

BAB II

KERANGKA TEORITIS DAN KERANGKA BERPIKIR

A. Kerangka Teoritis

1. Resiliensi

a. Pengertian Resiliensi

Resiliensi didefinisikan 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 risiko secara efektif dan mencapai daya juang (Rutter, 2006).

Resiliensi adalah kemampuan untuk merespon kesulitan hidup secara sehat, produktif dan positif. Resiliensi bukan hanya menyebabkan seseorang dapat mengatasi atau pulih dari suatu kesulitan, tetapi resiliensi dapat meningkatkan aspek-aspek kehidupan seseorang menjadi lebih positif (Reivich dan Shatte, 2002). Resiliensi diformulasikan dengan nama *ego-resilience*, yang diartikan sebagai kemampuan umum yang melibatkan kemampuan penyesuaian diri yang tinggi dan luwes saat dihadapkan pada tekanan internal maupun eksternal. Secara spesifik, *ego-resilience* merupakan satu sumber kepribadian

yang berfungsi membentuk konteks lingkungan jangka pendek maupun jangka panjang, di mana sumber daya tersebut memungkinkan individu untuk memodifikasi tingkat karakter dan cara mengekspresikan pengendalian ego yang biasa mereka lakukan (Block dalam Klohnen, 2006).

Berdasarkan uraian diatas, diketahui bahwa Reivich dan Shatte serta Block sama-sama mengartikan resiliensi sebagai suatu kemampuan beradaptasi positif dalam menghadapi masalah. Senada dengan Shatte dan Block, Lazarus mengartikan resiliensi sebagai suatu kemampuan adaptasi positif.

Resiliensi dianalogikan dengan kelenturan pada logam. Misalnya, besi cetak yang banyak mengandung karbon sangat keras tetapi mudah patah (tidak resilien) sedangkan besi tempa mengandung sedikit karbon sehingga lunak dan mudah dibentuk sesuai dengan kebutuhan (resilien) (Lazarus, 1999). Perumpamaan tersebut dapat diterapkan untuk membedakan individu yang memiliki daya tahan dan yang tidak memiliki daya tahan saat dihadapkan pada tekanan psikologis yang dikaitkan dengan pengalaman negatif.

Sedangkan resiliensi pada remaja merupakan kemampuan yang dimiliki remaja dimana mereka tidak mengalah

saat menghadapi tekanan dan perbedaan dalam lingkungan. Mereka mampu terhindar dari penggunaan obat terlarang, kenakalan remaja, kegagalan di sekolah, dan dari gangguan mental (Liquanti, dalam Chandra (ed.), 2010).

Resiliensi juga didefinisikan sebagai kemampuan seorang anak untuk mengatasi stress dan tekanan, tantangan hidup sehari-hari, kekecewaan, kesalahan, trauma, dan daya juang untuk membangun tujuan realistis, mengatasi masalah, berinteraksi dengan orang lain, dan memperlakukan diri sendiri dan orang lain dengan rasa hormat dan bermartabat (Brooks dalam Lightsey, O. R., Jr, 2006).

Mastern, Best, dan Garnezy (dalam Lightsey, O. R., Jr, 2006) mendefinisikan resiliensi adalah sebagai berikut : *“the process of, capacity for, or outcome of successful adaptation despite challenging or threatening circumstances”*. Mastern, Best, dan Garnezy mendefinisikan resiliensi sebagai proses, kemampuan untuk, atau hasil dari adaptasi yang sukses dalam suatu tantangan atau menghadapi suatu keadaan.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan resiliensi adalah suatu kemampuan pada individu yang berproses secara dinamis dalam menghadapi situasi sulit dan berbagai permasalahan hidup sehingga dapat

beradaptasi positif dan berkembang menjadi individu yang lebih baik.

b. Aspek-Aspek Resiliensi

Resiliensi dibangun dari tujuh kemampuan yang berbeda dan hampir tidak ada satupun individu yang secara keseluruhan memiliki kemampuan tersebut dengan baik (Reivich dan Shatte, 2002). Kemampuan tersebut terdiri dari :

1) Regulasi Emosi

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang dibawah tekanan. Individu yang memiliki kemampuan meregulasi emosi dapat mengendalikan dirinya apabila sedang kesal dan dapat mengatasi rasa cemas, sedih, atau marah sehingga mempercepat dalam pemecahan suatu masalah (Reivich dan Shatte, 2002).

Setiap emosi tidak seluruhnya harus diperbaiki atau dikontrol. Individu yang selalu menahan emosinya atau seringkali meluapkan emosinya secara berlebihan dapat menyebabkan kelelahan emosi sehingga menimbulkan efek negatif terhadap dirinya sendiri (Reivich dan Shatte, 2002).

Reivich dan Shatte mengemukakan dua hal penting yang terkait dengan regulasi emosi, yaitu ketenangan (*calming*) dan fokus (*focusing*) individu yang mampu mengelola kemampuan ini kedua kemampuan ini, dapat membantu meredakan emosi yang ada, memfokuskan pikiran-pikiran yang mengganggu dan mengurangi stress.

2) Pengendalian Impuls

Pengendalian impuls adalah kemampuan mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri seseorang. Individu dengan pengendalian impuls rendah sering mengalami perubahan emosi dengan cepat yang cenderung mengendalikan perilaku dan pikiran mereka. Individu seperti itu seringkali mudah kehilangan kesabaran, mudah marah, impulsive, dan berlaku agresif pada situasi-situasi kecil yang tidak terlalu penting, sehingga lingkungan sosial di sekitarnya merasa kurang nyaman yang berakibat pada munculnya permasalahan dalam hubungan sosial (Reivich dan Shatte, 2002).

Individu yang mampu mengontrol impulsivitasnya adalah individu yang mampu mencegah kesalahan

pemikiran, sehingga dapat memberikan respon yang tepat pada permasalahan yang dihadapi. Pencegahan tersebut menurut Reivich dan Shatte adalah dengan mencoba menguji keyakinan individu dan mengevaluasi kebermanfaatan terhadap pemecahan masalah yang dihasilkan. Umumnya individu melakukan pertanyaan-pertanyaan yang bersifat rasional terhadap dirinya sendiri, seperti 'apakah penyimpulan terhadap masalah yang saya hadapi berdasarkan fakta atau hanya menebak?', 'apakah saya sudah melihat permasalahan secara keseluruhan?', 'apa manfaat dari semua ini?', dan sebagainya (Reivich dan Shatte, 2002).

3) Optimisme

Individu yang resilien adalah individu yang optimis. Mereka memiliki harapan di masa depan dan percaya bahwa mereka dapat mengontrol arah hidupnya. Dalam penelitian yang dilakukan, jika dibandingkan dengan individu yang pesimis, individu yang optimis lebih sehat secara fisik dan lebih jarang mengalami depresi, lebih baik di sekolah, lebih produktif dalam kerja, dan lebih banyak menang dalam olahraga. Optimisme mengimplikasikan bahwa individu percaya ia dapat menangani masalah-

masalah yang muncul di masa yang akan datang (Reivich dan Shatte, 2002).

Optimis berarti individu melihat masa depan dengan lebih terang. Optimisme mengimplikasikan bahwa individu percaya ia dapat menangani masalah-masalah yang muncul di masa yang akan datang. Hal ini mencerminkan efikasi diri, keyakinan terhadap kemampuan untuk menyelesaikan masalah, yang merupakan kemampuan penting dalam resiliensi. Optimisme adalah suatu keuntungan jika dihubungkan dengan efikasi diri, karena optimisme dapat memotivasi individu untuk mencari solusi dan tetap bekerja keras untuk memperbaiki situasi. Menurut Reivich dan Shatte, optimisme yang tidak realistis mengarahkan individu untuk mengabaikan tekanan yang sebenarnya. Kunci untuk menjadi resilien dan sukses adalah memiliki optimisme yang realistis yang dipasangkan dengan efikasi diri (Reivich dan Shatte, 2002).

4) Empati

Empati merepresentasikan bahwa individu mampu membaca tanda-tanda psikologis dan emosi dari orang lain. Empati mencerminkan seberapa baik individu

mengenali keadaan psikologis dan emosi dari orang lain. Selain itu, Werner dan Smith menambahkan bahwa individu yang berempati mampu mendengarkan dan memahami orang lain. Seseorang yang memiliki kemampuan berempati cenderung memiliki hubungan sosial yang positif (Reivich dan Shatte, 2002).

Ketidakmampuan berempati berpotensi menimbulkan kesulitan dalam hubungan sosial. Salah satu indikasinya adalah tidak bisa membaca tanda-tanda nonverbal pada orang lain. Hal ini mengganggu hubungan personal dan dunia kerja yang membutuhkan *skill* dalam peningkatan motivasi karyawan (Reivich dan Shatte, 2002).

5) Analisis Penyebab Masalah

Reivich dan Shatte menggunakan istilah *causal analysis* untuk menggambarkan kemampuan seseorang untuk mengidentifikasi penyebab masalah dengan akurat. Jika seseorang tidak dapat mengidentifikasi penyebab masalah dengan akurat ia cenderung untuk mengulang kesalahan yang sama (Reivich dan Shatte, 2002).

Seligman (dalam Reivich dan Shatte 2002) mengungkapkan sebuah konsep yang berhubungan erat

dengan analisis penyebab masalah, yaitu *explanatory style* (gaya berpikir). *explanatory style* (gaya berpikir) adalah cara yang biasa digunakan individu untuk menjelaskan sesuatu hal yang baik dan buruk yang terjadi pada dirinya.

6) Efikasi Diri

Efikasi diri adalah keyakinan pada kemampuan diri sendiri untuk menghadapi dan memecahkan masalah dengan efektif. Efikasi diri juga berarti meyakini diri sendiri mampu berhasil dan sukses. Individu dengan efikasi diri yang tinggi memiliki komitmen dalam memecahkan masalahnya dan tidak akan menyerah ketika menemukan bahwa strategi yang sedang digunakan itu tidak berhasil (Reivich dan Shatte, 2002).

Self-efficacy adalah penilaian diri terhadap kemampuan diri untuk mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai kinerja yang ditetapkan (Bandura, 1994).

Berdasarkan pengertian tersebut di atas, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri adalah suatu keyakinan pada diri seseorang mengenai seberapa baik seseorang

tersebut dapat melakukan aktivitas tertentu mencapai suatu tujuan dan menghasilkan sesuatu.

7) Peningkatan Aspek Positif

Resiliensi merupakan kemampuan yang meliputi peningkatan aspek positif dalam kehidupan seseorang. Peningkatan aspek positif dalam diri individu dipengaruhi oleh ketakutan akan batasan ketidakmampuan dalam diri (Reivich dan Shatte, 2002).

Resiliensi tidak hanya penting untuk menghadapi pengalaman hidup yang negatif seperti mengatasi masalah berat atau pulih dari trauma. Individu yang meningkatkan aspek positif dalam hidup, mampu melakukan dua aspek dengan baik, yaitu menaksir risiko dan memiliki makna dan tujuan hidup.

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiliensi

Para ahli memiliki perbedaan dalam merumuskan faktor-faktor resiliensi. Menurut Everall R. (2006), terdapat tiga faktor yang mempengaruhi resiliensi, yaitu :

1) Faktor Individu

Faktor individu meliputi kemampuan kognitif, konsep diri, harga diri, dan kompetensi sosial individu.

2) Faktor Keluarga

Faktor keluarga meliputi dukungan yang bersumber dari orang tua, yaitu bagaimana cara orang tua memperlakukan dan melayani anak. Selain itu struktur keluarga juga berperan penting bagi individu.

3) Faktor Komunitas

Faktor komunitas meliputi kemiskinan dan keterbatasan kesempatan kerja.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa resiliensi dipengaruhi oleh faktor-faktor dalam diri individu (internal) dan faktor-faktor dari luar individu (eksternal). Sementara itu, Benard (2001) berpendapat bahwa individu yang resilien memiliki empat sifat umum, yaitu:

- 1) kompetensi sosial sebagai kemampuan untuk memunculkan respon yang positif dari orang lain dan dapat menjalin hubungan yang positif dengan teman sebaya ataupun orang dewasa.
- 2) *Problem Solving Skill* yaitu sebagai kemampuan dalam penyelesaian masalah sebagai perencanaan yang memudahkan individu untuk bertindak secara independen serta melakukan pengontrolan terhadap lingkungan.

- 3) Otonomi sebagai kesadaran tentang identitas diri sendiri dan kemampuan untuk bertindak secara independen serta melakukan pengontrolan terhadap lingkungan.
- 4) *A sense of purpose and Future* yaitu kesadaran akan tujuan-tujuan, aspirasi pendidikan, ketekunan, pengharapan dan kesadaran akan suatu masa depan yang cemerlang.

Selanjutnya Grothberg (Dalam Reivich dan Shatte, 2004) mengemukakan bahwa terdapat beberapa faktor yang mampu mempengaruhi resiliensi seseorang, yaitu:

- 1) Tempramen

Tempramen mempengaruhi bagaimana individu bereaksi terhadap rangsangan seseorang. Seseorang bereaksi terhadap suatu rangsangan dengan cepat atau lambat mengindikasikan bagaimana individu tersebut dalam mengambil suatu risiko atau menjadikan individu tersebut menjadi sangat waspada dalam suatu kondisi yang menekan.

- 2) Intelegensi

Beberapa penelitian membuktikan bahwa intelegensi di bawah rata-rata memiliki tingkat resiliensi rendah begitupun

sebaliknya jika seseorang memiliki intelegensi di atas rata-rata maka resiliensinya tinggi. Namun, penelitian Grothberg (Dalam Reivich dan Shatte, 2004) membuktikan bahwa kemampuan resiliensi tidak hanya dipengaruhi oleh satu faktor saja melainkan ditentukan oleh berbagai macam faktor.

3) Budaya

Perbedaan budaya merupakan faktor yang membatasi dinamika yang berbeda dalam mempromosikan resiliensi.

4) Gender

Perbedaan gender memberikan pengaruh dalam perkembangan resiliensi. Anak perempuan lebih pada kemampuan mencari bantuan dari lingkungan. Lebih sering untuk berbagi dan lebih sensitif, sedangkan anak laki-laki lebih berfokus pada masalah dan hasil dari tindakan yang mereka lakukan. Maka dari itu anak laki-laki cenderung lebih tinggi resiliensinya dibandingkan dengan anak perempuan.

2. Kemiskinan

a. Pengertian Kemiskinan

Kemiskinan adalah kondisi kehidupan serba kekurangan yang dialami seseorang sehingga ia tidak mampu memenuhi

kebutuhan hidupnya (Ritonga, 2003). Selanjutnya menurut Supriatna (dalam Hikmat, 2004) menyatakan bahwa suatu penduduk dikatakan miskin apabila umumnya ditandai oleh rendahnya tingkat pendidikan, produktivitas kerja, pendapatan dan menunjukkan lingkaran ketidakberdayaan.

Menurut Suparlan (2004) kemiskinan adalah suatu tingkat kekurangan materi pada sejumlah golongan orang dibandingkan dengan standar kehidupan orang umum lainnya yang berlaku di masyarakat. Standar kehidupan yang rendah ini secara langsung berdampak pada tingkat kesehatan, kehidupan sosial dan rasa harga diri yang tergolong sebagai orang miskin. Jadi dapat disimpulkan bahwa kemiskinan adalah keadaan pada seseorang atau sebuah keluarga yang mengalami kekurangan dalam pemenuhan kebutuhan dasarnya.

b. Indikator Kemiskinan

Dalam dokumen yang dikeluarkan Badan Pusat Statistik atau BPS (2016) menyebutkan indikator miskin adalah:

1. Luas lantai bangunan tempat tinggal kurang dari 8m² per orang.
2. Jenis lantai tempat tinggal terbuat dari tanah, bambu atau kayu murahan.

3. Jenis dinding tempat tinggal dari bambu, rumbia atau kayu berkualitas rendah dan atau tembok tanpa diplester.
4. Tidak memiliki fasilitas buang air besar atau bersama-sama dengan rumah tangga lain.
5. Sumber penerangan rumah tangga tidak menggunakan listrik.
6. Sumber air minum berasal dari sumur atau mata air tidak terlindung, seperti sungai ataupun air hujan.
7. Bahan bakar untuk memasak sehari-hari adalah kayu bakar, arang atau minyak tanah.
8. Hanya mengkonsumsi daging, susu, atau ayam dalam satu kali seminggu.
9. Hanya membeli satu stel pakaian dalam setahun.
10. Hanya sanggup makan sebanyak satu atau dua kali dalam sehari.
11. Tidak mampu untuk membayar biaya pengobatan di puskesmas atau poliklinik.
12. Sumber penghasilan kepala rumah tangga adalah: petani dengan luas lahan 500m², buruh tani, nelayan, buruh bangunan, buruh perkebunan, atau pekerjaan lainnya dengan pendapatan berkisar Rp. 600.000.- per bulan.

13. Pendidikan tertinggi kepala rumah tangga: tidak sekolah, tidak tamat SD atau hanya tamat SD.
14. Tidak memiliki tabungan atau barang yang mudah dijual dengan harga minimal Rp. 500.000,- seperti sepeda motor kredit atau non kredit, emas, ternak, kapal motor, atau barang modal lainnya.

Jika terdapat 9 indikator diatas sesuai dengan kondisi sebuah keluarga, maka dapat dikatakan bahwa keluarga tersebut berada dalam kemiskinan.

B. Hasil Penelitian yang Relevan

Peneliti menemukan beberapa penelitian yang membahas mengenai resiliensi. Subyek yang digunakan oleh beberapa penelitian tersebut berbagai macam. Beberapa penelitian yang membahas mengenai resiliensi tersebut diantaranya :

1. Nugrahaeni Aliefa Chaerani, Hubungan Faktor Risiko Eksternal dengan Resiliensi Pada Siswa SMK Negeri 1 Jakarta. Skripsi Fakultas Teknik, Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Universitas Negeri Jakarta 2016. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang cukup rendah antara factor risiko dengan resiliensi pada siswa di SMK Negeri 1 Jakarta. Uji

koefisien determinasi ditujukan untuk mengetahui besarnya variable Y (resiliensi) ditentukan oleh variable X (factor risiko), yaitu $r_{xy}^2 = 0,196 = 0,03853$. Sehingga dapat dikatakan bahwa 3,85% variable resiliensi ditentukan oleh factor risiko. Kemudian dilanjutkan dengan menggunakan uji t, diperoleh t hitung sebesar $t = 1,9935$, t table dengan kesalahan 5% dan $dk = n - 2 = 103$, maka diperoleh t table 1,98. Dapat disimpulkan antara factor risiko dengan resiliensi terjadi korelasi yang signifikan.

2. Wahyu Khodijah, Resiliensi Pada Siswa SMA yang Tidak Lulus Ujian Nasional. Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan, Program Studi Psikologi, Universitas Negeri Jakarta 2010. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana resiliensi pada siswa SMA yang tidak lulus ujian nasional. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik wawancara, catatan lapangan, dan studi dokumentasi yang dilakukan kepada dua siswa SMA yang tidak lulus ujian nasional tahun 2010 dengan karakteristik yang telah ditentukan. Hasil penelitian yang didapatkan menunjukkan bahwa kedua subyek penelitian memiliki kemampuan resiliensi sehingga mampu beradaptasi positif terhadap peristiwa ketidaklulusan ujian nasional. Setiap subyek memiliki tujuh kemampuan pembangun resiliensi yang berbeda. Selain dibangun oleh tujuh kemampuan internal, resiliensi juga dipengaruhi oleh factor eksternal yaitu perhatian dan

dukungan, harapan yang tinggi, dan kesempatan berpartisipasi dari keluarga dan sekolah.

3. Novita Siregar, Gambaran Resiliensi Remaja Puteri yang Memiliki Orang Tua Berpoligami. Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan, Program Studi Psikologi, Universitas Negeri Jakarta 2013. Penelitian ini bertujuan untuk melihat dan mengetahui bagaimana kemampuan resiliensi remaja putri yang memiliki orang tua berpoligami dan kemampuan resiliensi seperti apa yang subyek miliki sehingga subyek dapat bangkit dari keterpurukannya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik wawancara. Dilakukan kepada dua remaja putri yang memiliki orang tua berpoligami. Hasil penelitian ini menunjukkan kedua subyek dapat bangkit dari keterpurukan, akan tetapi masing-masing subyek memiliki kemampuan resiliensi yang berbeda dan cara mengatasi masalahpun berbeda. Perbedaan kondisi keluarga yang berbeda membuat kedua subyek memiliki perbedaan dalam kemampuan resiliensi mereka. Selain itu, dengan rajin berdoa dan shalat akan semakin menyokong keyakinan positif dalam diri subyek sehingga menjadikan seseorang dapat mengembangkan kemampuan resiliensi.

C. Kerangka Berpikir

Pendidikan bertujuan membangun tenaga-tenaga terdidik, berpengetahuan dan terampil yang dibutuhkan dalam setiap aspek pembangunan. Maka dari itu pemerintah mewajibkan seluruh Warga Negara Indonesia untuk mengikuti pendidikan yang bertujuan meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Namun pada kenyataannya terdapat beberapa masalah pendidikan antara lain adalah biaya pendidikan yang relatif mahal, sehingga tidak dapat dijangkau oleh semua lapisan masyarakat terutama masyarakat miskin.

Kemiskinan seringkali menjadi faktor risiko yang menjadi kendala bagi seorang anak untuk mendapatkan pendidikan yang layak. Anak yang berasal dari keluarga miskin lebih banyak memiliki tantangan dan hambatan dalam lingkungan sekolahnya. Bahkan menurut Schoorr (dalam Goldstein & Brooks, 2005) mengatakan bahwa kemiskinan menjadi faktor risiko terbesar terhadap kegagalan di sekolah. Siswa miskin cenderung memiliki masalah psikologis seperti depresi, rendah diri, konflik dengan teman sebaya dan kenakalan remaja (Gibs & Huang dalam Santrock, 2003).

Untuk dapat berhasil melewati masa sulit di sekolah, seorang siswa perlu mengembangkan kemampuan dirinya agar mampu menghadapi masalah secara efektif. Maka dari itu, kemampuan untuk

menjadi seseorang yang resilien dengan resiliensi tinggi sangat dibutuhkan. Resiliensi adalah kemampuan untuk merespon kesulitan hidup secara sehat, produktif dan positif. Resiliensi bukan hanya menyebabkan seseorang dapat mengatasi atau pulih dari suatu kesulitan, tetapi resiliensi dapat meningkatkan aspek-aspek kehidupan seseorang menjadi lebih positif (Reivich dan Shatte, 2002).