

BAB II

KERANGKA TEORITIS DAN KERANGKA BERPIKIR

A. Kerangka Teoritis

1. Resiliensi

a. Pengertian Resiliensi

Menurut Rutter (2006) resiliensi memiliki pengertian sebagai berikut: *“It has also been conceptualized as a relative tendency or ability to effectively resist risk surmount adversity”*. Resiliensi sebagai kecenderungan atau kemampuan untuk mengambil resiko secara efektif dan mencapai daya juang.

Pengertian lain menurut Reivich dan Shatte (2002) tentang resiliensi adalah kemampuan individu dalam merespon kesulitan, tekanan, serta keterpurukan dalam hidup dengan cara yang positif, produktif, dan sehat. Di samping itu resiliensi bukan hanya dapat membuat individu bangkit dari kesulitan hidup melainkan resiliensi dapat meningkatkan aspek-aspek kehidupan manusia menjadi lebih baik dan positif lagi.

Menurut Mastern, Best, dan Gamezy (Lightsey, 2006) definisi resiliensi sebagai berikut: *“The process of, capacity for, or outcome of succesful adaptation despite challenging or threatening circumstance”*. Mastern, Best, dan Gamezy mendefinisikan resiliensi sebagai proses,

kemampuan untuk, atau hasil adaptasi yang sukses dalam suatu tantangan atau menghadapi suatu keadaan.

Menurut Connor & Davidson (2003) resiliensi sebagai “*personal qualities that enable one to thrive in the face of adversity*”. Artinya, resiliensi meliputi karakter personal yang memungkinkan seseorang untuk dapat berkembang di tengah kesulitan. Dapat diibaratkan, orang yang resilien adalah mereka yang memiliki karakter yang mampu membantu mereka beradaptasi secara sukses dan bahkan berkembang di tengah tantangan, tekanan, serta kesulitan. Menurut Connor & Davidson (2003), karakteristik yang dimiliki individu yang resilien terdiri dari:

1. Kompetensi personal, standar yang tinggi, dan kegigihan
2. Meyakini insting, toleran terhadap efek negatif, dan menganggap stress sebagai sumber kekuatan
3. Penerimaan yang positif akan perubahan dan hubungan yang lekat dengan orang lain
4. Kendali diri
5. Pengaruh spiritual

Dari uraian di atas, peneliti menyimpulkan bahwa resiliensi sebagai suatu kemampuan individu dalam menghadapi atau merespon dinamika kehidupan yang membuat individu tertekan atau kesulitan dengan cara yang positif, sehat, serta produktif.

b. Aspek-Aspek Resiliensi

Resiliensi dibentuk terdiri dari tujuh kemampuan berbeda dan secara keseluruhan tidak ada satupun individu yang menguasai kemampuan tersebut dengan baik (Reivich dan Shatte, 2002). Tujuh kemampuan tersebut terdiri dari:

1) Regulasi Emosi (*Emotion Regulation*)

Reivich dan Shatte (2002) mendefinisikan regulasi emosi sebagai kemampuan individu untuk tetap tenang jika sedang berada dalam tekanan. Individu yang memiliki regulasi emosi yang baik pada umumnya mampu mengendalikan perasaan sedih, cemas, marah, dan kesal. Jika individu mampu meredam hal tersebut maka akan mempercepat individu dalam mencari solusi dan pemecahan masalah.

Pada dasarnya emosi tidak sepenuhnya harus diperbaiki atau dikontrol. Menahan emosi serta meluapkan emosi secara berlebihan akan mengakibatkan kelelahan pada emosi dan hal tersebut akan berdampak negatif pada diri sendiri (Reivich dan Shatte, 2002).

Mampu mengatur emosi sangat penting bagi individu, hal tersebut dikarenakan agar terciptanya hubungan interpersonal yang baik, kesuksesan dalam pekerjaan, serta memelihara kesehatan fisik (Pradana, 2013: 35).

Dua hal sangat penting yang berkaitan dengan regulasi emosi adalah yaitu ketenangan (*calming*) dan fokus (*focusing*). Seseorang yang baik dalam mengatur kedua hal ini berpotensi dapat mengurangi emosi, pikiran-pikiran yang dirasa mengganggu, serta dapat mengurangi stres.

2) Pengendalian Gerak (*Impuls Control*)

Definisi dari pengendalian impuls adalah kemampuan individu dalam mengontrol atau mengendalikan keinginan, kesukaan, dorongan, serta tekanan yang muncul pada diri seseorang. Pengendalian impuls yang rendah berpotensi membuat emosi berubah dengan cepat yang cenderung menguasai perilaku dan pikiran. Individu yang cenderung seperti itu pada umumnya seringkali kehilangan kesabaran, cepat marah, *impulsive*, serta berperilaku agresif pada hal kecil yang tidak penting. Hal tersebut mengakibatkan munculnya permasalahan dalam hubungan sosialnya seperti orang-orang disekitarnya yang akan merasa kurang nyaman kepada dirinya (Reivich dan Shatte, 2002).

Individu yang mampu mengontrol implusivitasnya dengan baik adalah individu yang mampu mencegah kesalahan pemikiran atau pandangan sehingga memungkinkan individu dapat merespon permasalahan yang dihadapi dengan tepat. Hal tersebut menurut Reivich dan Shatte (2002) sebagai salah satu pencegahan dengan

cara individu mencoba serta menguji keyakinan dan setelah itu mengevaluasi manfaat pemecahan masalah yang dihasilkan. Pada dasarnya individu lebih baik membuat pertanyaan untuk diri sendiri yang bersifat rasional, seperti “apakah kesimpulan yang saya buat terhadap permasalahan berdasarkan kondisi nyata atau hanya spekulasi?”, “apakah saya sudah melihat permasalahan dari sudut pandang secara keseluruhan?”.

3) Optimisme (*Optimism*)

Optimis adalah salah satu dari tujuh kemampuan individu yang resilien. Individu yang memiliki harapan pada masa depan berpotensi percaya bahwa mereka dapat mengontrol arah hidupnya. Jika membandingkan individu yang pesimis dan optimis maka dapat dilihat individu yang optimis akan lebih sehat dan jarang mengalami depresi, baik didalam sekolah, produktif saat bekerja, dan menonjol dalam bidang olahraga. Optimisme menekankan bahwa tiap individu percaya dan yakin dapat menghadapi serta menangani permasalahan yang dihadapi pada masa mendatang (Reivich dan Shatte, 2002).

Optimis dapat diartikan individu yang menatap masa depan dengan penuh keyakinan. Hal tersebut menandakan efikasi diri, percaya terhadap diri sendiri dalam menyelesaikan permasalahan yang merupakan salah satu kemampuan penting dalam resiliensi.

Optimisme sangat erat kaitannya dengan efikasi diri, hal itu dikarenakan optimisme dapat memberikan dorongan semacam motivasi pada individu agar mampu mencari solusi dan jalan keluar untuk memperbaiki situasi. Optimisme juga harus bersifat realistis, yaitu yakin dan percaya dengan masa depan yang cerah namun juga harus diimbangi dengan usaha yang baik. Sebaliknya optimisme yang tidak realistis, percaya akan masa depan yang cerah namun tidak ada usaha dari dalam diri individu. Untuk menjadi individu yang memiliki resiliensi yang baik dan sukses maka harus menyatukan optimisme yang realistis dengan efikasi diri (Reivich dan Shatte, 2002).

4) Empati (*Empathy*)

Empati didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam membaca atau menerka-nerka gejala psikologis serta emosi orang lain. Kemampuan berempati menggambarkan seberapa pandai individu dalam mengenali gejala psikologis dan emosi dari orang lain. Kemampuan berempati dengan baik akan menghasilkan hubungan sosial yang positif. Sebaliknya dengan kemampuan berempati yang buruk akan menghasilkan individu kesulitan dalam berhubungan sosial. Salah satu ciri kemampuan berempati rendah adalah tidak sensitifnya individu terhadap gejala psikologis dan emosi orang lain. Hal ini sangat berpengaruh dan mengganggu

hubungan personal dengan sosial contohnya dunia kerja yang sangat mengutamakan skill dalam meningkatkan motivasi karyawan (Reivich dan Shatte, 2002).

5) Analisis Penyebab Masalah (*Casual Analysis*)

Untuk menggambarkan kemampuan yang satu ini Reivich dan Shatte memberikan istilah yaitu *causal analysis* hal ini digunakan untuk menggambarkan seberapa akurat individu dalam melihat dan mengidentifikasi permasalahan. Individu yang tidak pandai dalam mengidentifikasi permasalahan berpotensi akan mengulangi kesalahan yang sama (Reivich dan Shatte, 2002).

Sedangkan Seligman (dalam Reivich dan Shatte, 2002) menjelaskan suatu konsep yang berkaitan dengan analisis penyebab masalah, yaitu dengan *explanatory style* atau gaya berpikir. *Explanatorystyle* adalah cara yang wajar digunakan seseorang dalam menjelaskan hal yang baik dan buruk yang menimpa pada dirinya.

Individu yang memiliki resilien baik akan menggunakan gaya berpikir dengan cara tidak menyalahkan oranglain atas segala kesulitan, tekanan, hingga kesengsaraan yang individu terima serta tidak juga menyalahkan diri sendiri. Individu akan lebih fokus pada pemecahan permasalahan sehingga mampu bertahan bahkan bangkit dari permasalahan yang individu alami.

6) Efikasi Diri (*Self-efficacy*)

Efikasi diri adalah hasil dari pemecahan masalah yang sukses dan berhasil. Efikasi diri merupakan sebuah kepercayaan atau keyakinan terhadap kemampuan yang ada pada diri tiap individu dalam menghadapi serta memecahkan permasalahan secara efektif. Efikasi diri juga memiliki arti yaitu yakin terhadap diri sendiri akan mampu meraih keberhasilan dan kesuksesan. Salah satu ciri dari individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi adalah tidak patah semangat atau menyerah dengan keadaan ketika cara atau strategi yang diterapkan individu dalam menghadapi masalah tidak berhasil dan itu juga diimbangi dengan komitmen yang kuat ketika individu menghadapi permasalahan (Reivich dan Shatte, 2002).

Menurut Bandura (1994) *self-efficacy* adalah penilaian diri terhadap kemampuan diri sendiri untuk mengelola dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai kinerja yang ditetapkan.

Dari paparan diatas maka dapat disimpulkan bahwa efikasi diri merupakan suatu kepercayaan atau keyakinan terhadap diri sendiri mengenai seberapa baik individu menghadapi serta memecahkan masalah yang ada pada aktivitas yang individu kerjakan. Hal tersebut bertujuan agar individu mencapai tujuan yang diinginkan yaitu kesuksesan dan keberhasilan dan individu juga mampu menghasilkan sesuatu atau produktif.

7) Pencapaian (*Reaching Out*)

Resiliensi bukan hanya bertujuan untuk individu mampu mengatasi permasalahan dalam hidup yang negatif seperti kesengsaraan atau trauma melainkan individu juga harus meningkatkan aspek positif dalam hidupnya. Peningkatan aspek positif akan tercapai jika individu mampu melakukan dua aspek dalam hidupnya, yaitu suka terhadap resiko serta individu mempunyai makna tujuan hidup. Hal tersebut menjadi peran penting dalam peningkatan aspek positif pada tiap individu dalam menjalani kehidupan.

c. Fungsi Resiliensi

Menurut Reivich dan Shatte (2002: 19) fungsi dari resiliensi untuk kehidupan adalah sebagai berikut :

1) Mengatasi (*Overcoming*)

Fungsi yang pertama diartikan individu harus mengubah sudut pandang ke arah yang lebih yang positif serta meningkatkan kemampuan diri untuk menjaga dan mengontrol dalam menjalani kehidupan. Individu harus tetap memiliki motivasi, produktif, serta bahagia meskipun sedang dihadapkan dengan permasalahan yang sulit.

2) Pengendalian Diri (*Steering Through*)

Fungsi resiliensi selanjutnya adalah bagaimana individu dapat mengendalikan diri pada saat kesulitan hidup menimpa. Resiliensi berfungsi mengendalikan diri dari tekanan ataupun stres dan disitulah peran efikasi diri muncul untuk meyakinkan hati bahwa semua permasalahan dapat dilewati.

3) Menyembuhkan Diri (*Bouncing Back*)

Resiliensi berfungsi sebagai solusi bagi individu yang sedang mengalami kesulitan, tekanan, ataupun trauma dalam hidup. Hal itu sangat mengganggu dalam perkembangan hidup individu. Resiliensi memiliki tiga karakteristik untuk menyembuhkan diri, seperti : individu melakukan sebuah tindakan yang positif untuk mengatasi permasalahan , individu memiliki keyakinan kuat bahwa individu dapat mengontrol jalan kehidupannya dengan baik, individu berbagi pengalaman permasalahan kepada orang lain agar individu yang memiliki permasalahan dapat kembali pada situasi normal sehingga individu dapat keluar dari permasalahan.

4) Pencapaian (*Reaching Out*)

Fungsi dari resiliensi yang terakhir adalah individu dapat mencapai tujuan hidup dengan baik seperti : Tepat dalam

memperkirakan risiko yang akan terjadi, mampu memiliki pemahaman diri yang baik, serta mengerti makna dan tujuan hidup.

d. Faktor-faktor Resiliensi

Menurut Everall Robin, (2006: 461-470) menjelaskan bahwa ada tiga faktor yang mempengaruhi resiliensi individu, yaitu sebagai berikut :

1) Faktor Individual

Faktor individual meliputi kemampuan kognitif individu, konsep diri, harga diri, dan kompetensi sosial yang dimiliki individu. Keterampilan kognitif berpengaruh penting pada resiliensi individu. Kecerdasan dibutuhkan bagi perkembangan resiliensi pada individu karena resiliensi sangat berkaitan dengan kemampuan individu untuk memahami dan menyampaikan sesuatu lewat bahasa yang baik, keterampilan membaca, serta komunikasi secara non verbal yang baik.

Delgado (LaFramboise Teresa D, 2006: 195-196) menambahkan ada dua hal berkaitan dari faktor individual yang mempengaruhi resiliensi, meliputi:

a) Gender

Gender memberikan kontribusi bagi resiliensi individu. Gender mempengaruhi tingkat resiko terhadap tekanan emosional, perlindungan terhadap situasi yang mengandung resiko, serta respon terhadap kesulitan yang dihadapi.

b) Kebudayaan

Keterikatan dengan budaya meliputi keterlibatan seseorang dalam aktivitas-aktivitas terkait dengan budaya setempat berikut ketaatan terhadap nilai-nilai yang diyakini dalam kebudayaan tersebut. Resiliensi dipengaruhi secara kuat oleh kebudayaan, baik sikap-sikap yang diyakini dalam suatu budaya, nilai-nilai, dan standar kebaikan dalam suatu masyarakat.

2) Faktor Keluarga

Faktor keluarga meliputi dukungan yang berasal dari orang tua, seperti bagaimana orang tua untuk memperlakukan dan mendidik anak. Selain dukungan ada juga hal lain terkait faktor keluarga seperti peran dan struktur dalam keluarga juga berpengaruh penting bagi individu.

3) Faktor Komunitas

Faktor komunitas disini meliputi kemiskinan dan keterbatasan kesempatan kerja. Penjelasan mengenai kemiskinan merupakan situasi dimana ketidakmampuan untuk memenuhi kebutuhan yang mendasar seperti makanan, pakaian, tempat berlindung, pendidikan, dan kesehatan.

Keterbatasan kesempatan kerja merupakan suatu keadaan dimana kurangnya peluang setiap penduduk di suatu negara untuk mendapatkan pekerjaan yang layak. Keadaan tersebut dapat diakibatkan karena kurangnya keterampilan yang dimiliki oleh setiap individu terhadap suatu jenis pekerjaan tertentu. Faktor pendidikan juga mempengaruhi setiap individu untuk mendapatkan pekerjaan yang layak. Kemiskinan dan keterbatasan kesempatan kerja merupakan kategori masalah sosial ekonomi yang bersifat komunitas.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan resiliensi dipengaruhi oleh faktor-faktor dari dalam individu (*internal*) dan faktor-faktor dari luar individu (*external*). Faktor internal meliputi, kemampuan kognitif, gender, serta keterikatan individu dengan budaya. Faktor *external* mencakup faktor dari keluarga dan komunitas.

2. Mahasiswa

a. Pengertian Mahasiswa

Menurut Gunarsa (Widuri 2012: 148) dalam kehidupan mahasiswa menghadapi tantangan tersendiri dalam menjalani kehidupan. Individu yang masuk dalam dunia perkuliahan dengan status mahasiswa akan dihadapkan dengan berbagai perubahan, dimulai dari perubahan status pendidikan yaitu Sekolah Menengah Atas menuju Perguruan Tinggi, perubahan hubungan sosial, studi dan program studi yang dipilih, serta permasalahan banyak orang yaitu ekonomi. Selain itu individu juga akan dihadapkan dengan penyesuaian budaya ditempat individu menimba ilmu. Lebih spesifik, mahasiswa juga harus menghadapi perubahan budaya, gaya hidup, lingkungan, pergaulan. Mahasiswa diharuskan untuk menyesuaikan diri dengan baik hal tersebut bertujuan agar pendidikan yang ditempuh berjalan dengan baik.

Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012 mengenai Perguruan Tinggi Pasal 1 ayat 6 menyatakan bahwa “Sivitas akademik pada perguruan tinggi adalah dosen dan mahasiswa”. Penjelasan lebih lanjut mengenai hal tersebut diterangkan pada ayat 15 yang menyatakan “Mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang perguruan tinggi”.

b. Batasan Usia Mahasiswa

Pada umumnya mahasiswa saat menempuh pendidikan di Perguruan Tinggi berada pada umur 18–25 tahun. Menurut Berk (2009:309) manusia pada umur sekitar 18-40 telah memasuki masa dewasa awal dalam hidupnya dengan melewati salah satu tahap perkembangan yang banyak orang lalui dengan cara melanjutkan pendidikan tinggi. Ciri khas pada masa tersebut yaitu ditandai dengan salah satunya manusia memiliki banyak masalah (Izzaty et al, 2008: 156).

Santrock (2007:74) menyatakan pada masa tersebut merupakan masa peralihan dari Sekolah Menengah Atas menuju Universitas meskipun ada beberapa individu memilih untuk bekerja atau menikah dan tidak menempuh pendidikan di Universitas.

c. Ciri-Ciri Perkembangan Dewasa Awal

Menurut Izzaty, dkk (2008: 156) masa dewasa awal individu memiliki ciri-ciri perkembangan sebagai berikut:

1) Usia Reproduksi

Pada ciri ini individu bisa dikatakan sebagai individu yang memiliki kesuburan, sehingga secara usia individu siap untuk menjadi seorang ayah atau ibu (menikah) dalam kata lain siap secara umur untuk memiliki momongan. Namun, pada umumnya individu yang memutuskan untuk menempuh jenjang pendidikan di perguruan tinggi berpotensi menunda hal tersebut.

2) Usia Penetapan Kedudukan

Pada ciri individu yang berikut ini menjelaskan bahwa individu memiliki usaha untuk menetapkan kedudukannya dalam kehidupan, seperti: menjadi mahasiswa di perguruan tinggi, memilih bekerja, bahkan memilih menikah. Bahkan jika memungkinkan hal tersebut dijalankan individu pada saat yang bersamaan.

3) Usia Mengalami Banyak Permasalahan

Pada ciri perkembangan dewasa awal yang satu ini dapat dipastikan setiap individu akan mengalaminya, dimana banyak permasalahan yang muncul dalam kehidupan manusia. Permasalahan dimasa lalu yang belum terselesaikan hingga munculnya masalah baru.

4) Usia Tegang dalam Emosi

Pada ciri sebelumnya dijelaskan bahwa salah satu ciri-ciri perkembangan pada masa dewasa awal adalah mengalami banyak permasalahan, hal tersebut yang memicu ketegangan dalam diri individu. Namun, pada masa dewasa awal individu lebih memiliki kondisi emosi yang stabil dibandingkan pada masa remaja.

d. Tugas-Tugas Perkembangan Dewasa Awal

Menurut Izzaty, dkk (2008: 156) ada beberapa tugas perkembangan yang dijalani pada masa dewasa awal, seperti:

- 1) Mulai memikirkan menentukan pasangan hidup
- 2) Mulai memikirkan pemilihan pekerjaan dan membangun karir
- 3) Mulai memiliki rasa tanggung jawab sebagai warga negara
- 4) Ikut dan bergabung dalam aktivitas yang ada pada perkumpulan sosial

1) Perkembangan Fisik

Menurut Santrock (2009:75) perkembangan fisik pada masa dewasa awal dalam hal ini mahasiswa bukan dilihat dari kemampuan fisik saja, melainkan individu berada pada keadaan yang paling sehat. Selain itu Berk (2009: 340) juga menyatakan lebih spesifik pada masa dewasa awal individu akan tumbuh lebih besar dan kuat, meningkatnya sistem dalam tubuh, serta peningkatan dalam menyerap informasi secara efektif. Kesehatan mahasiswa pada masa ini lebih mengarah pada status baik sehingga tidak menjadi penyebab utama permasalahan dalam kehidupan.

2) Perkembangan Kognitif

Menurut Izzaty, dkk (2008: 160) pada masa dewasa awal individu memiliki dorongan yang sangat tinggi untuk berprestasi,

hal tersebut tidak terlepas dari hubungan individu dalam perjalanan pendidikan di perguruan tinggi serta menuju karir yang ingin dicapai. Pada masa dewasa awal kemampuan kognitif individu berada pada adaptasi dengan spek pragmatis yang baik (Santrock, 2009: 92). Individu pada masa dewasa awal berpotensi memiliki tingkat kreativitas yang baik dalam pemecahan masalah (Berk, 2009: 364).

3) Perkembangan Emosi, Sosial, dan Moral

Menurut Berk (2009: 367) perkembangan emosi pada masa dewasa awal berada pada status stabil dibandingkan dengan perkembangan emosi yang ada pada masa remaja. Pada masa dewasa awal individu lebih memikirkan untuk mewujudkan mimpi-mimpi dan rencananya untuk masa depan. Hal tersebut baik untuk individu dalam memutuskan sesuatu.

Di masa dewasa awal terjadi peralihan sosial menuju perguruan tinggi dimana individu meninggalkan tempat tinggal dan keluarganya bagi mahasiswa yang merantau untuk menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Mahasiswa akan dihadapkan dengan perkembangan sosial seperti bertemu dengan banyak orang baru, pergaulan baru, dan susunan kehidupan yang baru. Individu suka mengeksplor diri dan lebih

stabil dalam hubungan pertemanan (Santrock, 2009: 110-113). Hal tersebut membuktikan bahwa pertemanan atau persahabatan di masa dewasa awal sangat penting. Individu akan melakukan hal apapun untuk mempererat dan memelihara tali persahabatan sekalipun terpisah dengan jarak dan waktu (Papalia dan Feldman, 2014: 130).

Masa dewasa awal juga menuntut individu dalam perkembangan moral. Izzaty, dkk (2008: 161) menjelaskan pada masa dewasa awal individu dituntut untuk bertanggung jawab penuh secara moral dari apa yang individu lakukan dalam kehidupan sehari-hari. Moral menjadi pedoman hidup bagi pandangan hidup tiap individu di masa dewasa awal agar mampu menjadi masyarakat yang baik.

B. Penelitian Relevan

Ada beberapa penelitian relevan yang menjadi acuan bagi penelitian ini seperti penelitian yang dilakukan oleh Widuri (2012) mengenai Regulasi Emosi dan Resiliensi pada Mahasiswa Tahun Pertama. Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa resiliensi dipengaruhi beberapa faktor seperti faktor internal yang di dalamnya meliputi kemampuan kognitif, gender, budaya. Sedangkan faktor yang berasal dari eksternal berasal dari keluarga dan komunitas. Penelitian ini juga

mengatakan bahwa individu yang memiliki resilien tinggi cenderung akan baik dalam mengontrol emosi, tingkah laku, serta atensi dalam mengatasi permasalahan. Sedangkan individu yang memiliki resiliensi rendah akan dihadapkan dengan kesulitan dalam regulasi emosi, menjalin hubungan dengan sosialnya, dan kesulitan dalam mempertahankan hubungan dengan orang lain yang telah terjalin.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Winda (2013) yang berjudul Resiliensi dan Dukungan Sosial pada Orangtua Tunggal menunjukkan hasil bahwa resiliensi sangat penting bagi kehidupan manusia khususnya orangtua dalam menghadapi kesulitan, tekanan, dan keterpurukan. Penelitian ini menunjukkan individu yang memiliki resiliensi dengan status baik akan percaya, yakin, dan optimis dapat mengembalikan keadaan menjadi lebih baik.

Selanjutnya telah dilakukan penelitian yang dilakukan oleh Sherty A, Enikarmila A, dan Daviq C (2014) dengan sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa tahun awal Fakultas Kedokteran Universitas Riau yang berjumlah 119 orang yang terdiri dari 22 mahasiswa laki-laki dan 97 mahasiswa perempuan. Gambaran Ketangguhan Diri (Resiliensi) pada mahasiswa tahun pertama paling banyak berada pada Ketangguhan Diri (Resiliensi) kategori sedang sebanyak 106 orang (89,07%) dan paling sedikit pada kategori rendah sebanyak 4 orang (3,36%).

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Mairita (2017) dengan 150 responden siswa miskin Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri se-Kecamatan Rawamerta menghasilkan gambaran resiliensi siswa miskin berada pada kategori rendah. Hasil penelitian menunjukkan 54% pada kategori rendah dengan 81 responden dari 150 responden. Selanjutnya kategori sedang dengan hasil 36.7% yang artinya sudah cukup baik dan kategori tinggi dengan 9.3% yang menandakan bahwa sangat baik resiliensinya.