

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **2.1. Resiliensi**

##### **2.1.1. Definisi Resiliensi**

Menurut Wagnild dan Young (1993), Resiliensi adalah suatu kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam beradaptasi pada kondisi ketidakberuntungan yang dialami oleh individu tersebut.

*“resilience connotes emotional stamina and has been used to describe persons who display courage and adaptability in the wake of life’s misfortunes”*. (Wagnild & Young, 1993, p. 166)

Menurut Luthar, Cicchetti dan Becker (dalam McCubbin, 2001), resiliensi mengacu pada sebuah proses dinamis yang mencakup adaptasi positif dalam konteks kesengsaraan dan kemalangan. Sementara itu Block (dalam Wagnild & Young, 1993) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan individu menyesuaikan diri secara dinamis saat berhadapan dengan situasi yang memberi tekanan kepada individu tersebut.

Norman (dalam McCubbin, 2001) menyatakan bahwa resiliensi adalah kemampuan untuk bangkit kembali dalam menghadapi kesulitan sehingga mampu beradaptasi dalam kondisi yang buruk. Resiliensi disebut juga oleh Zimmerman and Arunkumar (dalam Isaacson, 2002), sebagai kemampuan individu untuk bangkit kembali dari keterpurukan sehingga mampu beradaptasi dalam keadaan yang menantang dan mengancam.

Menurut Siebert (2005), resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dengan baik perubahan hidup pada level yang tinggi, menjaga kesehatan di bawah kondisi penuh tekanan, bangkit dari keterpurukan, mengatasi kemalangan,

merubah cara hidup ketika cara yang lama tidak sesuai lagi dengan kondisi yang ada, dan menghadapi permasalahan tanpa melakukan tindakan yang berbahaya.

Resiliensi menurut Joseph (dalam Isaacson, 2002) adalah kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dan beradaptasi terhadap perubahan, tuntutan dan kekecewaan yang muncul dalam kehidupan. Werner dan Smith (dalam Isaacson, 2002) mendefinisikan resiliensi sebagai kapasitas yang secara efektif untuk menghadapi stres internal maupun stres eksternal seperti penyakit, kehilangan atau masalah keluarga.

Dari definisi diatas dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah suatu kekuatan dalam diri individu untuk bangkit dari keterpurukan sehingga mampu untuk beradaptasi dalam kondisi ketidakberuntungan yang sedang dihadapi oleh individu. Definisi ini juga digunakan dalam definisi konseptual karena telah mencakup hal-hal mengenai resiliensi.

### **2.1.2. Komponen Resiliensi**

Wagnild dan Young (1993) menyebutkan bahwa terdapat lima komponen di dalam konsep resiliensi. Berikut adalah penjelasan dari lima komponen tersebut:

1. *Meaningfulness (purpose)*

Suatu kesadaran bahwa hidup memiliki tujuan, dimana diperlukan usaha yang harus dikeluarkan untuk mencapai tujuan tersebut. Wagnild (2010) mengatakan, *meaningfulness* merupakan karakteristik yang paling penting, karena menjadi dasar untuk empat karakteristik lainnya. Hidup tanpa tujuan akan terasa sia-sia dan tidak terarah. Menurutnya, akan sangat sulit untuk menjalani hidup tanpa tujuan yang baik, karena tujuan tersebut yang akan membantu setiap individu ketika mengalami kesulitan ataupun mendorong untuk terus maju.

## 2. *Perseverance*

Suatu tindakan bertahan yang dilakukan individu untuk menghadapi kondisi sulit, keputusasaan dan kekecewaan yang sedang dialami. Makna dari *perseverance* berarti bahwa seseorang bersedia untuk berjuang menyusun kembali hidupnya dan disiplin terhadap dirinya sendiri. Wagnild (2010) menjelaskan bahwa adanya pengalaman kegagalan yang terus berulang serta penolakan dapat menghalangi individu dalam mencapai tujuan hidupnya. Namun, individu yang resilien akan terus bertahan untuk berjuang sampai akhir. Mereka cenderung akan menyelesaikan masalah sesulit apapun hambatannya.

## 3. *Self reliance*

Suatu keyakinan individu terhadap diri, kemampuan yang dimiliki, serta batasan diri. Hal tersebut didapat dari pengalaman berlatih secara konsisten yang akan membuat individu menjadi lebih percaya diri terhadap kemampuan diri sendiri. Sepanjang perjalanan hidup, individu akan menghadapi tantangan yang dapat diselesaikan dengan baik, namun di lain waktu individu juga akan mengalami kegagalan. Melalui pengalaman-pengalaman ini membuat individu mengembangkan kemampuan pemecahan masalah. Selain itu, mereka akan terus menggunakan, mengadaptasi, memperkuat dan menentukan kemampuan ini sepanjang hidupnya (Wagnild, 2010).

## 4. *Equanimity*

Suatu perspektif mengenai keseimbangan yang dimiliki individu berkaitan tentang hidup berdasarkan pengalaman yang terjadi semasa hidupnya. Individu mampu memperluas sudut pandang sehingga membuat ia lebih fokus pada hal-hal positif daripada hal-hal negatif dari situasi yang sedang di alami. *Equanimity* ini menandakan adanya keseimbangan dan harmoni dalam melihat suatu hal (Wagnild, 2010). Individu yang resilien menyadari bahwa hidup tidak semata-mata antara hal baik atau buruk saja, akan tetapi sadar bahwa ada kemungkinan untuk berubah setiap saat. Karena hal inilah mengapa individu yang resilien seringkali digambarkan sebagai individu yang optimis, karena ia mampu melihat peluang

meskipun sedang menghadapi kondisi ketidakberuntungan yang dialami oleh individu tersebut.

#### 5. *Existential aloneness*

Suatu kesadaran bahwa setiap orang memiliki kehidupan yang unik. Ada pengalaman-pengalaman serupa yang mungkin pernah dialami oleh setiap orang, namun ada juga kondisi yang hanya dialami oleh seseorang. Karakteristik ini mengandung “perasaan bebas” dan “unik/berbeda dari orang lain”. Komponen *existential aloneness* juga disebut “*coming home yourself*” oleh Wagnild (2010) yang menunjukkan bahwa individu yang resilien mampu untuk merasa nyaman atas kondisi dirinya sendiri. Mereka menghargai dirinya dan sadar penuh bahwa ia memiliki banyak hal yang dapat dikontribusikan untuk lingkungan sekitarnya.

### **2.1.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiliensi**

Barankin dan Khanlou (2007) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi resiliensi, yaitu faktor resiko dan faktor protektif. Berikut ini adalah penjelasan dari kedua faktor tersebut, yaitu :

#### 1. Faktor resiko

Faktor resiko resiliensi merupakan faktor yang cenderung menurunkan tingkat resiliensi seseorang. Barankin dan Khanlou (2007) membagi faktor resiko dalam tiga faktor, yaitu faktor karakteristik individu, seperti menderita sakit kronis; kemudian faktor karakteristik keluarga, seperti kekerasan dalam rumah tangga; dan yang terakhir faktor karakteristik lingkungan seperti mendapatkan perlakuan kasar dari teman.

#### 2. Faktor protektif

Faktor protektif resiliensi merupakan faktor yang cenderung meningkatkan tingkat resiliensi seseorang. Barankin dan Khanlou (2007) membagi faktor protektif dalam tiga faktor, yaitu faktor karakteristik individu, seperti kemampuan dalam belajar; kemudian faktor karakteristik keluarga, seperti kehangatan dalam keluarga; dan yang terakhir faktor karakteristik lingkungan seperti lingkungan sosial dan pendidikan yang baik.

#### 2.1.4. Ciri-ciri Individu yang Resilien

Rutter (dalam Wagnild & Young, 1993) menggambarkan individu yang resilien sebagai orang yang mampu menghargai diri sendiri, percaya akan kemampuan yang ia miliki, mampu menemukan jalan keluar atas permasalahan yang sedang dihadapi, dan memiliki kemampuan menjalin hubungan interpersonal dengan baik.

Druss dan Douglas (dalam Wagnild & Young, 1993) menjelaskan bahwa individu yang resilien adalah individu yang mempunyai keberanian keberanian yang luar biasa dan optimis dalam menghadapi situasi apapun yang terjadi di dalam kehidupannya, baik kematian, sakit maupun cacat sejak lahir

Siebert (2005) menjelaskan bahwa individu yang resilien adalah individu yang fleksibel, mudah beradaptasi dalam berbagai situasi, dan mampu menangani segala permasalahan dengan cara yang sehat. Individu yang resilien membiarkan diri mereka merasa sedih, marah, kehilangan dan kebingungan ketika merasa tertekan, namun mereka tidak membiarkan hal tersebut menjadi sebuah perasaan yang permanen, mereka akan bangkit kembali menjadi lebih kuat dari sebelumnya.

#### 2.1.5. Pengukuran Resiliensi

Ahern, et al. (2006) menyatakan bahwa dalam pengukuran resiliensi dapat menggunakan beberapa alat ukur, antara lain *Baruth Protective Factors-Inventory* (BPMI), *Brief-Resilient Coping Scale* (BRCS), *Adolescent Resilience Scale* (ARS), *Conor-Davidson Resilience Scale* (CDRS), *Resilience Scale for Adults* (RSA), dan *Resilience Scale* (RS). Dari hasil review yang dilakukan Ahern, et al. (2006) membuktikan bahwa *Resilience Scale* (RS) merupakan instrumen terbaik dalam penelitian resiliensi karena dapat diaplikasikan pada berbagai kelompok usia (termasuk remaja).

Pada penelitian ini resiliensi diukur dengan menggunakan *The 25-Item Resilience scale* (RS-25) yang disusun oleh Wagnild dan Young (1993). Skala ini

bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat resiliensi individu. Tingkat resiliensi responden diukur dalam 7 butir skala Likert, dengan skala 1 merefleksikan “sangat tidak setuju” dan skala 7 merefleksikan “sangat setuju”. Skor tertinggi pada RS-25 merefleksikan tingkat resiliensi yang tinggi. Skala RS-25 memiliki indeks reliabilitas sebesar 0.91 dan signifikan pada  $p < 0.01$ . Skala RS-25 ini kemudian diukur lagi (test-retest reliability) 1, 4, 8, dan 12 bulan kemudian. Hasilnya, koefisien reliabilitas terentang dari 0.68-0.84.

## **2.2. Self Esteem**

### **2.2.1. Definisi Self Esteem**

Menurut Rosenberg (dalam Mruk, 2006), *self esteem* adalah sikap positif atau negatif individu terhadap objek nyata terhadap dirinya sendiri.

*“a positive or negative attitude toward a particular object, namely, the self”* (Mruk, 2006, p. 109)

Menurut Branden (1992), *self esteem* adalah pengalaman yang dibutuhkan oleh individu untuk menjadikan kehidupannya menjadi lebih baik. Secara spesifik, Branden mengatakan *self esteem* merupakan kepercayaan individu terhadap kemampuan dirinya untuk berpikir dan mengatasi berbagai macam tantangan dalam kehidupannya. Selain itu, *self esteem* juga merupakan kepercayaan bahwa individu memiliki hak untuk bahagia, merasa layak, berguna, dan berhak untuk menyatakan yang dibutuhkan, diinginkan, dan menikmati hasil dari usaha yang dilakukan.

Menurut Baron dan Byrne (2003), *self esteem* adalah evaluasi diri yang di buat oleh setiap individu, sikap seseorang terhadap dirinya sendiri dalam rentang dimensi positif dan negatif.

Menurut Coopersmith (dalam Branden, 1992), *self esteem* adalah evaluasi yang dibuat oleh individu mengenai dirinya yang diungkapkan dalam suatu

bentuk sikap setuju atau tidak setuju, dan menunjukkan sejauh mana individu tersebut meyakini dirinya sendiri sebagai individu yang mampu, penting dan berharga.

Dari definisi diatas dapat disimpulkan bahwa *self esteem* merupakan evaluasi seseorang terhadap dirinya baik positif maupun negatif mengenai kemampuan dan keberhargaan dirinya.

### **2.2.2. Jenis *Self Esteem***

Rosenberg (dalam Mruk, 2006) menyebutkan bahwa terdapat dua jenis *self esteem*, yaitu :

1. *Self esteem* tinggi

*Self esteem* tinggi mengungkapkan perasaan bahwa individu adalah orang yang berharga dan menghormati dirinya sendiri apa adanya, namun tidak menempatkan dirinya sebagai pribadi yang mengagumkan maupun mengharapkan orang lain kagum terhadap dirinya.

2. *Self esteem* rendah

*Self esteem* rendah menggambarkan penolakan diri, ketidakpuasan terhadap diri, dan perasaan rendah diri yang tergambar dalam pandangan yang tidak menyenangkan individu terhadap dirinya sendiri.

### **2.2.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Esteem***

Rosenberg (dalam Mruk, 2006) menjelaskan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi harga diri seseorang, antara lain:

1. Nilai-nilai sosial (*social Values*)

Nilai-nilai sosial dianggap memiliki pengaruh terhadap harga diri (Rosenberg, 1979). “Hipotesis stratifikasi” telah menghubungkan harga diri dan tingkatan harga diri dengan kelompok sosial secara umum, seperti kelas sosial-ekonomi. Penelitian lainnya menyebutkan bahwa “hipotesis

subkultural” menghubungkan harga diri lebih dekat dengan kelompok sosial utama, seperti lingkungan. Dari berbagai penelitian menyebutkan bahwa secara konsisten terdapat hubungan antara harga diri dan kelas sosial secara umum (Coopersmith, 1967; Mack, 1987; Rosenberg, 1965; Schneiderman, Furman & Weber, 1989; Twenge & Campbell, 2002). Pada saat yang sama, ada kesepakatan diantara peneliti yang menjelaskan bahwa kelompok subkultural memiliki pengaruh yang lebih besar, seperti keluarga dan lingkungan. Keluarga dan lingkungan dianggap menjadi sumber yang paling berpengaruh guna menjelaskan hubungan antara harga diri dengan nilai.

2. Nilai-nilai pribadi (*self values*)

Nilai-nilai pribadi merupakan konsep yang diharapkan ditunjukkan oleh kriteria individu dalam pandangannya terhadap dirinya sendiri (Rosenberg, 1979). Nilai-nilai pribadi dianggap penting bagi harga diri karena nilai pribadi menghubungkan harga diri dengan identitas seseorang, dan pada akhirnya akan menciptakan suatu hubungan antara harga diri dengan perilaku yang ditampilkan seseorang.

3. Jenis kelamin (*gender*)

Rosenberg menjelaskan bahwa terdapat kemungkinan hubungan antara harga diri dengan jenis kelamin. Epstein (1979) menemukan bahwa wanita memiliki pengalaman yang lebih kuat terhadap penerimaan dan penolakan diri, sementara laki-laki memiliki pengalaman yang lebih kuat terhadap kesuksesan dan kegagalan. Harter mencatat dari berbagai penelitian menemukan perbedaan harga diri pada jenis kelamin dan hal ini akan terus bertahan di dalam siklus kehidupan.

#### **2.2.4. Pengukuran *Self Esteem***

*Self Esteem Scale* merupakan skala unidimensional yang terdiri dari 10 item. *Self Esteem Scale* digunakan untuk mengukur keberhagaan diri secara global melalui pengukuran terhadap perasaan positif dan negatif individu pada dirinya. Relibilitas Guttman skala ini adalah 0.92, sedangkan Silber dan Tippet (1965)



melaporkan koefisien reliabilitas tes-ulang sebesar 0.85 dengan tenggang waktu dua minggu (Azwar, 2011).

*Self Esteem Scale* telah diadaptasi dalam versi berbahasa Indonesia. Azwar (1979) melaporkan koefisien korelasi aitem-total yang berada antara 0.415 sampai dengan 0.703 bagi kesepuluh aitem dalam skala ( $n = 71$ ), sedangkan koefisien tes-ulang dengan tenggang waktu satu hari sebesar 0.8587. Namun, Martaniah dkk. (1991) menemukan koefisien alpha skala ini hanya sebesar 0.439 ( $n = 300$ ) (Azwar, 2012).

## **2.3. Remaja**

### **2.3.1. Definisi Remaja**

Remaja, yang dalam bahasa aslinya disebut *adolescence*, berasal dari bahasa latin *adolescere* yang artinya “tumbuh untuk tumbuh untuk mencapai kematangan”. Istilah *adolescence* sesungguhnya memiliki arti yang luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik (Hurlock, dalam Ali & Asrori, 2005).

Papilia, et. al. (2008) mengatakan bahwa masa remaja adalah perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mengandung perubahan besar fisik, kognitif, dan psikososial. Masa remaja dimulai pada usia 11 atau 12 sampai masa remaja akhir atau awal usia dua puluhan, dan masa tersebut membawa perubahan saling bertautan dalam semua ranah perkembangan.

Piaget (dalam Ali & Asrori, 2005) mengatakan bahwa remaja adalah suatu usia dimana individu menjadi terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, suatu usia dimana anak tidak merasa bahwa dirinya berada di bawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama, atau paling tidak sejajar. Memasuki masyarakat dewasa ini mengandung banyak aspek afektif, lebih atau kurang dari usia pubertas.

Remaja (*adolsence*) menurut Santrock (2003) diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial emosional. Walaupun situasi budaya dan sejarah membatasi kemampuan kita untuk menentukan rentang usia remaja, di amerika dan kebanyakan budaya lain sekarang ini, masa remaja dimulai kira-kira usia 10 sampai 13 tahun dan berakhir antara usia 18 dan 22 tahun. Perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional yang terjadi berkisar dari perkembangan fungsi seksual, proses berpikir abstrak sampai pada kemandirian.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa yang dilalui oleh masa remaja. Masa remaja adalah masa perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional.

### **2.3.2. Karakteristik Umum Remaja**

Hurlock (1980) menyatakan bahwa terdapat 8 ciri-ciri masa remaja, yaitu :

#### 1. Masa remaja sebagai periode yang penting

Pada periode remaja, baik akibat langsung maupun akibat jangka panjang tetap penting. Ada periode yang penting karena akibat fisik dan ada lagi karena akibat psikologis. Pada periode remaja kedua-keduanya sama-sama penting. Perkembangan fisik yang cepat dan penting disertai dengan cepatnya perkembangan mental yang cepat, terutama pada awal masa remaja. Semua perkembangan itu menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan perlunya membentuk sikap, nilai dan minat baru.

#### 2. Masa remaja sebagai periode peralihan

Peralihan tidak berarti terputus dengan atau berubah dari apa yang telah terjadi sebelumnya, melainkan lebih-lebih sebuah peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Artinya, apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekasnya pada apa yang terjadi sekarang

dan yang akan datang. Bila anak-anak beralih dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, anak-anak harus “meninggalkan segala sesuatu yang bersifat kekanak-kanakan” dan juga harus mempelajari pola perilaku dan sikap baru untuk menggantikan perilaku dan sikap yang sudah ditinggalkan. Namun perlu disadari bahwa apa yang telah terjadi akan meninggalkan bekasnya dan akan mempengaruhi pola perilaku dan sikap yang baru. Seperti dijelaskan oleh Osterrieth, “Struktur psikis anak remaja berasal dari masa kanak-kanak, dan banyak ciri yang umumnya dianggap sebagai ciri khas masa remaja sudah ada pada masa akhir masa kanak-kanak”. Perubahan fisik yang terjadi selama tahun awal masa remaja mempengaruhi tingkat perilaku individu dan mengakibatkan diadakannya penilaiannya kembali penyesuaiannya nilai-nilai yang telah bergeser.

### 3. Masa remaja sebagai periode perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama awal masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Kalau perubahan fisik menurun maka perubahan sikap dan perilaku menurun juga. Ada empat perubahan yang sama yang hampir bersifat universal. Pertama, meningginya emosi, yang intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologisnya yang terjadi. Karena perubahan emosi biasanya terjadi lebih cepat selama masa awal remaja, maka meningginya emosi lebih menonjol pada masa awal periode akhir masa remaja. Kedua, perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial untuk dipesankan, menimbulkan masalah baru. Bagi remaja muda, masalah baru yang timbul tampaknya lebih banyak dan lebih sulit diselesaikan dibandingkan masalah yang dihadapi sebelumnya. Remaja akan tetap merasa ditimbuni masalah, sampai ia sendiri menyelesaikan menurut kepuasannya. Ketiga, dengan berubahnya minat dan pola perilaku, maka nilai-nilai juga berubah. Apa yang pada masa kanak-kanak dianggap penting, sekarang setelah hampir dewasa tidak penting lagi. Keempat, sebagian besar remaja bersikap ambivalen

terhadap setiap perubahan. Mereka menginginkan dan menuntut kebebasan, tetapi mereka sering takut bertanggung jawab akan akibatnya dan meragukan kemampuan mereka untuk dapat mengatasi tanggung jawab tersebut.

4. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Setiap periode mempunyai masalahnya sendiri-sendiri, namun masalah masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Terdapat dua alasan, bagi kesulitan itu. Pertama, sepanjang masa anak-anak, masalah anak-anak sebagian diselesaikan oleh orang tua dan guru-guru, sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah. Kedua, karena pada remaja merasa diri mandiri, sehingga mereka ingin mengatasi masalahnya sendiri, menolak bantuan orang tua dan guru-guru.

5. Masa remaja usia sebagai masa mencari identitas

Sepanjang usia geng pada akhir masa anak-anak, penyesuaian diri dengan standar kelompok adalah jauh lebih penting bagi anak yang lebih besar daripada individualitas. Seperti telah ditunjukkan, dalam hal pakaian, berbicara dan perilaku anak yang lebih besar ingin lebih cepat seperti teman-teman gengnya. Tiap penyimpangan dari standar kelompok dapat mengancam keanggotaannya dalam kelompok.

6. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Anggapan stereotip budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapih, yang tidak dapat dipercaya dan cenderung merusak dan berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja muda takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal. Menerima stereotip ini dan adanya keyakinan bahwa orang dewasa mempunyai pandangan yang buruk tentang remaja, membuat peralihan ke masa dewasa menjadi sulit. Hal ini menimbulkan banyak pertentangan dengan orang tua dan

antara orang tua dan anak terjadi jarak yang menghalangi anak untuk meminta bantuan orang tua untuk mengatasi pelbagai masalahnya.

#### 7. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik

Remaja cenderung memandang kehidupan melalui kaca berwarna merah jambu. Ia melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita. Cita-cita yang tidak realistik ini, tidak hanya bagi dirinya sendiri tetapi juga bagi keluarga dan teman-temannya, menyebabkan meningginya emosi yang merupakan ciri dari awal masa remaja. Semakin tidak realistik cita-citanya semakin ia menjadi marah. Remaja akan sakit hati dan kecewa apabila orang lain mengecewakannya atau kalau ia tidak berhasil mencapai tujuan yang ditetapkan sendiri. Dengan bertambahnya pengalaman pribadi dan pengalaman sosial, dan dengan meningkatnya kemampuan untuk berpikir rasional, remaja yang lebih besar memandang diri sendiri, keluarga, teman-teman dan kehidupan pada umumnya secara lebih realistik. Dengan demikian, remaja tidak terlampau banyak mengalami kekecewaan seperti ketika masih lebih muda. Ini adalah salah satu kondisi yang menimbulkan kebahagiaan yang lebih besar pada remaja yang lebih besar.

#### 8. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Dengan demikian mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Berpakaian dan bertindak seperti orang dewasa ternyata belumlah cukup. Oleh karena itu, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa, yaitu merokok, minum, minuman keras, menggunakan obat-obatan, dan terlibat dalam perbuatan seks. Mereka menganggap bahwa perilaku ini akan memberikan citra yang mereka inginkan.

### **2.3.3. Tugas Perkembangan Masa Remaja**

Tugas perkembangan masa remaja difokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan serta berusaha untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku secara dewasa. Adapun tugas-tugas perkembangan masa remaja, menurut Hurlock (dalam Ali & Asrori, 2005) adalah :

1. Mampu menerima keadaan fisiknya;
2. Mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa;
3. Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis;
4. Mencapai kemandirian emosional;
5. Mencapai kemandirian ekonomi;
6. Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat;
7. Memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orang tua;
8. Mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa;
9. Mempersiapkan diri untuk memasuki masa perkawinan;
10. Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga.

## **2.4. Kanker**

### **2.4.1. Definisi Kanker**

Menurut Taylor (2009), kanker merupakan suatu gabungan dari 100 lebih penyakit yang memiliki beberapa faktor yang sama. Semua penyakit kanker bermula pada adanya disfungsi pada DNA yang merupakan bagian dari cellular programming yang mengontrol pertumbuhan sel dan reproduksi. Disfungsi DNA tersebut menyebabkan pertumbuhan sel kanker yang berlebihan dan menyebar

sangat cepat. Tidak seperti sel lain, sel kanker tidak memberikan manfaat pada tubuh, justru memakan sumber daya yang dimiliki.

Menurut WHO (2014), kanker adalah pertumbuhan sel-sel baru secara abnormal yang tumbuh melampaui batas normal, dan yang kemudian dapat menyerang bagian sebelah tubuh dan menyebar ke organ lain. Proses ini disebut metastasis. Metastatis merupakan penyebab kematian akibat kanker.

Menurut National Cancer Institute (2014), kanker adalah suatu istilah untuk penyakit di mana sel-sel membelah secara abnormal tanpa kontrol dan dapat menyerang jaringan di sekitarnya

Menurut Depkes RI (2009), Kanker adalah suatu penyakit yang disebabkan oleh proses pertumbuhan sel-sel jaringan tubuh yang tidak normal. Sel-sel kanker akan berkembang dengan cepat, tidak terkendali, dan terus membelah diri, selanjutnya merusak ke jaringan disekitarnya dan terus menyebar melalui jaringan ikat, darah, dan menyerang organ-organ penting serta saraf tulang belakang. Sel kanker akan membelah terus meskipun tubuh tidak memerlukannya, sehingga akan terjadi penumpukan sel baru. Penumpukan sel tersebut mendesak dan merusak jaringan normal, sehingga mengganggu organ yang ditempatinya.

#### **2.4.2. Jenis Kanker**

National Cancer Institute (2014) menyebutkan jenis kanker yang paling banyak terjadi pada usia muda (termasuk remaja), yaitu :

1. Leukimia

Leukimia atau lebih dikenal sebagai kanker darah merupakan penyakit dalam klasifikasi kanker yang berada pada jaringan pembentuk darah atau sumsum tulang dan menyebabkan sejumlah sel darah yang diproduksi tidak normal dan memasuki aliran darah.

## 2. Limfoma

Salah satu jenis kanker darah yang terjadi ketika limfosit B atau T, yaitu sel darah putih yang menjaga daya tahan tubuh, menjadi abnormal dengan membelah lebih cepat dari sel biasa atau hidup lebih lama dari biasanya. Limfoma dapat muncul di berbagai bagian tubuh, seperti nodus, limfa, limpa, sumsum tulang, darah dan organ lainnya, yang pada akhirnya akan membentuk tumor, yang tumbuh dan mengambil ruang jaringan dan organ di sekitarnya, sehingga menghentikan asupan oksigen untuk jaringan atau organ tersebut.

## 3. Tumor wilms

Tumor wilms adalah kanker ginjal langka yang sering terjadi pada usia muda. Dikenal juga sebagai neoplastoma, tumor ganas yang paling umum menyerang ginjal pada usia muda. Penyebab dari kanker ini belum diketahui, tetapi diduga melibatkan faktor genetic

## 4. Neuroblastoma

Neuroblastoma adalah penyakit kanker yang menyerang sistem saraf sering ditemukan pada usia muda. Kanker ini berasal dari jaringan yang membentuk sistem saraf simpatis. Kanker ini biasanya menyebar ke kelenjar getah bening, hati, tulang dan sumsum tulang.

## 5. Retinoblastoma

Retinoblastoma adalah penyakit tumor ganas primer pada anak yang tumbuh dengan cepat yang berasal dari sel retina mata. Penyakit ini tidak hanya menyebabkan kebutaan, melainkan juga kematian.

## 6. Rabdomiosarcoma

Rabdomiosarcoma adalah penyakit tumor ganas yang aslinya berasal dari jaringan lunak tubuh termasuk jaringan otot. Kanker ini biasanya sering muncul di daerah kepala, dan leher.



### 2.4.3. Dampak Psikologis yang Dialami Penderita Kanker

Toro (2005) menyebutkan beberapa dampak psikologis yang dialami remaja penderita kanker, yaitu:

1. Gejala fisik dan pengobatan kanker memiliki dampak emosional yang serius pada remaja. Penelitian menemukan bahwa remaja yang menderita kanker memiliki persepsi yang negatif terhadap dirinya yang berkaitan dengan akademik, sosial, gangguan psikologis, *self esteem* negatif, dan gejala depresi
2. Pengalaman traumatis merupakan hal yang signifikan dirasakan oleh remaja penderita kanker. Efek pengobatan yang menyebabkan nyeri dan efek samping seperti rambut rontok, berat badan menurun, cacat fisik dan absen secara berulang-ulang yang menyebabkan remaja penderita kanker harus berjauhan dengan teman sebaya. Hal ini berdampak negatif pada penyesuaian sosial dan psikologis remaja penderita kanker.
3. Penelitian menunjukkan bahwa remaja yang menderita kanker berkontribusi terhadap ketidakmampuan sosial dan emosional sehingga mengalami kesulitan akademis. Banyak siswa yang menderita kanker mengalami permasalahan dalam belajar karena tingginya tingkat absensi yang mungkin timbul dari pengobatan, rawat inap, dan efek samping pengobatan. Hasil temuan penelitian menyebutkan remaja yang menderita leukemia absen sekolah selama 10 sampai 20 minggu dalam satu tahun sehingga banyak dari mereka yang harus tinggal kelas/tidak naik kelas.
4. Remaja penderita kanker yang selamat dari penyakitnya kemungkinan mengalami kecemasan yang parah, keluhan psikosomatis yang berlebihan, stres yang berkepanjangan, gangguan stres pasca-trauma (PTSD), kesulitan akademis, kesulitan dalam berkomunikasi dengan teman sebaya, dan kekhawatiran tentang masa depan dalam kaitan karir dan hubungan percintaan.

## 2.5 Hubungan antara *Self Esteem* dan Resiliensi

Resiliensi merupakan suatu kemampuan dimana individu mampu beradaptasi dalam situasi ketidakberuntungan. Resiliensi juga mencerminkan perbedaan individu dalam mengatasi keadaan stres. Ada individu yang dapat mengatasi keadaan stres dan ada juga individu yang tidak dapat mengatasi keadaan stres (Taylor, 2009). Apabila individu mampu beradaptasi saat berhadapan dengan situasi yang memberi tekanan kepada individu tersebut dapat dikatakan bahwa individu tersebut memiliki sikap resilien, sedangkan individu yang tidak mampu dalam beradaptasi dalam kesulitan dapat dikatakan bahwa individu tersebut tidak memiliki sikap resilien.

Rodhes & Brown (dalam Isaacson, 2002) mengatakan individu yang resilien mampu beradaptasi dalam berbagai situasi dengan cepat, bertindak fleksibel, dan selalu memandang dirinya dengan cara yang positif. Hal tersebut berarti bahwa apabila individu memiliki sikap yang resilien membantu individu tersebut semakin siap dalam menghadapi situasi dan tantangan yang akan terjadi, dan berusaha untuk menghindari respon-respon negatif yang merugikan dirinya sendiri.

Untuk mencapai resiliensi dibutuhkan kekuatan yang berasal dalam diri, yaitu dengan memiliki *self esteem* yang tinggi. Individu yang resilien memiliki *self esteem* yang tinggi karena individu tersebut menghargai dan mengevaluasi kemampuan mereka (Kumpfer dalam Glantz & Johnson, 1999). Individu yang memiliki *self esteem* yang rendah berusaha menghindari tantangan yang ada di hadapannya, hal ini menyebabkan individu tersebut sulit untuk mengembangkan sikap resilien (Schunk & Carbonari dalam Glantz & Johnson, 1999)

Individu yang memiliki *self esteem* yang tinggi maka dapat berkaitan dengan tingkat resiliensi yang tinggi dan begitu juga sebaliknya jika individu memiliki *self esteem* yang rendah maka dapat berkaitan dengan tingkat resiliensi yang rendah. Dengan adanya *self esteem* yang tinggi dapat membantu individu mengevaluasi kemampuan dirinya secara positif.

## 2.6 Kerangka Konseptual

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang memiliki catatan banyak tentang penyakit kanker. Jumlah penderita kanker di Indonesia terus meningkat. Hal tersebut adanya globalisasi dan modernisasi yang memberikan pengaruh pada pola hidup seperti merokok, mengkonsumsi makanan yang tidak sehat dan sebagainya.

Penyakit kanker tidak hanya menyerang fisik namun juga psikologis pada penderitanya. Lubis (2009) mengatakan bahwa manusia mempunyai sifat holistik, dalam artian manusia adalah makhluk fisik yang sekaligus psikologis, yang mana kedua aspek ini saling berkaitan satu sama lain dan saling mempengaruhi. Sehingga apa yang terjadi dengan kondisi fisik manusia akan mempengaruhi pula kondisi psikologisnya.

Ketika seseorang didiagnosis oleh dokter bahwa menderita penyakit kronis, seperti kanker, secara umum terdapat tiga respon emosional yang muncul pada penderitanya, yaitu penolakan, kecemasan dan depresi (Taylor, dalam Lubis, 2009). Dalam keadaan tersebut sangat sulit bagi pasien kanker ini dapat menimbulkan stres yang terus menerus, sehingga tidak hanya mempengaruhi penyesuaian fisik tapi juga penyesuaian psikologi (Lehmann, et.al. dalam Lubis, 2009).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh utami & Hasanat (dalam Lubis, 2009) menunjukkan ketika mengetahui bahwa mereka menderita kanker, pasien kanker akan mengalami kondisi psikologis yang tidak menyenangkan, misalnya merasa kaget, cemas, takut, bingung, sedih, panik, gelisah, atau merasa sendiri, dan dibayangi oleh kematian. Kecemasan meningkat ketika individu membayangkan terjadinya perubahan dalam hidupnya di masa depan akibat dari penyakit yang di derita.

Hal ini tidak hanya dirasakan oleh orang yang berusia dewasa, namun juga dirasakan oleh usia remaja. Remaja penderita kanker harus menjalani proses pengobatan di rumah sakit sehingga merasa ketinggalan pelajaran karena harus

absen dari sekolah dan berjauhan dengan teman-teman sebayanya. Hal tersebut membuat meningkatnya kecemasan pada remaja penderita kanker.

Kecemasan yang dialami oleh remaja penderita kanker dapat diatasi apabila individu tersebut memiliki kekuatan dalam diri dalam beradaptasi menghadapi stres. Kemampuan beradaptasi dalam kondisi stres ini disebut dengan resiliensi. Individu yang resilien mampu menghadapi masalah dengan baik, dan mampu mengontrol dirinya. Individu dalam keadaan resilien menunjukkan tingkat depresi yang rendah sehingga dapat meningkatkan stabilitas kesehatan emosional individu.

Individu dapat memiliki sikap resilien apabila didukung oleh *self esteem yang tinggi*. Individu dengan *self esteem* yang tinggi menilai dirinya secara positif, memiliki pandangan yang positif mengenai lingkungannya, maupun kemampuannya dalam menghadapi dan mengatasi permasalahan hidup. Selain itu, manfaat dari *self esteem* yang tinggi dapat membantu remaja penderita kanker untuk membentuk pendirian yang kuat, membentuk sikap yang optimistik, dan menumbuhkan rasa bahwa dirinya mampu untuk sembuh dalam kondisi yang kronis.

## **2.7 Hipotesis**

Hipotesis yang diajukan dan diuji dalam penelitian ini, yaitu :

Hipotesis Alternatif (Ha) : Terdapat pengaruh *self esteem* terhadap resiliensi pada remaja penderita kanker.

## 2.8 Hasil Penelitian yang Relevan

Berikut ini adalah penelitian yang relevan dengan penelitian yang akan diuji, antara lain :

1. Penelitian yang dilakukan Ekasari & Andriyani. (2013) berjudul “Pengaruh *Peer Group Support* dan *Self-Esteem* terhadap Resiliensi pada siswa SMAN Tambun Utara Bekasi”. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui karakteristik *peer group support*, *self esteem*, dan resiliensi pada siswa SMAN 1 Tambun Utara Bekasi, mengetahui hubungan antara *peer group support* dengan resiliensi pada siswa SMAN 1 Tambun Utara Bekasi, mengetahui hubungan antara *self esteem* dengan resiliensi pada siswa SMAN 1 Tambun Utara Bekasi, dan mengetahui pengaruh *peer group support* dan *self esteem* terhadap resiliensi pada siswa SMAN 1 Tambun Utara Bekasi. Berdasarkan uji analisis korelasi berganda, didapat  $F$  hitung adalah 30.862 dengan tingkat signifikansi 0.000, karena probabilitas  $(0.000) < \alpha (0.05)$ , artinya pengaruh *peer group support* dan *self-esteem* terhadap *resilience* bertaraf cukup. Dari hasil pengolahan data, koefisien determinasi ( $R^2$ ) pada korelasi *peer group support* dan *self-esteem* terhadap *resilience*, menunjukkan angka sebesar 0.292, berarti *peer group support* dan *self-esteem* memiliki sumbangan sebesar 29,2% terhadap tingkat *resilience*. Sehingga semakin tinggi *peer group support* dan *self-esteem*, maka semakin tinggi *resilience*, begitu juga sebaliknya. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa terdapat pengaruh *peer group support* terhadap *resilience*; terdapat pengaruh *self-esteem* terhadap *resilience*; serta terdapat pengaruh *peer group support* dan *self-esteem* terhadap *resilience*.
2. Veselka, et all (2009) menjelaskan asosiasi dari self esteem dan resiliensi dengan perilaku merokok pada anak remaja yang ditinjau dari segi gender, dalam penelitian mereka yang berjudul “*Self-esteem and resilience: the connection with risky behavior among adolescents.*” Sampel dari penelitian ini adalah 3.694 remaja yang berumur rata-rata 14 tahun di Slovakia. Penelitian ini menggunakan alat ukur *Rosernberg Self Esteem*

*Scale* (RSES) dan *Resilience Scale* (RS). Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa seseorang yang memiliki self esteem yang negatif akan berasosiasi dengan perilaku yang menyimpang, disamping itu beberapa aspek dari resiliensi seperti gaya struktur, kompetensi sosial, dan keluarga mempunyai peran penting diantara anak remaja baik laki-laki maupun perempuan.