terhadap perkembangan anak. *Jurnal Musawa IAIN Palu*, 7(2), 265-282.
- Isfaiyah, I., Rahmawati, R., Dalimunthe, R. Z. (2019). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi siswa serta implikasi

terhadap bimbingan pribadi-sosial. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling (JPBK)*, 4(2), 157-165.

Kalesaran, T. (2016). Gambaran resiliensi remaja putri pasca kematian ibu. *Naskah Publikasi Skripsi*. Universitas Pembangunan Jaya doi: 10.13140/RG.2.2.29423.64169.

Keyes, K. M., Pratt, C., Galea, S., McLaughlin, K. A., Koenen, K. C., & Shear, M. K. (2014). The burden of loss: Unexpected death of a loved one and psychiatric disorders across the life course in a national study. *American Journal of Psychiatry*, 171(8), 864-871. doi: 10.1176/appi.ajp.2014.13081132.

Musyirifin, Z. (2020). Strategi pengendalian kerentanan sosial remaja berbasis bimbingan pribadi sosial. In *Prosiding Seminar Bimbingan dan Konseling* (pp. 127-135).

Nurhidayati, N., & Chairani, L. (2014). Makna kematian orang tua bagi remaja (studi fenomenologi pada remaja pasca kematian orang tua). *Jurnal Psikologi*, 10(1), 33-40. doi: [10.24014/jp.v10i1.1177](https://doi.org/10.24014/jp.v10i1.1177).

Pratiwi, I. (2021). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi pada remaja yang mengalami kehilangan akibat kematian orang tua. *Naskah Publikasi Skripsi*. Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Putro, K. Z. (2017). Memahami ciri dan tugas perkembangan remaja. *APLIKASIA Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*. 17(1), 25-32. doi: 10.14421/aplikasia.v17i1.1362.

Rahmawan, T. (2010). Dukungan teman sebaya dengan kebermaknaan hidup pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Diakses dari <http://ruangpsikologi.wordpress.com/>

Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The resiliency factor: Seven keys to finding your inner strength and overcoming life's hurdles*. New York: Three Rivers Press.

Santrock, J., W. (2022). *Essentials of Life-span development 17th ed.* New York: McGraw-Hill.

Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interactions, 7th edition*.

Sari, P. K. P., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir jurusan x fakultas teknik universitas diponegoro. *Jurnal Empati*, 5(2), 177-182.

Sari, S. Y. (2017). Tinjauan perkembangan psikologi manusia pada usia kanak-kanak dan remaja. *Primary Education Journal (PEJ)*, 1(1), 46-50.

Sasmita, I. A. G. H. D., & Rustika, I. M. (2015). Peran efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama program studi pendidikan dokter fakultas kedokteran universitas udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), 280-289.

Wendari, W. N., Badrujaman, A., & Sismiati, A. (2016). Profil permasalahan siswa sekolah menengah pertama (SMP) Negeri di kota Bogor. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 134-139. doi: 10.1016/j.jbspin.2009.11.003.