

**HUBUNGAN PERSEPSI DUKUNGAN SOSIAL DAN RESILIENSI  
PADA IBU TUNGGAL YANG BEKERJA**



Disusun Oleh:

Nabila May Indrianti

(1125150890)

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2019**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA  
SIDANG SKRIPSI**

(Hubungan Persepsi Dukungan Sosial dan Resiliensi pada Ibu Tunggal yang Bekerja)

Nama Mahasiswa : Nabila May Indrianti  
NIM : 1125150890  
Program Studi : Psikologi  
Tanggal Ujian : 14 Agustus 2019

Pembimbing I



Vinna Ramadhany Sy, M.Psi

NIDN: 8812680018


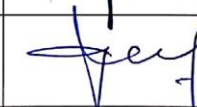


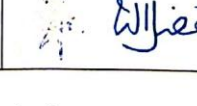
Pembimbing II



Mauna, M.Psi

NIP.198410142015042001

**Panitia Ujian/Sidang Skripsi/Karya Inovatif**

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Gantina Komalasari, M.Psi (Penanggungjawab)*		26/08-2019
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		26/08/2019
Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd (Ketua Penguji)***		26/08/2019
Fellianti Muzdalifah, M.Psi (Anggota)****		29/08/2019
Dr. R.A Fadhallah, M.Si (Anggota)****		29/08/2019

**Catatan :**

- \* Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi
- \*\* Wakil Dekan I
- \*\*\* Ketua Penguji
- \*\*\*\* Dosen Penguji Selain Pembimbing dan Ketua Program Studi

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Nabila May Indrianti

Nomor Registrasi : 1125150890

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul **“Hubungan Persepsi Dukungan Sosial dan Resiliensi pada Ibu Tunggal yang Bekerja”** adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Maret 2019 sampai dengan Juli 2019.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 5 Agustus 2019

Yang Membuat Pernyataan,



Nabila May Indrianti

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Program Studi Psikologi, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nabila May Indrianti

NIM : 1125150890

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Pendidikan Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Demi mengembangkan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalti-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Hubungan Persepsi Dukungan Sosial dan Resiliensi pada Ibu Tunggal yang Bekerja” beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 5 Agustus 2019

Yang menyatakan



Nabila May Indrianti

## **LEMBAR MOTTO**

“Libatkan Allah dalam segala urusanmu, maka segalanya in sya Allah akan dipermudah”.

“Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan“ (QS Al Mujadilah: 11).

Skripsi ini saya persembahkan untuk Ayah dan Ibu yang menjadi motivasi saya untuk segera lulus, serta kedua adik yang selalu mendukung serta memberi semangat kepada saya.

**NABILA MAY INDRIANTI**

**HUBUNGAN PERSEPSI DUKUNGAN SOSIAL DAN RESILIENSI PADA IBU  
TUNGGAL YANG BEKERJA**

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri

Jakarta, 2019

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan persepsi dukungan sosial dengan resiliensi pada ibu tunggal yang bekerja. Persepsi dukungan sosial merupakan keyakinan individu tentang ketersediaan dukungan sosial ketika dibutuhkan dan dukungan tersebut diidentifikasi melalui pandangan subjektif dan terukur, sedangkan resiliensi merupakan kemampuan individu untuk melakukan respon dengan cara yang sehat dan produktif ketika menghadapi kesulitan atau trauma.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. *Instrument* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Perceived Social Support* (Zimet, 1988) dan *Resilience Quotient Test* (Reivich dan Shatte, 2002). Populasi dalam penelitian ini adalah ibu tunggal yang bekerja. Sampel pada penelitian ini berjumlah 91 orang dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada ibu tunggal yang bekerja, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0.758, yang menandakan bahwa kedua variabel memiliki hubungan positif yang signifikan. Hal tersebut berarti bahwa semakin tinggi tingkat persepsi dukungan sosial maka akan semakin tinggi pula tingkat resiliensi pada ibu tunggal yang bekerja.

Kata Kunci: Persepsi Dukungan Sosial, Resiliensi, Ibu Tunggal.

**NABILA MAY INDRIANTI**

**RELATIONSHIP OF PERCEIVED SOCIAL SUPPORT AND RESILIENCE**  
**ON WORKING SINGLE MOTHERS**

Undergraduate Thesis

Jakarta: Psychology Study Program, Faculty of Psychology Education

State University of Jakarta, 2019

**ABSTRACT**

This study aims to examine the relationship of perceived social support and resilience on working single mothers. Perceived social support is an individual's beliefs about the availability of social support when needed and that support is identified through subjective and measurable views, while resilience is an individual's ability to respond in a healthy and productive manner when facing difficulties or trauma.

This research uses quantitative research methods. The instruments used in this study were Perceived Social Support (Zimet, 1988) and Resilience Quotient Test (Reivich and Shatte, 2002). The population in this study was working single mothers. The sample in this study The sample in this study was 91 people using purposive sampling technique.

The results of this study showed there is a relationship between perceived social support and resilience on working single mothers, with a coefficient correlation of 0.758, which indicates that the two variables have a significant positive relationship. This means that the higher level of perceived social support, the higher level of resilience on working single mothers.

Keywords: Perceived Social Support, Resilience, Single Mother.

## **KATA PENGANTAR**

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karuniaNya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat dan salam senantiasa tercurah kepada Rasulullah SAW yang mengantarkan manusia dari zaman kegelapan ke zaman yang terang benderang ini. Penyusunan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi sebagian syarat-syarat guna mencapai gelar Sarjana Psikologi di Universitas Negeri Jakarta.

Penulis menyadari bahwa penulisan ini tidak dapat terselesaikan tanpa dukungan dari berbagai pihak baik moril maupun materil. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini terutama kepada:

1. Ibu Dra. Gantina Komalasari, M. Psi., selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
2. Ibu Mira Ariyani, PhD, selaku ketua Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta
3. Ibu Vinna Ramadhany Sy, M.Psi selaku dosen Pembimbing Skripsi I yang telah berkenan memberikan tambahan ilmu dan solusi pada setiap permasalahan atas kesulitan dalam penulisan skripsi ini.
4. Ibu Mauna, M.Psi selaku dosen Pembimbing Skripsi II yang telah bersedia membimbing dan mengarahkan penulis selama menyusun skripsi dan memberikan banyak ilmu serta solusi pada setiap permasalahan atas kesulitan dalam penulisan skripsi ini.
5. Seluruh staf dan karyawan Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan bantuan kepada penulis.
6. Kedua orang tua, Bapak Khoirul Anwar dan Ibu Sunarti, yang telah memberikan dukungan baik moril maupun materil serta doa yang tiada henti-hentinya kepada penulis.



7. Kedua adik saya, Annisa Chairanti dan Rizqi Ramadhan Putra, yang telah memberikan semangat dalam proses penyelesaian skripsi ini.
8. Seluruh teman-teman seangkatan, terutama kelas Psikologi E Angkatan 2015 yang selalu mengisi hari-hari selama masa perkuliahan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna dikarenakan terbatasnya pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh karena itu, penulis mengharapkan segala bentuk saran serta masukan bahkan kritik yang membangun dari berbagai pihak. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dan semua pihak khususnya dalam bidang Psikologi.

Jakarta, 11 Agustus 2019

Penulis,

Nabila May Indrianti

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN</b>	
<b>PANITIA SIDANG SKRIPSI</b> .....	ii
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....	iii
<b>LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	iv
<b>LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	v
<b>ABSTRAK</b> .....	vi
<b>ABSTRACT</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> , .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1. Latar Belakang Masalah .....	1
1.2. Identifikasi Masalah .....	5
1.3. Batasan Masalah .....	5
1.4. Rumusan Masalah .....	5
1.5. Tujuan Penelitian .....	5
1.6. Manfaat Penelitian .....	6
1.6.1. Manfaat Teoritis .....	6
1.6.2. Manfaat Praktis .....	6
1.6.2.1. Bagi Ibu Tunggal , .....	6
1.6.2.2. Bagi Masyarakat .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	7
2.1. Resiliensi .....	7
2.1.1. Pengertian Resiliensi .....	7
2.1.2. Dimensi Resiliensi .....	8
2.1.3. Faktor yang Memengaruhi Resiliensi .....	10
2.2. Persepsi Dukungan Sosial .....	11

2.2.1. Pengertian Persepsi Dukungan Sosial .....	11
2.2.2. Sumber Dukungan Sosial .....	12
2.2.3. Faktor yang Memengaruhi Dukungan Sosial .....	13
2.3. Ibu Tunggal yang Bekerja .....	15
2.3.1 Pengertian Ibu Tunggal .....	15
2.3.2 Pengertian Ibu yang Bekerja .....	15
2.4. Hubungan Persepsi Dukungan Sosial dan Resiliensi pada Ibu Tunggal Yang Bekerja .....	16
2.5. Kerangka Konseptual .....	18
2.6. Hipotesis .....	18
2.7. Hasil Penelitian yang Relevan .....	19
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>21</b>
3.1. Tipe Penelitian .....	21
3.2. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian .....	21
3.2.1. Definisi Konseptual .....	22
3.2.1.1. Definisi Konseptual Persepsi Dukungan Sosial .....	22
3.2.1.2. Definisi Konseptual Resiliensi .....	22
3.2.2. Definisi Operasional .....	22
3.2.2.1. Definisi Operasional Persepsi Dukungan Sosial .....	22
3.2.2.2. Definisi Operasional Resiliensi .....	22
3.3. Populasi dan Sampel .....	23
3.3.1. Populasi .....	23
3.3.2. Sampel .....	23
3.3.3. Teknik Pengambilan Sampel .....	23
3.4. Teknik Pengumpulan Data .....	23
3.4.1. Instrumen Persepsi Dukungan Sosial .....	24
3.4.2. Instrumen Resiliensi .....	24
3.5. Validitas dan Reliabilitas .....	26
3.5.1. Uji Validitas .....	26
3.5.2. Uji Reliabilitas .....	28

3.6. Analisis Data .....	28
3.6.1. Uji Normalitas .....	29
3.6.2. Uji Linearitas .....	29
3.6.3. Uji Hipotesis .....	29
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>30</b>
4.1. Gambaran Responden .....	30
4.1.1. Gambaran Responden Berdasarkan Usia .....	30
4.1.2. Gambaran Responden Berdasarkan Jangka Waktu .....	31
4.2. Prosedur Penelitian .....	32
4.2.1. Persiapan Penelitian .....	32
4.2.2. Pelaksanaan Penelitian .....	33
4.3. Hasil Analisis Data Penelitian .....	34
4.3.1. Data Deskriptif Persepsi Dukungan Sosial .....	34
4.3.2. Data Deskriptif Resiliensi .....	34
4.3.3. Hasil Uji Normalitas .....	35
4.3.4. Hasil Uji Linearitas .....	36
4.3.5. Hasil Uji Korelasi .....	36
4.3.6. Hasil Uji Hipotesis .....	37
4.4. Pembahasan .....	38
4.5. Keterbatasan Penelitian .....	39
<b>BAB V KESIMPULAN IMPLIKASI DAN SARAN .....</b>	<b>41</b>
5.1. Kesimpulan .....	41
5.2. Implikasi .....	41
5.3. Saran .....	41
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>43</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>47</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual .....	19
Gambar 4.1 Data Responden Berdasarkan Usia .....	32
Gambar 4.2 Data Responden Berdasarkan Jangka Waktu .....	33

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blue Print</i> Instrumen Persepsi Dukungan Sosial .....	24
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Instrumen Resiliensi .....	25
Tabel 3.3 Perubahan Item Persepsi Dukungan Sosial Setelah Uji Coba .....	27
Tabel 3.4 Perubahan Item Instrumen Resiliensi Setelah Uji Coba .....	28
Tabel 3.5 Uji Reliabilitas <i>Alpha Cronbach</i> .....	29
Tabel 4.1 Data Responden Berdasarkan Usia .....	31
Tabel 4.2 Data Responden Berdasarkan Jangka Waktu .....	32
Tabel 4.3 Distribusi Deskriptif Persepsi Dukungan Sosial .....	35
Tabel 4.4 Distribusi Deskriptif Resiliensi .....	36
Tabel 4.5 Uji Normalitas .....	36
Tabel 4.6 Uji Linearitas .....	37
Tabel 4.7 Uji Korelasi .....	38

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Masalah

Keluarga menurut Mattessich dan Hill (Puspitawati, 2012), merupakan suatu kelompok yang berhubungan baik secara kekerabatan, tempat tinggal, atau hubungan emosional yang sangat dekat, namun tidak semua keluarga menjadi keluarga yang utuh. Banyak keluarga yang harus mengalami perpindahan baik karena perceraian (*divorce*) maupun karena kematian, sehingga posisi anggota keluarga dalam sebuah rumah tangga mengalami perubahan (Anggraeni & Komariah, 2018).

Menurut Badan Pusat Statistik tentang kependudukan terdapat dua kategori orang tua tunggal, yaitu cerai mati dan cerai hidup. Cerai hidup didefinisikan sebagai status dari seseorang yang hidup secara terpisah dengan pasangan karena bercerai, sedangkan cerai mati merupakan status bagi seseorang yang hidup terpisah dengan pasangan karena meninggal dunia. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik, jumlah wanita yang mengalami cerai mati di Indonesia sebanyak 10,15 % sedangkan untuk jumlah laki-laki yang mengalami cerai mati di Indonesia sebanyak 2,47 % (Badan Pusat Statistik, 2019). Hal tersebut menunjukkan bahwa populasi wanita yang mengalami cerai mati lebih banyak daripada pria yang mengalami cerai mati.

Pada pria umumnya status tersebut tidak berlangsung lama karena adanya keterbatasan untuk merawat dirinya sehingga mereka memilih untuk menikah kembali (Desiningrum, 2015). Sedangkan bagi wanita, kehilangan pasangan merupakan peristiwa yang dapat mengganggu kehidupan emosional dan dapat menimbulkan permasalahan-permasalahan dalam kehidupan, menjadikan fenomena yang traumatik karena menjadi orang tua tunggal merupakan hal yang tidak mudah. Kehilangan pasangan karena kematian merupakan peristiwa yang dapat lebih menimbulkan stres daripada kehilangan pasangan karena perceraian. Wanita yang ditinggal mati oleh pasangannya akan memiliki risiko lebih besar secara psikologis (Naufaliasari &

Andriani , 2013). Umumnya wanita akan merasa sulit untuk menerima perasaan kehilangan dan menerima kenyataan bahwa pasangan hidupnya telah tiada, serta membutuhkan waktu yang cukup lama untuk pulih dari kesedihan yang dirasakan (Aprilia, 2013), sedangkan wanita yang mengalami perceraian masih memiliki kesempatan untuk memperbaiki hubungan dengan pasangannya dan masih dapat mengharapkan bantuan dari pasangan dalam hal-hal yang berhubungan dengan kepentingan anak (Kasschau, 1993). Ketika wanita kehilangan seseorang yang dicintainya maka wanita tersebut biasanya merasakan sakit yang begitu dalam, rasa frustrasi, dan kehilangan yang mungkin baru akan hilang setelah melalui waktu yang cukup lama (Papalia, 2009). Wanita yang mengalami hal yang demikian memerlukan waktu untuk dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan baru tanpa seorang pendamping.

Ibu yang menjadi orang tua tunggal dihadapkan pada permasalahan baru dalam hidupnya karena tanggung jawabnya menjadi lebih besar serta harus menghadapinya seorang diri. Tanggung jawab ibu akan bertambah, ia harus mencari nafkah sendiri, mengambil keputusan-keputusan penting sendiri dan sekian banyak tugas yang harus dilaksanakan sebagai orang tua tunggal. Fassinger dan McLanahan (dalam Pranandari, 2011) mengungkapkan bahwa keharusan orang tua tunggal ibu memenuhi semua kebutuhan keluarga, anak, serta kebutuhan dirinya sendiri membuatnya mengalami stres yang lebih besar dibandingkan dengan ibu yang masih memiliki suami. Para orang tua tunggal cenderung mengalami resiko meningkatnya penyakit fisik dan munculnya beberapa gejala depresi, kehilangan status, kesulitan ekonomi, serta dukungan sosial yang lebih rendah (Stroebe & Stroebe, dalam Cavanaugh dan Fields, 2006). Permasalahan lain yang sering muncul adalah permasalahan finansial. Orang tua tunggal yang mengalami permasalahan finansial tersebut dapat mengalami depresi dan berkurangnya kepercayaan diri (Olson, DeFrain, & Skogrand, 2010). Selanjutnya, permasalahan dari segi sosial, yakni adanya pandangan negatif dari masyarakat terhadap status janda (Damayanti, dalam Nurfitri, 2018). Status janda membuat seorang ibu sulit berbaur dengan masyarakat yang masih memandang negatif ibu yang menyandang status tersebut.



Sari (2019) menjelaskan dalam penelitiannya yang berkaitan dengan stres kerja pada wanita *single parent*. Diketahui jika stres pada wanita *single parent* yang bekerja memiliki faktor dan dampak yang beragam. Faktor ibu *single parent* mengalami stres dalam bekerja yaitu sulit membagi waktu antara pekerjaan dan mengurus anak, biaya pendidikan anak, jam kerja dan beban kerja yang berlebihan, stigma masyarakat terhadap status wanita sebagai *single parent*. Kemudian dampak psikologis yang terjadi yang terjadi yaitu tekanan batin, tidak bersemangat dan merasa kesepian dengan tidak adanya pendamping hidup. Ibu tunggal memiliki tingkat stres rendah sebanyak 35.2%, kategori sedang sebanyak 61.0%, dan kategori tinggi sebanyak 3.8% (Annishaliha, 2018).

Berbagai penderitaan yang disebabkan oleh kehilangan pasangan membuat sosok ibu harus dapat memegang kendali atas kejadian traumatis agar dapat terus melanjutkan hidup. Bangkit dari suatu kondisi-kondisi kritis atau sulit bukanlah suatu hal yang mudah untuk dilakukan. Ibu tunggal akan melalui sebuah proses panjang untuk agar dapat kembali pada kondisi baik sebelum mengalami suatu kesengsaraan kedepannya. Kemampuan seseorang yang menjadikan individu dapat bertahan, bangkit, dan menyesuaikan dengan kondisi menyulitkan tersebut disebut sebagai resiliensi.

Reivich dan Shatte (2002) mengungkapkan bahwa resiliensi adalah kapasitas untuk merespon secara sehat dan produktif ketika menghadapi kesulitan atau trauma, yang terdiri dari tujuh dimensi yaitu regulasi emosi, impuls kontrol, optimisme, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan *reaching out* (pencapaian). Connor dan Davidson (2003) menyatakan resiliensi merupakan kualitas seseorang untuk mampu dalam menghadapi penderitaan. Holaday (1997) menjelaskan bahwa banyak faktor yang memengaruhi resiliensi, baik itu faktor internal yang meliputi keterampilan kognitif dan sumber-sumber psikologis, maupun faktor eksternal seperti dukungan sosial. Menurut Resnick, Gwyther, dan Roberto (dalam Ambarini, 2019) terdapat empat faktor yang memengaruhi dalam pembentukan resiliensi, salah satunya merupakan dukungan sosial. Hendrickson, Kim, Tol, Shrestha, Kafle, Luitel, Thapa & Surkan (2018) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan faktor penting yang dapat menentukan keberhasilan seseorang dalam mencapai resiliensi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Alrisa Naufaliasari dan Fitri Andriani (2013) mengenai Resiliensi pada Wanita Dewasa Awal Pasca Kematian Pasangan, ditarik kesimpulan bahwa faktor-faktor seperti dukungan sosial dapat dimanfaatkan dengan baik sehingga subjek tidak terpuruk dalam kesedihan. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Fernandez dan Soedagijono (2018) mengenai Resiliensi pada wanita Dewasa Madya Setelah kematian Pasangan Hidup menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti dukungan dari anak, keluarga, serta dukungan dari teman mampu meningkatkan resiliensi dalam menjalankan kehidupan setelah kematian pasangan hidup.

Dukungan sosial dibutuhkan ibu tunggal agar dapat menjadi pribadi yang kuat dan dapat mengatasi setiap permasalahan hidup, sehingga ibu tunggal mampu mengurangi risiko negatif yang dapat merugikan. Sarafino (2010) menyatakan dukungan sosial sebagai penghargaan, perhatian atau bantuan yang diperoleh seseorang dari orang lain. Menurut Cohen dan Syrne (1985), dukungan sosial dinyatakan sebagai suatu keadaan yang bermanfaat atau menguntungkan yang diperoleh dari orang lain seperti dari keluarga, teman, maupun dukungan dari tempat kerja. Dukungan sosial secara efektif mampu mengurangi timbulnya stress psikologis ketika menghadapi masa sulit (Cohen & Syrne, 1985).

Sebagian besar penelitian yang dilakukan saat ini menjelaskan dukungan sosial menjadi dua konstruk, yaitu *received social support* dan *perceived social support* (Haber, Cohen, Lucas, & Baltes, 2007). Pengukuran terhadap *received social support* dilakukan untuk menilai persepsi penerima mengenai keberadaan dukungan secara umum terhadap dukungan yang diberikan (Haber et al., 2007). Sarason (1983) mengemukakan bahwa *perceived social support* dapat diartikan sebagai keyakinan individu bahwa ada dukungan sosial yang tersedia ketika dibutuhkan dan dukungan tersebut diidentifikasi melalui sudut pandang subjektif dan dapat diukur.

Taylor, Sherman, dan Kim (2004) menjelaskan bahwa persepsi terhadap ketersediaan dukungan sosial sering kali lebih bermanfaat dibandingkan dengan dukungan sosial itu sendiri. Hal ini disebabkan karena terlalu banyaknya dukungan sosial yang sebenarnya tidak terlalu dibutuhkan dapat memperburuk stres yang dialami.

Dukungan yang diberikan oleh anggota jaringan sosial dapat berbeda dengan yang dibutuhkan, sehingga gagal dalam memenuhi kebutuhan dari penerima.

Dengan berbagai kajian tersebut maka peneliti terdorong untuk melakukan penelitian terkait hubungan persepsi dukungan sosial terhadap resiliensi pada ibu tunggal yang bekerja. Penelitian ini dikhususkan untuk wanita yang ditinggalkan oleh pasangannya akibat kematian.

## **1.2. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka masalah yang diidentifikasi pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gambaran persepsi dukungan sosial pada ibu tunggal yang bekerja?
2. Bagaimana gambaran resiliensi pada ibu tunggal yang bekerja?
3. Apakah terdapat hubungan antara persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada ibu tunggal yang bekerja?

## **1.3. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah, maka peneliti membuat pembatasan masalah agar penelitian ini lebih fokus dan terarah. Peneliti membatasi masalah penelitian ini pada hubungan persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada ibu tunggal yang bekerja.

## **1.4. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada ibu tunggal yang bekerja”

## **1.5. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada ibu tunggal yang bekerja.

## **1.6. Manfaat Penelitian**

### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memperkaya hasil penelitian yang telah ada dan memberikan kontribusi ilmu pengetahuan khususnya di bidang ilmu psikologi, serta memberikan informasi mengenai kajian tentang persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada ibu tunggal.

### **1.6.2 Manfaat Praktis**

#### **1.6.2.1. Bagi Ibu Tunggal**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan secara umum bagi ibu tunggal terkait pentingnya dukungan sosial dari orang-orang terdekat untuk mencapai resiliensi dalam hidupnya.

#### **1.6.2.2. Bagi Masyarakat**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada masyarakat secara umum agar memahami posisi orang-orang di sekitar mereka yang memiliki status sebagai ibu tunggal sehingga dapat memberikan dukungan sosial yang dibutuhkan.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1. Resiliensi**

##### **2.1.1. Pengertian Resiliensi**

Resiliensi berasal dari bahasa Latin, dari kata “*resilio*” yang berarti “*bounce back*” atau memantul ke atas lagi, yang merefleksikan kemampuan individu untuk mempertahankan fungsi mental yang relatif stabil dalam menghadapi berbagai kejadian.

Reivich dan Shatte (2002) mendefinisikan resiliensi sebagai “*Resilience is the capacity to respond in healthy and productive ways and when adversity or trauma, that it is essential for managing the daily stress of life.*”. Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk melakukan respon dengan cara yang sehat dan produktif ketika menghadapi kesulitan atau trauma, dimana hal tersebut sangat penting untuk mengendalikan tekanan hidup yang kita alami sehari-hari. Resiliensi bisa diartikan bahwa seseorang mampu merespon dan mengendalikan masalahnya secara positif.

Desmita (2007) mengatakan bahwa resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang, kelompok, atau pihak masyarakat dalam menghadapi, mencegah, dan menghilangkan dampak negatif dari situasi yang tidak menyenangkan. Menurut Reivich dan Shatte (2002) resiliensi sebagai keberhasilan dari adaptasi seseorang terhadap kesulitan yang dihadapi. Resiliensi berfokus pada kemampuan seseorang untuk bangkit dan pulih dari keadaan tertekan sehingga membuat individu mampu untuk memulihkan keadaan mentalnya seperti semula (Reivich & Shatte, 2002).

Berdasarkan beberapa definisi di atas, peneliti menggunakan definisi resiliensi dari Reivich dan Shatte yaitu resiliensi merupakan kemampuan individu untuk melakukan respon dengan cara yang sehat dan produktif ketika menghadapi

kesulitan atau trauma, dimana hal tersebut sangat penting untuk mengendalikan tekanan hidup yang kita alami sehari-hari.

### **2.1.2. Dimensi Resiliensi**

Reivich & Shatte (2002) memaparkan bahwa ada tujuh dimensi dalam resiliensi. Adapun penjelasannya sebagai berikut:

#### **a. Regulasi Emosi**

Regulasi emosi merupakan kemampuan untuk tetap tenang meskipun individu sedang mengalami tekanan. Orang-orang yang resilien menggunakan keterampilan yang dimiliki untuk membantu mereka dalam mengontrol emosi dan perilaku. Ada dua hal penting yang terkait dengan regulasi emosi, yaitu ketenangan (Calming) dan Fokus (Focus).

#### **b. Impuls Kontrol**

Kontrol terhadap impuls merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan-dorongan, keinginan, kesukaran dan tekanan yang ada dalam dirinya. Individu yang memiliki kemampuan dalam mengontrol impuls akan mampu mencegah kesalahan dalam berpikir, mampu berpikir secara jernih dan sehat, dan mampu memberikan respon yang sesuai dengan permasalahan yang dihadapi. Kontrol terhadap impuls ini sangat erat kaitannya dengan regulasi emosi.

#### **c. Optimisme**

Individu yang resilien adalah individu yang memiliki sikap optimis dalam hidupnya. Optimis berarti individu percaya akan kemampuan dirinya untuk mengatasi berbagai kesulitan yang menghadang, memiliki harapan masa depan, dan percaya untuk mampu menangani setiap masalah yang akan muncul di masa depan. Individu yang optimis cenderung memiliki tingkat kesehatan yang baik dan kecil kemungkinan untuk mengalami depresi. Individu yang optimis

biasanya memiliki prestasi di berbagai bidang dan lebih produktif dalam melakukan pekerjaan.

#### **d. Analisis Kausal**

Individu yang resilien mampu untuk mengidentifikasi penyebab masalahnya secara akurat, sehingga ia tidak akan melakukan kesalahan yang sama secara terus menerus. Kemampuan analisis masalah ini berfungsi untuk mencari kejelasan dari permasalahan tersebut secara tepat. Seseorang yang dianggap resilien akan mampu berpikir di luar kemampuannya untuk dapat mengidentifikasi permasalahan, berfokus pada masalah dan menemukan solusi.

#### **e. Empati**

Empati merupakan kemampuan individu untuk ikut serta merasakan perasaan dan emosi orang lain. Dengan kemampuan ini, individu dapat memahami bagaimana cara menghadapi orang lain sehingga mampu mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi. Seseorang yang memiliki empati cenderung memiliki hubungan sosial yang baik dan positif.

#### **f. Efikasi Diri**

Efikasi diri berarti individu yakin dan percaya bahwa mereka mampu untuk mengatasi segala permasalahan yang ada, disertai dengan keyakinan akan kekuatan yang dimiliki untuk mengatasi berbagai permasalahan, memiliki komitmen dalam pemecahan masalah dan tidak mudah menyerah. Dengan keyakinan yang dimiliki individu, mereka akan mampu untuk bertahan dalam situasi sulit dan menjadi individu yang resilien.

#### **g. Pencapaian**

Reivich dan Shatte (2002) memaparkan resiliensi merupakan kemampuan yang meliputi peningkatan aspek positif dalam hidup. Individu yang meningkatkan aspek positif dalam hidup, mampu melakukan dua aspek ini dengan baik, yaitu (1) mampu membedakan risiko yang realistis dan tidak

realistis, (2) memiliki makna dan tujuan hidup serta mampu melihat gambaran besar dari kehidupan. Individu yang selalu meningkatkan aspek positifnya akan lebih mudah dalam mengatasi permasalahan hidup, meningkatkan kemampuan interpersonal dan regulasi emosi. Individu dikatakan mampu meningkatkan aspek positif dalam hidupnya jika ia mampu mengatasi ketakutannya dan keluar dari zona aman.

Berdasarkan uraian di atas disimpulkan bahwa resiliensi memiliki tujuh dimensi yang terdiri regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan pencapaian.

### **2.1.3. Faktor – Faktor Resiliensi**

Menurut Resnick, Gwyther, dan Roberto (dalam Ambarini, 2019) terdapat empat faktor yang memengaruhi dalam pembentukan resiliensi, yaitu:

#### **a. *Self-esteem***

Seseorang yang memiliki *self-esteem* atau kepercayaan diri yang baik, dapat membantunya untuk bangkit dalam menghadapi kesengsaraan atau keterpurukan.

#### **b. Dukungan Sosial**

Resiliensi berhubungan dengan dukungan sosial dimana dalam menghadapi kesulitan dibutuhkan dukungan atau *support* dari lingkungan sekitarnya untuk dapat meningkatkan resiliensi dalam menyelesaikan masalah serta dapat bangkit dari keterpurukan yang dialami seseorang. Menurut Hendrickson et. al. (2018) dukungan sosial merupakan faktor penting yang dapat menentukan keberhasilan seseorang dalam mencapai resiliensi.

#### **c. Spiritualitas**

Pada faktor ini, manusia cenderung memandang dan mempercayai bahwa ketika seseorang mengalami kesulitan, ia akan selalu ditolong oleh Tuhan



sehingga seseorang merasa mampu untuk menyelesaikan segala kesulitan. Selain itu, dengan adanya rasa bersyukur, seseorang mampu mengendalikan emosi negatif sehingga mudah untuk menghadapi segala kesulitan akan permasalahan yang terjadi dalam hidup.

#### **d. Emosi Positif**

Seseorang yang sedang menghadapi situasi sulit atau kritis sangat membutuhkan emosi positif karena dengan memiliki emosi positif dapat mengurangi tekanan secara lebih efektif.

Berdasarkan uraian di atas, disimpulkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi pembentukan resiliensi terdiri dari *self-esteem*, dukungan sosial, spiritualitas, dan emosi positif.

## **2.2. Persepsi Dukungan Sosial**

### **2.2.1 Pengertian Persepsi Dukungan Sosial**

Sarafino (2010) menyatakan dukungan sosial sebagai pemberian kenyamanan, penghargaan, kepedulian, serta bantuan yang diperoleh individu dari orang lain atau kelompok dengan merawat, menerima, dan menghargainya. Menurut Santrock (2006), dukungan sosial adalah informasi atau tanggapan dari pihak lain yang disayangi dan dicintai, yang menghargai dan menghormatinya, serta yang memiliki hubungan saling bergantung satu sama lain. Menurut Cohen dan Syrne (1985), dukungan sosial dinyatakan sebagai suatu keadaan yang bermanfaat atau menguntungkan yang diperoleh dari orang lain seperti dari keluarga, teman, maupun dukungan dari tempat kerja.

Sebagian besar penelitian yang dilakukan saat ini menjelaskan dukungan sosial menjadi dua konstruk, yaitu *received social support* dan *perceived social support* (Haber et al., 2007). Pengukuran terhadap *received social support* dibuat untuk menilai aksi suportif yang signifikan yang

diberikan kepada penerima oleh jaringan sosialnya, sedangkan pengukuran terhadap *received social support* dilakukan untuk menilai persepsi penerima mengenai keberadaan dukungan secara umum terhadap dukungan yang diberikan (Haber et al., 2007).

*Perceived social support* didefinisikan sebagai persepsi atau pengalaman individu bahwa ada orang lain yang mencintai dan memperhatikan dirinya, menghargai dan menganggapnya bernilai, serta merupakan bagian kelompok sosial tertentu yang saling berbagi dukungan dan tanggung jawab (Wills dalam Taylor dkk, 2004). Sarason (1983) mengemukakan bahwa *perceived social support* dapat diartikan sebagai keyakinan individu bahwa ada dukungan sosial yang tersedia ketika dibutuhkan dan dukungan tersebut diidentifikasi melalui sudut pandang subjektif dan dapat diukur.

Taylor, Sherman, dan Kim (2004) menjelaskan bahwa persepsi terhadap ketersediaan dukungan sosial sering kali lebih bermanfaat dibandingkan dengan dukungan sosial itu sendiri. Hal ini disebabkan karena terlalu banyaknya dukungan sosial yang sebenarnya tidak terlalu dibutuhkan dapat memperburuk stress yang dialami. Dukungan yang diberikan oleh anggota jaringan sosial dapat berbeda dengan yang dibutuhkan, sehingga gagal dalam memenuhi kebutuhan dari penerima.

Berdasarkan definisi di atas, peneliti menggunakan definisi *perceived social support* dari Sarason, yaitu keyakinan individu bahwa ada dukungan sosial yang tersedia ketika dibutuhkan dan dukungan tersebut diidentifikasi melalui sudut pandang subjektif dan dapat diukur.

### **2.2.2 Sumber Dukungan Sosial**

Dukungan sosial dapat diperoleh individu dari berbagai sumber. Sarafino (2010) menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat berasal dari keluarga, teman, serta komunitas dan organisasi yang terlibat dengan individu. Dukungan sosial yang terpenting yaitu berasal dari anak karena

merupakan motivasi penting untuk dapat menjadi kuat dan bersemangat dalam menjalani kehidupan serta menghadapi permasalahan (Hendrickson, et. al., 2018). Menurut Cohen dan Syrne (1985) dukungan sosial dapat bersumber dari tempat kerja, keluarga, dan teman di lingkungan sekitar. Zimet (1988) menyatakan bahwa sumber dukungan sosial terdiri dari tiga kategori yaitu dukungan yang diterima dari orang istimewa di sekitar individu (*significant others*), dukungan yang diterima dari keluarga individu, dan dukungan yang diterima dari teman individu.

### **2.2.3 Faktor Yang Memengaruhi Dukungan Sosial**

Menurut Sarafino (2010) tidak semua individu mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang sekitarnya. Ada beberapa faktor yang menentukan seseorang menerima dukungan sosial, berikut adalah faktor-faktor yang memengaruhi dukungan sosial yang diterima individu :

#### **a. Penerima dukungan (*Recipients*)**

Seseorang akan memperoleh dukungan sosial jika dia juga melakukan hal-hal yang dapat memicu orang lain untuk memberikan dukungan terhadap dirinya. Yang dimaksud dalam hal tersebut adalah individu harus memiliki proses sosialisasi yang baik dengan lingkungannya, termasuk di dalamnya membantu orang lain yang butuh pertolongan atau dukungan, dan membiarkan orang lain tahu bahwa dirinya membutuhkan dukungan atau pertolongan jika memang membutuhkan. Hal ini terjadi karena adanya hubungan timbal balik antara individu dan orang-orang sekitarnya, begitu pula sebaliknya.

#### **b. Penyedia dukungan (*Providers*)**

*Providers* yang dimaksud mengacu pada orang-orang terdekat individu yang dapat diharapkan menjadi sumber dukungan sosial. Ketika individu tidak mendapatkan dukungan sosial, bisa saja orang yang seharusnya memberikan dukungan sedang dalam kondisi yang kurang baik seperti

sedang mengalami stress atau kondisi-kondisi tertentu yang membuatnya tidak menyadari bahwa ada orang yang membutuhkan bantuannya.

### **c. Komposisi dan struktur jaringan sosial**

Maksud dari komposisi dan struktur jaringan sosial adalah hubungan yang dimiliki individu dengan orang-orang dalam keluarga dan lingkungannya. Hubungan ini dapat dilihat dalam ukuran (jumlah orang yang sering berhubungan dengan individu), frekuensi hubungan (seberapa sering individu bertemu dengan orang-orang tersebut), komposisi (apakah orang-orang tersebut merupakan anggota keluarga, teman, rekan kerja dan sebagainya) dan intimasi (kedekatan hubungan individu dan kepercayaan satu sama lain).

Selain itu menurut Sarafino (2010), terdapat faktor-faktor yang menjadi penyebab dari penolakan sebuah dukungan, yaitu :

- a. Bantuan yang diberikan orang lain tidak sesuai dengan kebutuhan individu sehingga tidak membantu individu mengatasi masalah yang sedang dialami. Selain itu, hal ini dapat terjadi jika individu tidak menginginkan bantuan tersebut atau memang tidak menyadari bantuan yang diberikan.
- b. Kesesuaian antara dukungan sosial dengan kebutuhan menekankan pentingnya jenis dukungan sosial dengan kebutuhan individu. Efek positif dari dukungan sosial sangat jelas terlihat jika orang yang menyediakan dukungan sosial menyadari kebutuhan-kebutuhan khusus yang dibutuhkan oleh individu sesuai dengan masalah yang dihadapi (*stressor*). Sehingga penting bagi penyedia dukungan sosial untuk tidak hanya menentukan apa akan memberi dukungan atau tidak, tetapi juga mengetahui jenis dukungan yang dibutuhkan.

Berdasarkan penjelasan di atas, terdapat beberapa faktor yang memengaruhi dukungan sosial yaitu penerima dukungan (*recipients*), penyedia dukungan (*providers*), dan komposisi dan struktur jaringan sosial.

Terdapat pula faktor yang menyebabkan penolakan sebuah dukungan, yaitu bantuan yang diberikan orang lain tidak sesuai dengan kebutuhan individu.

### **2.3. Ibu Tunggal Yang Bekerja**

#### **2.3.1. Pengertian Ibu Tunggal**

Orang tua tunggal berasal dari perceraian atau perpisahan, orang tua yang tidak menikah, atau kematian (Papalia, 2009). Menurut Balson (dalam Aprilia, 2013) orang tua tunggal yaitu orang tua yang dalam menjalankan rumah tangganya hanya seorang diri tanpa adanya pasangan yang mendampingi.

*Single mother* atau ibu tunggal merupakan orang tua tunggal yang terdiri dari ibu yang menjalankan tugasnya dengan tanggung jawab penuh dan mampu mengurus anak-anaknya dengan berani mengambil segala risikonya (Sari, 2015). Menurut Dwiyani (dalam Akmalia, 2013) seseorang dikatakan sebagai *single mother* apabila wanita atau ibu mengasuh anak-anaknya secara mandiri tanpa didampingi oleh sosok suami atau pasangannya yang disebabkan karena kematian, perceraian, kehamilan di luar nikah, dan mengadopsi anak.

Berdasarkan beberapa definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa *single mother* adalah sosok ibu yang menjalankan tugasnya untuk mengurus keluarga, mengasuh dan membesarkan anak-anaknya seorang diri tanpa didampingi oleh sosok suami.

#### **2.3.2. Pengertian Ibu yang Bekerja**

Ibu bekerja adalah ibu yang melakukan suatu kegiatan di luar rumah dengan tujuan untuk mencari nafkah untuk keluarga. Selain itu salah satu tujuan ibu bekerja adalah suatu bentuk aktualisasi diri guna menerapkan ilmu yang telah dimiliki ibu dan menjalin hubungan sosial dengan orang

lain dalam bidang pekerjaan yang dipilihnya (Santrock, 2006). Ibu bekerja menurut Sobur (1988) adalah wanita yang sudah menikah, mempunyai anak dan bekerja di luar rumah. Woffman (1995), memberikan definisi bahwa ibu bekerja merupakan kaum wanita yang bekerja di luar rumah dan mereka sudah berkeluarga. Soedarto (dalam Setiasih, 2005) menyatakan ibu bekerja adalah ibu yang memiliki kegiatan secara publik atau bekerja di luar sektor domestik dan mempunyai jadwal untuk mengembangkan hidupnya baik secara fisik maupun psikis. Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa ibu yang bekerja adalah ibu yang memiliki kegiatan di luar rumah untuk mencari nafkah dan mengembangkan hidupnya.

Berdasarkan uraian tersebut maka disimpulkan bahwa ibu tunggal yang bekerja adalah sosok ibu yang menjalankan tugasnya untuk mengurus keluarga, mengasuh dan membesarkan anak-anaknya seorang diri tanpa didampingi oleh sosok suami, serta memiliki kegiatan di luar rumah untuk mencari nafkah dan mengembangkan hidupnya.

#### **2.4. Hubungan Persepsi Dukungan Sosial dengan Resiliensi pada Ibu Tunggal yang Bekerja**

Dukungan sosial merupakan pemberian kenyamanan, penghargaan, kepedulian, serta bantuan yang diperoleh individu dari orang lain atau kelompok dengan merawat, menerima, dan menghargainya (Sarafino, 2008). Zimet (1988) menyatakan bahwa sumber dukungan sosial terdiri dari tiga kategori yaitu dukungan yang diterima dari orang istimewa di sekitar individu (*significant others*), dukungan yang diterima dari keluarga individu, dan dukungan yang diterima dari teman. Dukungan sosial merupakan salah satu faktor penting yang dapat menentukan keberhasilan ibu tunggal dalam mencapai resiliensi (Hendrickson, 2018). Dengan

adanya dukungan sosial maka individu akan merasa dicintai, dihargai dan diterima oleh lingkungan sekitarnya (Sarafino, 2008).

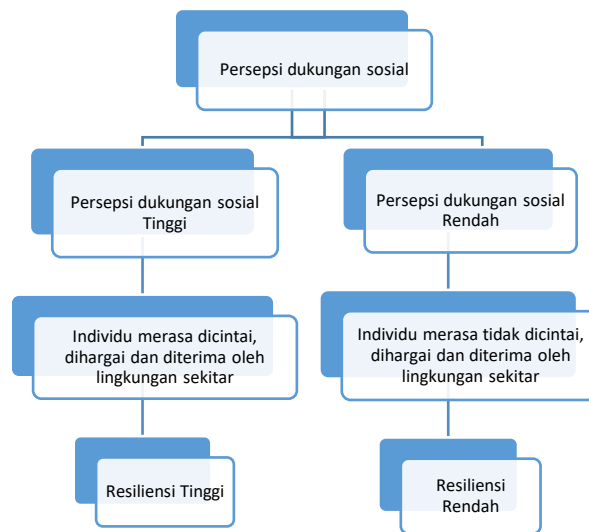
Dukungan sosial yang diberikan lingkungan sekitar dapat membantu dalam meningkatkan regulasi emosi (Eisenberg, Fabes, Guthrie, & Reiser, 2000). Regulasi emosi merupakan salah satu aspek yang mendukung resiliensi individu (Reivich dan Shatte, 2002). Berdasarkan hal tersebut maka disimpulkan bahwa individu yang merasa mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan sekitar maka individu tersebut mampu meregulasi emosinya sehingga dapat mencapai resiliensi. Selain itu, dukungan sosial dapat bermanfaat untuk mengontrol perilaku, emosi atau dorongan-dorongan dalam diri individu ketika mengalami banyak tekanan sehingga individu dapat terhindar dari stress (Cai, Yu, Shui, Cun, Wei, & Guanghui, 2017). Hal ini membuktikan bahwa individu yang mendapat dukungan sosial memiliki kontrol terhadap impuls sehingga dapat mencapai resiliensi.

Dukungan sosial yang diperoleh individu mampu memengaruhi keyakinan terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk menyelesaikan permasalahan, dukungan tersebut khususnya dukungan penghargaan karena mampu meningkatkan harga diri dan efikasi diri. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki dukungan sosial tinggi maka dapat meningkatkan *self-efficacy* sehingga dapat mencapai resiliensi pada dirinya.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara persepsi dukungan sosial dan resiliensi. Ibu tunggal yang mempersepsikan bahwa ia mendapat dukungan sosial dari sekitarnya akan mampu meningkatkan kemampuan resiliensi. Sebaliknya, jika ibu tunggal memersepsikan dukungan sosial yang ia terima sedikit / rendah, maka kemampuan resiliensi akan rendah pula.

## 2.5. Kerangka Konseptual

Ketika individu memersepsikan bahwa ia mendapatkan dukungan sosial yang tinggi, individu akan merasa dicintai, dihargai, dan diterima oleh lingkungan sekitarnya, sehingga individu akan memiliki resilien yang tinggi. Sebaliknya, jika individu tidak memersepsikan bahwa ia mendapatkan dukungan sosial, individu merasa tidak dicintai, dihargai, dan diterima oleh lingkungan sekitarnya, sehingga individu memiliki resilien yang rendah.



Gambar 2.1

Kerangka Konseptual

## 2.6. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif yang signifikan antara *Perceived Social Support* dan resiliensi pada ibu tunggal.



## 2.7. Hasil Penelitian Yang Relevan

No	JUDUL	PENULIS	TAHUN	KESIMPULAN
1	Resiliensi pada Wanita Dewasa Awal Pasca Kematian Pasangan	Alrisa Naufaliasari dan Fitri Andriani	2013	Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti dukungan sosial dapat dimanfaatkan dengan baik sehingga subjek tidak terpuruk dalam kesedihan.
2	Resiliensi pada wanita Dewasa Madya Setelah kematian Pasangan Hidup	Isanyora Mariana Fielda Fernandez dan Jaka Santosa Soedagijono	2018	Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti dukungan dari anak, keluarga, serta dukungan dari teman mampu meningkatkan resiliensi dalam menjalankan kehidupan setelah kematian pasangan hidup.
3	Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi	Dyah Ayu Sekar Ambarini	2019	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial

	Pada Janda Cerai Mati			dan resiliensi pada janda cerai mati.
4	<i>Correlation between Perceived Social Support and Resilience in the Family of Patients with Cancer</i>	Nasrin Fekrat Salim, Fariba Borhani, Mahsa Boozari Pour dan Mehdi Khabazkhoob	2019	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi dukungan sosial dengan resiliensi pada pasien penderita kanker.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1. Tipe Penelitian

Tipe penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, dan analisis data yang bersifat statistik untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2011). Dengan demikian, peneliti menggunakan penelitian kuantitatif karena ingin mengetahui apakah terdapat hubungan persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada ibu tunggal yang bekerja.

#### 3.2. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2011), bahwa variabel penelitian adalah suatu atribut nilai dari seseorang, objek, atau kegiatan yang memiliki variasi tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Variabel-variabel yang terdapat dalam penelitian ini yaitu:

1. Variabel bebas (*Independent Variable*)

Variabel bebas (*Independent Variable*) merupakan variabel yang memengaruhi atau yang menjadi penyebab perubahan atau munculnya variabel terikat (Sugiyono, 2011). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah persepsi dukungan sosial.

2. Variabel terikat (*Dependent Variable*)

Variabel terikat (*Dependent Variable*) merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat disebabkan oleh adanya variabel bebas (Sugiyono, 2011). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah resiliensi.

### **3.2.1. Definisi Konseptual**

#### **3.2.1.1. Persepsi Dukungan Sosial**

Persepsi dukungan sosial merupakan keyakinan individu tentang ketersediaan dukungan sosial ketika dibutuhkan dan dukungan tersebut diidentifikasi melalui pandangan subjektif dan terukur.

#### **3.2.1.2. Resiliensi**

Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk melakukan respon dengan cara yang sehat dan produktif ketika menghadapi kesulitan atau trauma, dimana hal tersebut sangat penting untuk mengendalikan tekanan hidup yang kita alami sehari-hari.

### **3.2.2. Definisi Operasional**

#### **3.2.2.1. Persepsi Dukungan Sosial**

Persepsi dukungan sosial merupakan keyakinan individu tentang ketersediaan dukungan sosial ketika dibutuhkan dan diukur melalui tiga bentuk kategori dukungan, yaitu dukungan dari *significant others*, dukungan keluarga, dan dukungan teman, menggunakan *skala likert* 1 hingga 7 (Sangat Tidak Sesuai – Sangat Sesuai).

#### **3.2.2.2. Resiliensi**

Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk melakukan respon dengan cara yang sehat dan produktif ketika menghadapi kesulitan atau trauma, dimana hal tersebut sangat penting untuk mengendalikan tekanan hidup yang kita alami sehari-hari dan diukur melalui dimensi regulasi emosi, impuls kontrol, optimis, kemampuan analisis masalah, empati, efikasi diri, dan pencapaian, serta menggunakan *skala likert* 1 hingga 5 (Sangat Tidak Sesuai – Sangat Sesuai).

### **3.3. Populasi dan Sampel**

#### **3.3.1. Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2011). Kelompok subjek harus memiliki karakteristik atau ciri yang sama. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu tunggal.

#### **3.3.2. Sampel**

Menurut Sugiyono (2011), sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel yang akan diambil harus representatif.

#### **3.3.3. Teknik Pengambilan Sampel**

Teknik pengambilan sampel yang dilakukan pada penelitian ini adalah *non-probability sampling*. Menurut Rangkuti (2017), teknik *non-probability sampling* merupakan teknik sampling yang tidak berdasarkan peluang yang membuat tidak semua anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi sampel penelitian. Kemudian, untuk teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampling*. Menurut Rangkuti (2017), *purposive sampling* adalah penentuan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu yang telah peneliti tentukan sebelumnya. Pertimbangan yang telah peneliti tentukan adalah dengan menentukan karakteristik sampel. Karakteristik sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah:

1. Ibu tunggal karena suami yang meninggal dunia
2. Memiliki pekerjaan

### **3.4. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah menggunakan instrumen psikologis. Menurut Sugiyono (2011), instrumen penelitian merupakan suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Instrumen yang diberikan dapat berupa skala

*likert*, yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok terkait fenomena sosial (Sugiyono, 2011).

### 3.4.1. Instrumen Persepsi Dukungan Sosial

Pada penelitian ini, instrumen *Perceived Social Support* yang akan digunakan oleh peneliti adalah adaptasi dari alat ukur *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* milik Zimet (1988). Alat ukur MSPSS memiliki *item* sebanyak 12 butir.

Skala yang digunakan yaitu skala *likert*. Skala *likert* pada alat ukur ini menggunakan skala 1 hingga 7 (*very strongly disagree to very strongly agree*) dimana skala tersebut menggambarkan kesesuaian subjek dengan pernyataan yang terdapat dalam butir-butir *item* kuesioner tersebut. Alat ukur ini memuat *item-item* dengan pernyataan deskriptif yang terdiri dari *item* yang mendukung (*favorable*).

Tabel 3.1 *Blue Print* Instrumen Persepsi Dukungan Sosial

<b>Dimensi</b>	<b><i>Favorable</i></b>	<b><i>Unfavorable</i></b>	<b>Jumlah <i>item</i></b>
<i>Significant Others</i>	1, 2, 5, 10	-	4
Keluarga	3, 4, 8, 11	-	4
Teman	6, 7, 9, 12	-	4
<b>Total</b>	12	0	12

### 3.4.2. Instrumen Resiliensi

Pada penelitian ini, instrumen resiliensi yang akan digunakan oleh peneliti adalah adaptasi dari alat ukur *Resilience Quotient Test* (RQT) milik Reivich dan Shatte (2002). Alat ukur RQT memiliki *item* sebanyak 56 butir.

Skala yang digunakan pada alat ukur RQT menggunakan skala *likert*. Skala *likert* pada alat ukur RQT menggunakan skala 1 hingga 5 (*strongly disagree to strongly agree*) dimana skala tersebut menggambarkan kesesuaian subjek dengan pernyataan yang terdapat dalam butir-butir *item* kuesioner tersebut. Alat ukur RQT ini memuat *item-item* dengan pernyataan deskriptif yang terdiri dari *item* yang mendukung (*favorable*) dan yang tidak mendukung (*unfavorable*).

Tabel 3.2 *Blue Print* Instrumen Resiliensi

<b>Dimensi</b>	<b><i>Favorable</i></b>	<b><i>Unfavorable</i></b>	<b>Jumlah <i>item</i></b>
<i>Emotion Regulation</i>	13, 25, 26, 56	2, 7, 23, 31	8
<i>Impulse Control</i>	4, 15, 42, 47	11, 36, 38, 55	8
<i>Optimism</i>	18, 27, 32, 53	3, 33, 39, 43	8
<i>Causal Analysis</i>	12, 19, 21, 48	1, 41, 44, 52	8
<i>Empathy</i>	10, 34, 37, 46	24, 30, 50, 54	8
<i>Self-efficacy</i>	5, 28, 29, 49	9, 17, 20, 22	8
<i>Reaching Out</i>	6, 8, 14, 40	16, 35, 45, 51	8
<b>Total</b>	28	28	56

### **3.5. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur**

#### **3.5.1. Uji Validitas**

Peneliti melakukan pengujian validitas dan reliabilitas pada instrumen yang peneliti gunakan sebelum melakukan analisis data. Menurut Sugiyono (2011), instrumen yang valid memiliki arti bahwa alat ukur yang digunakan untuk memperoleh data adalah valid. Valid berarti bahwa instrumen tersebut mampu mengukur apa yang seharusnya diukur oleh instrumen tersebut. Uji validitas dilakukan untuk mengetahui apakah *item-item* pada skala yang digunakan telah mengukur variabel operasional atau tidak. Uji validitas instrumen dilakukan dengan cara berikut:

##### **a. Validitas Isi**

Menurut Sugiyono (2011), untuk menguji validitas isi dapat melalui pendapat dari ahli (*expert judgement*). Para ahli diminta pendapatnya mengenai instrumen yang telah disusun. Para ahli juga akan memberi keputusan terkait instrumen yang digunakan apakah dapat digunakan atau memerlukan perbaikan. Validitas isi diperoleh dengan cara meminta 3 orang dosen Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta sebagai ahli yang melakukan analisa terhadap *item* pada alat ukur yang akan digunakan. Setelah memperoleh kritik dan saran dari para ahli yang melakukan analisa tersebut, selanjutnya peneliti memperbaiki alat ukur berdasar kritik dan saran yang diberikan, kemudian melakukan uji coba kepada responden.

##### **b. Uji Validitas Butir**

Uji validias butir dilakukan dengan cara membandingkan skor total *item* terkoreksi (*Corrected Item-Total Correlation*) dengan *level of siginficancy* sebesar 0,30. Apabila suatu *item* memiliki nilai skor total *item* terkoreksi lebih besar dari 0,30 maka dapat dikatakan bahwa *item* tersebut valid. Jika suatu *item* memiliki nilai skor total *item* terkoreksi lebih kecil dari 0,30 maka *item* tersebut



gugur. Instrumen ini dilakukan uji coba kepada 52 responden. Hasil uji validitas butir sebagai berikut:

### 1. Instrumen Persepsi Dukungan Sosial

Jumlah butir yang diuji coba adalah sebanyak 12 butir. Setelah diuji coba tidak ada butir yang gugur.

Tabel 3.3 Perubahan *Item* Persepsi Dukungan Sosial Setelah Uji Coba

<b>Dimensi</b>	<b>Nomor <i>Item</i></b>	<b>Jumlah Butir</b>
<i>Significant Others</i>	1, 2, 5, 10	4
Keluarga	3, 4, 8, 11	4
Teman	6, 7, 9, 12	4
Total		12

### 2. Instrumen Resiliensi

Jumlah butir yang diuji coba adalah sebanyak 56 butir. Setelah diuji coba terdapat 30 butir yang gugur, karena nilai skor total *item* terkoreksi pada *item-item* tersebut lebih kecil dari 0,30.

Tabel 3.4 Perubahan *Item* Instrumen Resiliensi Setelah Uji Coba

<b>Dimensi</b>	<b><i>Favorable Item</i></b>	<b><i>Unfavorable Item</i></b>	<b>Jumlah</b>
<i>Emotion Regulation</i>	13*, 25, 26, 56*	2*, 7*, 23, 31*	8
<i>Impulse Control</i>	4*, 15*, 42*, 47	11, 36, 38, 55*	8
<i>Optimism</i>	18*, 27*, 32, 53	3*, 33*, 39*, 43	8
<i>Causal Analysis</i>	12*, 19*, 21*, 48	1*, 41*, 44*, 52*	8

<i>Empathy</i>	10*, 34*, 37*, 46*	24*, 30*, 50, 54	8
<i>Self-efficacy</i>	5*, 28, 29*, 49	9*, 17*, 20, 22*	8
<i>Reaching Out</i>	6, 8, 14*, 40	16*, 35, 45*, 51*	8
Total	28	28	56

### 3.5.2. Uji Reliabilitas

Menurut Azwar (2012), reliabilitas mengacu pada konsistensi instrumen, yaitu sejauh mana kecermatan pengukuran yang dimiliki oleh instrumen tersebut. Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan *reliability coefficient Alpha Cronbach* dengan bantuan *Program IBM SPSS 25 for Windows*. Apabila nilai koefisien reliabilitas yang dihasilkan lebih besar sama dengan 0,5 maka dapat dikatakan bahwa instrumen tersebut reliabel. Sebaliknya, apabila nilai koefisien yang dihasilkan lebih kecil dari 0,5, maka instrumen tersebut tidak reliabel. Hasil Uji reliabilitas *Alpha Cronbach* pada masing-masing instrumen adalah sebagai berikut:

Tabel 3.5 Uji Reliabilitas *Alpha Cronbach*

Variabel	Alpha Cronbach	Keterangan
Persepsi dukungan sosial	0,873	Reliabel
Resiliensi	0,794	Reliabel

### 3.6. Analisis Data

Data kuantitatif pada penelitian ini akan diolah secara statistik dengan uji asumsi dan uji hipotesis. Pengujian secara statistik dilakukan dengan menggunakan *Program IBM SPSS Statistic 25*.

### 3.6.1 Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah suatu data dalam penelitian memiliki sebaran data yang berdistribusi secara normal. Menurut Sugiyono (2011), bahwa analisa data dengan statistika parametrik dilakukan berdasarkan asumsi bahwa data setiap variabel yang akan dianalisis berdistribusi normal. Dalam penelitian ini uji normalitas dilakukan menggunakan *Kolmogrov-Smirnov* dengan *Program IBM SPSS Statistic 25*.

### 3.6.2 Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui hubungan yang linier antara variabel bebas dan variabel terikat.

### 3.6.3 Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini, peneliti ingin menguji apakah terdapat hubungan antara persepsi dukungan sosial dengan resiliensi pada ibu tunggal yang bekerja. Dalam pengujian ini guna mengetahui hubungan antar dua variabel maka dapat menggunakan nilai signifikansi. Dalam penelitian ini uji hipotesis dilakukan menggunakan *Product Moment Pearson* dengan *Program IBM SPSS Statistic 25*. Hipotesis statistik yang ada pada penelitian ini dapat dilihat melalui penjelasan berikut:

Hipotesis Statistik

Ho ditolak jika  $F \text{ hitung} > F \text{ tabel}$  dan nilai  $p < 0.05$

Ho diterima jika  $F \text{ hitung} < F \text{ tabel}$  dan nilai  $p > 0.05$

Ho = Tidak terdapat hubungan antara persepsi dukungan sosial dengan resiliensi

Ha = Terdapat hubungan antara persepsi dukungan sosial dengan resiliensi

**BAB IV**  
**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

**4.1 Gambaran Responden**

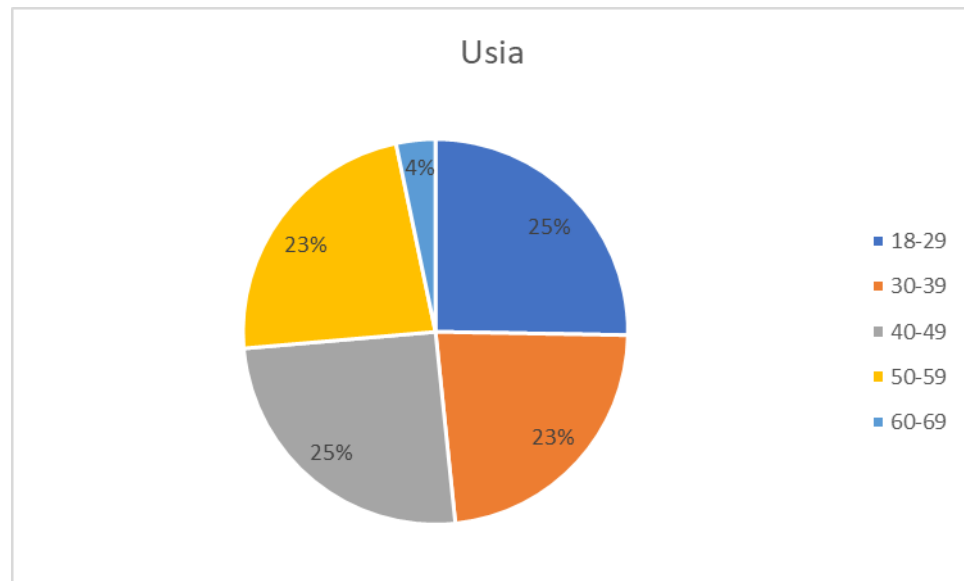
Dalam pengambilan data final, peneliti mengumpulkan data dari 91 responden yang memenuhi kriteria sampel, yaitu ibu tunggal karena pasangan yang meninggal dunia dan memiliki pekerjaan. Sub bab ini akan menjabarkan gambaran umum mengenai responden penelitian berdasarkan usia dan jangka waktu menjadi ibu tunggal. Berikut adalah data demografi dari responden penelitian:

**4.1.1 Gambaran Responden Berdasarkan Usia**

Tabel 4.1 Data Responden Berdasarkan Usia

Kategori	Frekuensi	Presentase
18 - 29	23	25%
30 - 39	21	23%
40 – 49	23	25%
50 – 59	21	23%
60 – 69	3	4%
<b>Total</b>	<b>91</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data yang ditampilkan pada tabel 4.1, dengan distribusi data total sebanyak 91 responden ditinjau dari usia, terdapat 23 responden dengan usia 18-29 tahun (25%), 21 responden dengan usia 30-39 tahun (23%), 23 responden dengan usia 40-49 tahun (25%), 21 responden dengan usia 50-59 tahun (23%) dan 3 responden dengan usia 60-69 tahun (4%). Berikut adalah proporsi responden berdasarkan usia dalam bentuk diagram *pie*:



Gambar 4.1 Data Responden Berdasarkan Usia

#### 4.1.2 Gambaran Responden Berdasarkan Jangka Waktu Menjadi Ibu Tunggal

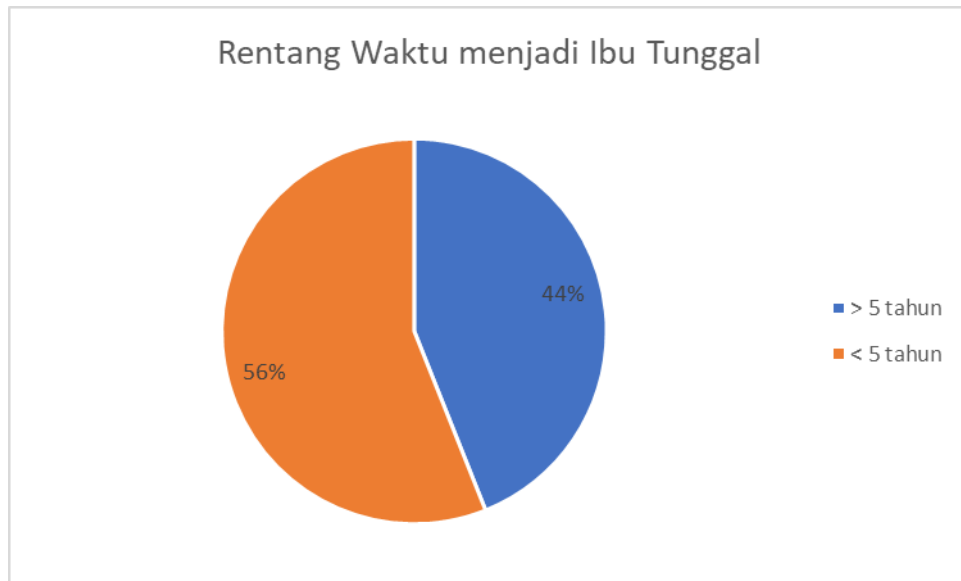
Berikut adalah distribusi data responden penelitian ditinjau dari jangka waktu menjadi ibu tunggal:

Tabel 4.2 Data Responden Berdasarkan jangka waktu

Kategori	Frekuensi	Presentase
<b>Lebih dari 5 tahun</b>	40	44%
<b>Kurang dari 5 tahun</b>	51	56%
<b>Total</b>	<b>91</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data yang ditampilkan pada tabel 4.2, terlihat bahwa persebaran data dilakukan kepada ibu tunggal. Sebanyak 40 responden (44%) memiliki jangka waktu > 5 tahun dan 51 responden (56%) memiliki jangka waktu < 5 tahun. Hal ini menunjukkan responden penelitian paling banyak berasal dari ibu tunggal yang memiliki jangka waktu < 5 tahun, yakni hingga mencakup 44% dari total sampel dan

responden penelitian paling sedikit berasal dari ibu tunggal yang memiliki jangka waktu > 5 tahun, yakni sebesar 56% dari total sampel. Berikut adalah proporsi responden berdasarkan jangka waktu dalam bentuk diagram *pie*:



Gambar 4.2 Data Responden Berdasarkan Jangka Waktu

## 4.2 Prosedur Penelitian

### 4.2.1 Persiapan Penelitian

Langkah-langkah yang dilakukan dalam persiapan penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Menentukan topik penelitian yang akan dilakukan dengan menganalisa berbagai permasalahan yang terjadi. Dalam hal ini berkaitan dengan persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada ibu tunggal.
- b. Mencari kajian pustaka berupa jurnal, artikel, sumber dari internet, dan buku yang sesuai dengan topik penelitian yang dipilih guna menunjang dalam penulisan skripsi yang dilakukan.
- c. Mengajukan judul penelitian pada dosen pembimbing 1 dan 2 serta meminta masukan agar judul yang dipilih layak untuk diteliti.

- d. Menentukan metode penelitian yang disesuaikan dengan tujuan penelitian yang dilakukan.
- e. Mengikuti seminar proposal, dan menerima masukan dari dosen penguji dan dosen pembimbing 1 terkait judul penelitian yang dilakukan. Menyusun alat ukur penelitian berdasarkan teori yang telah didapatkan dari literatur. Membuat definisi operasional, definisi konseptual, dan indikator berdasarkan teori yang digunakan.
- f. Melakukan uji validitas isi alat ukur dengan bantuan expert judgement yang dilakukan oleh tiga dosen ahli untuk setiap instrumen dari Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta. Kemudian merevisi alat ukur berdasarkan masukan yang diperoleh dari expert judgement.
- g. Melakukan uji coba instrumen kepada 52 responden untuk mengetahui realibilitas dan validitas instrumen.
- h. Melakukan pengambilan data dengan *item* yang telah diuji validitas dan reliabilitas. Kemudian melakukan analisa data pada data penelitian yang diperoleh menggunakan SPSS versi 25 untuk mendapatkan hasil penelitian yang dilakukan.

#### **4.2.2 Pelaksanaan Penelitian**

Pengambilan data final dilakukan dengan menyebarkan kuesioner secara online menggunakan bantuan *google form* dan ada pula kuesioner yang di *print* dalam bentuk lembaran kertas. Peneliti dibantu oleh beberapa teman untuk mencoba berkeliling lingkungan sekitar tempat tinggal dan menghampiri responden yang sesuai kriteria. Pengambilan data ini dilakukan selama empat hari dan mendapatkan sebanyak 91 responden.

### 4.3 Hasil Analisis Data Penelitian

#### 4.3.1 Data Deskriptif Persepsi Dukungan Sosial

Instrumen yang digunakan untuk mengukur persepsi dukungan sosial terdiri atas 12 butir dan diperoleh data akhirnya dari sebanyak 91 responden. Berikut adalah hasil perhitungan data deskriptif variabel persepsi dukungan sosial:

Tabel 4.3 Distribusi Deskriptif persepsi dukungan sosial

Statistik	Output data
<b>Mean</b>	62,38
<b>Median</b>	62,00
<b>Standar Deviasi</b>	8,979
<b>Varians</b>	80,617
<b>Nilai Maksimum</b>	83
<b>Nilai Minimum</b>	42
<b>Sum/Jumlah</b>	5677

Berdasarkan tabel, variabel persepsi dukungan sosial memiliki nilai mean sebesar 62,38, median 62,00, standar deviasi 8,979, varians 80,617, maksimum 83, minimum 42, dan *sum*/jumlah 5677.

#### 4.3.2. Data Deskriptif Resiliensi

Instrumen yang digunakan untuk mengukur resiliensi terdiri atas 20 butir. Data final instrumen ini berasal dari 91 responden. Berikut adalah hasil perhitungan data deskriptif variabel resiliensi:



Tabel 4.4 Distribusi Deskriptif Resiliensi

Statistik	Output data
<b>Mean</b>	76,55
<b>Median</b>	77,00
<b>Standar Deviasi</b>	9,966
<b>Varians</b>	99,317
<b>Nilai Maksimum</b>	96
<b>Nilai Minimum</b>	52
<b>Sum/Jumlah</b>	6966

Berdasarkan tabel di atas, variabel resiliensi memiliki nilai mean sebesar 76,55, median 77,00, standar deviasi 9,966, varians 99,317, maksimum 96, minimum 52, dan *sum/jumlah* 6966.

### 4.3.3 Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas untuk mengetahui apakah data pada penelitian dengan variabel persepsi dukungan sosial (X) dan variabel resiliensi (Y) berdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini, uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov*. Data dikatakan berdistribusi normal apabila memiliki nilai signifikansi/probabilitas *two-tailed* (p) lebih tinggi dibandingkan taraf signifikansi ( $\alpha = 0,05$ ).

Tabel 4.5 Uji Normalitas

Variabel	Nilai Probabilitas (p)	Taraf Signifikansi	Interpretasi
<b>Persepsi Dukungan Sosial</b>	0,2	0,05	Berdistribusi Normal
<b>Resiliensi</b>	0,2	0,05	Berdistribusi Normal

Berdasarkan tabel, uji normalitas yang dilakukan pada kedua variabel memiliki nilai p sebesar 0,2 untuk skala persepsi dukungan sosial dan nilai p sebesar 0,065 untuk skala resiliensi. Hal ini menunjukkan bahwa nilai probabilitas lebih tinggi dibandingkan nilai taraf signifikansi ( $\alpha = 0,05$ ). Maka, data penelitian ini dikatakan memiliki data yang berdistribusi normal.

#### 4.3.4 Hasil Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan sebagai salah satu syarat dari uji analisis regresi, yakni untuk melihat bentuk hubungan dari kedua variabel, apakah kedua variabel memiliki hubungan yang linear. Pada penelitian ini, uji linearitas menggunakan nilai dari *curve estimation*. Kedua variabel dikatakan memiliki bentuk hubungan linear apabila nilai signifikansi lebih rendah dibandingkan taraf signifikansi ( $\alpha = 0,05$ ).

Tabel 4.6 Uji Linearitas

Variabel	Nilai Probabilitas (p)	Taraf Signifikansi	Interpretasi
<b>Persepsi Dukungan Sosial dan Resiliensi</b>	0,000	0,05	Linear

Berdasarkan tabel, uji linearitas yang dilakukan menghasilkan nilai p sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa skor linearitas pada data penelitian ini lebih rendah dibandingkan nilai taraf signifikansi ( $\alpha = 0,05$ ). Maka, variabel persepsi dukungan sosial dan variabel resiliensi memiliki bentuk hubungan yang linear.

#### 4.3.5 Hasil Uji Korelasi

Uji korelasi dilakukan untuk mengetahui bahwa terdapat korelasi/hubungan yang signifikan antara variabel persepsi dukungan sosial dan resiliensi. Pada penelitian ini, uji korelasi menggunakan rumus *Pearson Product-Moment*. Kedua variabel dikatakan memiliki hubungan yang signifikan apabila nilai p yang didapatkan dari uji korelasi lebih rendah dibandingkan nilai taraf signifikansi ( $\alpha = 0,05$ ).

Tabel 4.7 Uji Korelasi

Variabel	Nilai Probabilitas (p)	Taraf Signifikansi	Interpretasi
<b>Persepsi Dukungan Sosial dan Resiliensi</b>	0,000	0,05	Berkorelasi

Berdasarkan tabel, uji korelasi yang dilakukan menghasilkan nilai sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa skor korelasi antarvariabel berada di bawah nilai taraf signifikansi ( $\alpha = 0,05$ ). Maka, kedua variabel dinyatakan berkorelasi atau terdapat hubungan antar variabel.

#### 4.3.6 Uji Hipotesis

Setelah dilakukannya uji korelasi, peneliti melakukan uji hipotesis untuk mengetahui apakah dugaan sementara peneliti di awal penelitian sesuai dengan hasil pengambilan data dan analisis penelitian. Peneliti menggunakan hipotesis dua arah atau *two-tailed*. Persamaan hipotesis penelitian adalah sebagai berikut:

$H_0$  = Nilai signifikansi/probabilitas (p) > 0,05 atau Nilai F Hitung < F Tabel

$H_a$  = Nilai signifikansi/probabilitas (p) < 0,05 atau Nilai F Hitung > F Tabel

Bunyi dari hipotesis penelitian adalah sebagai berikut:

$H_0$  : Tidak terdapat hubungan antara persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada ibu tunggal.

$H_a$  : Terdapat hubungan antara persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada ibu tunggal.

Berdasarkan hasil analisis korelasi, dapat dilihat bahwa nilai p korelasi yang dihasilkan adalah sebesar 0.000. Hal ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi yang dihasilkan lebih rendah dibandingkan taraf signifikansi ( $\alpha = 0,05$ ). Dapat dinyatakan bahwa hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima. Berdasarkan uji hipotesis

di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada ibu tunggal.

#### **4.4 Pembahasan**

Berdasarkan hasil analisis data penelitian, peneliti mendapatkan hasil uji korelasi dengan menggunakan *Pearson product moment* yaitu antara persepsi dukungan sosial dengan resiliensi pada ibu tunggal yang bekerja memiliki koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,758 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Artinya, hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada ibu tunggal yang bekerja. Arah hubungan adalah positif karena nilai  $r$  positif, hal tersebut berarti bahwa semakin tinggi tingkat persepsi dukungan sosial maka akan semakin tinggi pula tingkat resiliensi pada ibu tunggal yang bekerja. Begitu pun sebaliknya, semakin rendah tingkat persepsi dukungan sosial maka akan semakin rendah pula tingkat resiliensi pada ibu tunggal yang bekerja.

Hal ini sejalan dengan penelitian mengenai Resiliensi pada Wanita Dewasa Awal Pasca Kematian Pasangan (Naufaliasari & Fitri, 2013), dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti dukungan sosial dapat dimanfaatkan dengan baik sehingga subjek tidak terpuruk dalam kesedihan. Selanjutnya hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian mengenai Resiliensi pada wanita Dewasa Madya Setelah kematian Pasangan Hidup (Fernandez & Soedagijono, 2018) dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti dukungan dari anak, keluarga, serta dukungan dari teman mampu meningkatkan resiliensi dalam menjalankan kehidupan setelah kematian pasangan hidup.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian mengenai Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi Pada Janda Cerai Mati (Ambarini, 2019). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dan resiliensi pada janda cerai mati. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Salim, Borhani, Pour, dan Khabazkhoob (2019) dengan

subjek yang berbeda, yaitu pasien penderita kanker. Kesimpulan dalam penelitian tersebut menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi dukungan sosial dengan resiliensi pada pasien penderita kanker. Dapat diartikan bahwa semakin tinggi persepsi dukungan sosial yang diterima, maka semakin tinggi pula resiliensi pada pasien penderita kanker.

Individu dikatakan resilien jika memiliki regulasi emosi yang baik, impuls kontrol yang baik, memiliki sikap optimisme, analisis kausal yang baik, memiliki empati yang tinggi, efikasi diri yang baik, dan pencapaian dalam meningkatkan aspek positif. Ibu tunggal yang resilien berarti mampu untuk meregulasi emosinya dengan baik, serta tetap tenang dalam menghadapi berbagai tekanan. Ibu tunggal juga mampu untuk mengendalikan impuls/dorongan yang ada dalam dirinya. Ibu tunggal percaya akan kemampuan dirinya dalam menghadapi berbagai kesulitan, serta yakin bahwa mereka mampu untuk mengatasi segala permasalahan yang ada, disertai dengan keyakinan akan kekuatan yang dimiliki untuk mengatasi berbagai permasalahan, memiliki komitmen dalam pemecahan masalah dan tidak mudah menyerah. Ibu tunggal juga mampu untuk mengidentifikasi penyebab masalahnya secara akurat, sehingga ia tidak akan melakukan kesalahan yang sama secara terus menerus. Ibu tunggal mampu untuk ikut serta merasakan perasaan dan emosi orang lain. Dengan kemampuan ini, ibu tunggal dapat memahami bagaimana cara menghadapi orang lain sehingga mampu mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi.. Ibu tunggal yang selalu meningkatkan aspek positifnya akan lebih mudah dalam mengatasi permasalahan hidup, meningkatkan kemampuan *interpersonal* dan regulasi emosi. Individu dikatakan mampu meningkatkan aspek positif dalam hidupnya jika ia mampu mengatasi ketakutannya dan keluar dari zona aman.

#### **4.5 Keterbatasan Penelitian**

Keterbatasan pada penelitian ini adalah jumlah responden dalam penelitian yang hanya berjumlah 91 orang sebagai responden final. Selain itu, data yang diperoleh dengan menggunakan teknik *purposive sampling* sehingga tidak representatif apabila

digunakan untuk mengukur populasi ibu tunggal yang bekerja secara keseluruhan, melainkan hanya terbatas pada ibu tunggal yang bekerja karena pasangan meninggal dunia. Kemudian instrumen resiliensi yang digunakan dalam penelitian memiliki bahasa yang sulit dimengerti dan jumlah item yang banyak, serta dalam penelitian peneliti tidak mengawasi responden langsung dalam proses pengisian kuesioner sehingga dikhawatirkan responden kesulitan dalam pengisian kuesioner.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN**

#### **5.1. Kesimpulan**

Berdasarkan dari hasil uji hipotesis yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara persepsi dukungan sosial dengan resiliensi pada ibu tunggal yang bekerja.

#### **5.2. Implikasi**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi dukungan sosial dengan resiliensi pada ibu tunggal yang bekerja. Berdasarkan hal tersebut, ibu tunggal diharapkan untuk dapat mengidentifikasi dan mencari dukungan yang dibutuhkan untuk meningkatkan resiliensi yang telah dimiliki.

#### **5.3. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan beberapa saran bagi pihak terkait dan peneliti selanjutnya, yaitu:

##### **a. Peneliti Selanjutnya**

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadikan penelitian ini sebagai referensi yang digunakan untuk melakukan penelitian selanjutnya dalam bidang psikologi sosial yang berhubungan dengan persepsi dukungan sosial dan resiliensi. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk dapat menggunakan cara lain dalam mengumpulkan data, seperti mengunjungi komunitas-komunitas ibu tunggal yang tersedia di Indonesia. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk menggunakan instrumen resiliensi dari tokoh lain.

**b. Bagi Ibu Tunggal**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara persepsi dukungan sosial dengan resiliensi pada ibu tunggal yang bekerja. Berdasarkan hal tersebut, diharapkan ibu tunggal untuk dapat mencari dukungan sosial dan bersosialisasi secara proaktif agar mampu mendapat dukungan sebenarnya yang dibutuhkan oleh ibu tunggal untuk meningkatkan resiliensi yang telah dimiliki.



## DAFTAR PUSTAKA

- Annishaliha, W. O. N. (2018). *Stres dan Psychological Well-Being Wanita Single Parent karena Bercerai*. (Skripsi) Universitas Muhammadiyah, Malang.
- Akmalia, A. (2013). Pengelolaan stress pada ibu single parent. *Emphaty Jurnal Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 2(1).
- Ambarini, D. A. S. (2019). *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi Pada Janda Cerai Mati*. (Skripsi) Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.
- Anggraeni, C. M., & Komariah, K. (2018). Resiliensi Kepala Keluarga Perempuan (Keppa) dalam Memenuhi Fungsi Keluarga pada Anggota PJI Armalah Yogyakarta. *Jurnal PKS*, 17(3), 257 – 266.
- Aprilia, W. (2013). Resiliensi dan Dukungan Sosial Pada Orang Tua Tunggal (Studi Kasus Pada Ibu Tunggal Di Samarinda). *E-Journal Psikologi Universitas Mulawarman*. 1(3), 268-279.
- Badan Pusat Statistik (2019). Persentase Penduduk Berumur 10 Tahun ke Atas menurut Provinsi, Jenis Kelamin, dan Status Perkawinan, 2009-2018. *bps.go.id*.
- Cai, Wen-Peng., Yu, Pan., Shui-miao, Z., Cun, W., Wei, D., & Guang-hui, D. (2017). Relationship between cognitive emotion regulation, social support, resilience and acute stress responses in Chinese soldiers: Exploring multiple mediation model. *Psychiatry Research*, 256, 71-78.
- Cavanaugh, J. C. & Fields, F. B. (2006). *Adult development and aging*, 5th edition. Thomson Learning, Inc.
- Cohen, S., & Syme, S.L. (1985). *Social Support and Health*. London : Academic Press, Inc.

- Connor & Davidson. (2003). Development of The New Resilience Scale : The Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Journal of Depression and Anxiety*, 18, 76-83.
- Desiningrum, D. R. (2014). Kesejahteraan psikologis lansia janda/duda ditinjau dari persepsi terhadap dukungan sosial dan gender. *Jurnal Psikologi Undip*, 13(2), 102-106.
- Desmita. (2007). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Guthrie, I. K., & Reiser, M. (2000). Dispositional emotionality and regulation: Their role in predicting quality of social functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(1), 136-157.
- Fernandez, I.M.F., & Soedagijono, J.K. (2018). Resiliensi Pada Wanita Dewasa Madya Setelah Kematian Pasangan Hidup. *Jurnal Experientia*. 6(1), 27-38.
- Haber, M, G., Cohen, J. L., Lucas, T., & Baltes, B. B. (2007). The relationship between self-reported received social support: A meta-analytic review. *AMJ Community Psychology*, 39, 133-144
- Hendrickson, Z. M., Kim, J., Tol, W. A., Shrestha, A., Kafle, H.M., Luitel, N. P., Thapa, L., & Surkan, P. J. (2018) Resilience among Nepali widows after the death of a spouse. *Qualitative Health Research*, 28(3), 446-478.
- Holiday, Morgot. (1997). Resilience and Severe Burns. *Journal of Counseling and Development*, 75, 346-357.
- Kasschau, R. (1993). *Understanding Psychology*. New York: Mc Graw Hill.
- Naufaliasari, A. & Andriani, F. (2013). Resiliensi Pada Wanita Dewasa Awal Pasca Kematian Pasangan. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*. 2(2), 264-269.

- Nurfitri, D. & Waringah, S. (2018). Ketangguhan Pribadi Orang tua Tunggal : Studi Kasus pada Perempuan Pasca Kematian Suami. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 4(1), 11-24.
- Olson, D., DeFrain, J., & Skogrand, L. (2010). *Marriages and families: Intimacy, diversity, and strengths*. New York: McGraw Hill.
- Papalia, D. (2009). *Human Development*. (8th Ed). New York: Mc Graw Hill.
- Pranandari, K. (2011). Kecerdasan adversitas ditinjau dari pengatasan masalah berbasis permasalahan dan emosi pada orang tua tunggal wanita. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 121-128.
- Pratomo, Dedi S., & Astuti, Erna Z. (2015). Analisis Regresi dan Korelasi antara Pengunjung dan Pembeli terhadap Nominal Pembelian di Indomaret Kedungmundu Semarang dengan Metode Kuadrat Terkecil. *Artikel Penelitian*. Fakultas Ilmu Komputer. Universitas Dian Nuswantoro.
- Puspitawati, H. (2012). *Gender dan Keluarga: Konsep dan Realita di Indonesia*. Bogor: PT IPB Press.
- Rahayu, A. S., Liestyasari, S. I., & Nurhadi. (2015). Strategi Adaptasi Menjadi Single Mother (Studi Deskriptif Kualitatif Perempuan Single Mother di Desa Cepokosawit Kecamatan Sawit Kabupaten Boyolali). *Jurnal Ilmiah Pendidikan Sosiologi-Antropologi*.
- Rangkuti, Anna Armeini. (2017). *Statistika Inferensial untuk Psikologi & Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor*. New York : Random House, Inc.
- Salim, N. F., Borhani, F., Pour, M. B., & Khabazkhoob, M. (2019). Correlation between Perceived Social Support and Resilience in the Family of Patients

- with Cancer. *Journal of Research in Medical and Dental Science*, 7(1), 158-162.
- Santrock. (2006). *Life span development: Perkembangan masa hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2010). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (7th ed.). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.
- Sarason, I. G., Sarason, B. R., Shearin, E. N., Pierce, G. R. (1983). A brief measure of social support: Practical and theoretical implications. *Journal of Social and Personal Relationships*, 4, 497-510.
- Sari, D. A. (2015). Model komunikasi keluarga pada orang tua tunggal (*Single Parent*) dalam pengasuhan anak balita. *Jurnal Ilmu Komunikasi Universitas Budi Luhur*, 3(2), 126-145.
- Setiasih. (2005). Deskripsi tentang Ibu Bekerja. *Jurnal Psikodinamik*, 7(1), 18-28.
- Sobur, A. (1985). *Butir—butir Mutiara Rumah Tangga (Kumpulan tulisan mengenal Pendidikan Anak)*. Yogyakarta: Raka Sarasin.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Taylor, S. E., Sherman, D. K. & Kim, h. S. (2004). Culture and social support: Who seeks it and why?. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3, 354-362.
- Woffman, B.R. (1995). *Peran Kaum Wanita*. Yogyakarta: Kanisius.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52, 30-41.

**LAMPIRAN**

**1. Kuesioner Uji Coba**

**SKALA PENELITIAN**



**Disusun Oleh:**

**Nabila May Indrianti**

**1125150890**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2019**

**LEMBAR PERSETUJUAN**  
**(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama :  
Usia :  
Lama menjadi *single parent* :  
No. Handphone :

Apakah saya bersedia untuk menjadi responden penelitian : ya / tidak (\*coret yang tidak perlu)

Demikian pernyataan ini saya buat tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, Juli 2019

---

## Bagian I

### Petunjuk Pengisian

Di bawah ini ada sejumlah pernyataan. Bacalah masing-masing pernyataan dengan teliti. Berilah tanda (√) di kolom lembar jawaban yang sudah disediakan sesuai dengan pernyataan yang mewakili keadaan Anda. Jawaban yang Anda berikan tidak ada yang benar ataupun salah.

- |                       |                              |
|-----------------------|------------------------------|
| 1. SS : Sangat Sesuai | 5. ATS: Agak Tidak Sesuai    |
| 2. S : Sesuai         | 6. TS : Tidak Sesuai         |
| 3. AS : Agak Sesuai   | 7. STS : Sangat Tidak Sesuai |
| 4. N : Netral         |                              |

No.	PERNYATAAN	STS	TS	ATS	N	AS	S	SS
1	Ada seseorang istimewa yang berada di sekitar saya ketika saya membutuhkan							
2	Ada seseorang istimewa dimana saya bisa berbagi suka dan duka							
3	Keluarga saya sering membantu saya							
4	Saya mendapat dukungan yang saya butuhkan dari keluarga							
5	Saya memiliki seseorang istimewa yang							

	memberikan kenyamanan							
6	Teman-teman saya berusaha untuk membantu saya							
7	Saya dapat mengandalkan teman-teman saya saat ada masalah							
8	Saya dapat menceritakan masalah saya kepada keluarga							
9	Saya memiliki teman yang bisa berbagi suka dan duka							
10	Ada seseorang yang istimewa dalam hidup yang peduli tentang perasaan saya							
11	Keluarga bersedia membantu saya untuk membuat keputusan							
12	Saya dapat menceritakan masalah kepada teman-teman saya							



## Bagian II

### Petunjuk Pengisian

Di bawah ini ada sejumlah pernyataan. Bacalah masing-masing pernyataan dengan teliti. Berilah tanda (√) di kolom lembar jawaban yang sudah disediakan sesuai dengan pernyataan yang mewakili keadaan Anda. Jawaban yang Anda berikan tidak ada yang benar ataupun salah.

1. Sangat Sesuai (SS) : Hal ini **sangat sesuai** dengan diri Anda dan pengalaman Anda dalam kehidupan sehari-hari
2. Sesuai (S) : Hal ini **sesuai** dengan diri Anda dan pengalaman Anda dalam kehidupan sehari-hari
3. Kurang Sesuai (KS) : Hal ini **kurang sesuai** dengan diri Anda dan pengalaman Anda dalam kehidupan sehari-hari
4. Tidak Sesuai (TS) : Hal ini **tidak sesuai** dengan diri Anda dan pengalaman Anda dalam kehidupan sehari-hari
5. Sangat Tidak Sesuai (STS) : Hal ini **sangat tidak sesuai** dengan diri Anda dan pengalaman Anda dalam kehidupan sehari-hari

No.	PERNYATAAN	STS	TS	KS	S	SS
1	Saya percaya pada naluri saya ketika mencoba memecahkan suatu masalah					
2	Saya masih sering bertindak emosional ketika berdiskusi walaupun saya sudah memiliki rencana tentang apa yang akan dikatakan					
3	Saya khawatir terhadap kesehatan saya di masa depan					
4	Saya pandai menghalangi apa pun yang mengalihkan perhatian saya					

5	Saya akan mencoba solusi yang berbeda jika solusi pertama saya tidak berhasil					
6	Saya memiliki rasa keingintahuan yang tinggi					
7	Emosi positif tidak membantu saya untuk fokus pada suatu tugas					
8	Saya adalah orang yang suka mencoba hal-hal baru					
9	Saya lebih suka melakukan hal yang saya kuasai daripada hal yang menantang dan sulit					
10	Saya dapat mengenali emosi seseorang berdasarkan ekspresi wajah yang ditunjukkan					
11	Saya gampang menyerah ketika suatu hal tidak berjalan dengan semestinya					
12	Ketika muncul suatu masalah, saya memikirkan berbagai solusi yang memungkinkan sebelum mencoba untuk memecahkannya					
13	Saya bisa mengendalikan perasaan saya ketika menghadapi suatu masalah					
14	Pendapat orang lain tidak memengaruhi perilaku saya					
15	Saya menyadari hal pertama yang terlintas di benak saya ketika terjadi masalah					
16	Saya merasa lebih nyaman ketika saya memiliki teman untuk bertanggung jawab atas suatu situasi					
17	Saya merasa lebih nyaman pada situasi dimana bukan hanya saya yang bertanggung jawab					
18	Saya percaya bahwa semua masalah dapat dikendalikan					

19	Saya berpikir dengan hati-hati tentang penyebab suatu masalah sebelum mencoba menyelesaikannya					
20	Saya ragu dengan kemampuan saya dalam memecahkan masalah					
21	Saya tidak menghabiskan waktu untuk memikirkan hal-hal yang ada di luar kendali saya					
22	Saya suka mengerjakan rutinitas sederhana yang tidak berubah-ubah					
23	Saya mudah terbawa perasaan					
24	Sulit bagi saya untuk memahami perasaan orang lain					
25	Mudah bagi saya untuk memahami apa yang sedang saya pikirkan					
26	Ketika seseorang membuat saya marah, saya menunggu sampai saya sudah tenang untuk membicarakannya					
27	Ketika seseorang bereaksi berlebihan terhadap suatu masalah, itu disebabkan oleh suasana hati orang tersebut yang sedang tidak baik					
28	Saya berharap bahwa saya akan melakukan banyak hal dengan baik					
29	Orang lain sering meminta bantuan saya untuk memecahkan masalah					
30	Saya sulit memahami apa alasan dibalik reaksi yang ditunjukkan orang lain					
31	Emosi saya memengaruhi kemampuan saya untuk fokus pada hal-hal yang harus saya selesaikan					
32	Kerja keras selalu membuahkan hasil					

33	Setelah menyelesaikan suatu tugas, saya khawatir tugas tersebut akan dinilai buruk					
34	Saya dapat mengetahui apa yang mungkin ada di pikiran orang tersebut jika seseorang sedang sedih, marah, atau malu					
35	Saya tidak suka tantangan baru					
36	Saya tidak memiliki rencana untuk pekerjaan dan keuangan saya					
37	Saya dapat mengetahui apa penyebabnya jika teman saya marah					
38	Saya lebih suka melakukan banyak hal secara spontan daripada merencanakannya terlebih dahulu					
39	Saya percaya bahwa kebanyakan masalah terjadi karena keadaan di luar kendali saya					
40	Saya melihat tantangan sebagai cara untuk belajar dan mengembangkan diri					
41	Saya diberitahu bahwa saya salah menafsirkan peristiwa dan situasi					
42	Ketika seseorang marah, saya mendengarkan apa yang akan mereka katakan terlebih dahulu sebelum bereaksi					
43	Ketika diminta untuk berpikir tentang masa depan, sulit bagi saya untuk membayangkan diri saya sebagai seseorang yang sukses					
44	Saya diberi tahu bahwa saya langsung mengambil kesimpulan ketika muncul suatu masalah					
45	Saya tidak nyaman ketika bertemu dengan orang baru					

46	Saya mudah terbawa suasana saat membaca buku dan menonton film					
47	Saya percaya dengan pepatah “lebih baik mencegah daripada mengobati”					
48	Dalam kebanyakan situasi, saya percaya saya baik dalam mengidentifikasi penyebab dari suatu masalah					
49	Saya percaya saya memiliki kemampuan yang baik dalam mengatasi masalah dan bertindak dengan baik terhadap tantangan yang ada					
50	Orang-orang terdekat saya mengatakan bahwa saya tidak memahami mereka					
51	Saya sangat nyaman dengan rutinitas saya yang selalu sama setiap harinya					
52	Menurut saya, penting untuk memecahkan masalah secepat mungkin					
53	Ketika menghadapi suatu situasi yang sulit, saya percaya diri bahwa semua akan berjalan dengan baik					
54	Menurut teman-teman, saya tidak mendengarkan apa yang mereka katakan					
55	Saya langsung pergi dan membeli sesuatu jika saya menginginkannya					
56	Saya dapat mengontrol emosi saya dengan baik ketika mendiskusikan hal yang seru dengan teman atau keluarga					

**TERIMA KASIH ATAS PARTISIPASI ANDA**

## 2. Data Kasar (Uji Coba)

- Persepsi Dukungan Sosial

Responden	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	6	3	7	6	1	6	3	7	6	3	7	1
2	5	5	5	7	7	7	1	1	1	7	1	1
3	4	5	6	7	4	4	4	5	6	5	6	4
4	4	7	7	7	4	4	3	1	3	3	1	1
5	5	4	7	7	6	5	4	4	5	6	6	5
6	7	7	6	7	7	4	1	7	1	7	7	1
7	5	4	6	6	3	7	5	3	4	3	6	3
8	5	5	3	4	5	5	5	4	5	5	2	2
9	7	7	6	4	7	7	6	4	5	7	4	5
10	2	2	4	4	1	3	2	2	1	1	3	3
11	7	7	5	5	3	5	5	7	5	3	4	5
12	6	6	7	7	6	6	5	5	5	6	5	5
13	5	5	6	6	5	5	5	6	5	5	6	5
14	7	7	7	7	7	7	5	5	6	7	7	5
15	5	4	6	6	6	7	6	6	7	6	6	7
16	7	7	1	7	7	1	1	1	7	1	1	7
17	6	7	4	7	1	4	2	2	3	2	6	1
18	6	6	7	6	5	4	4	5	4	5	5	4
19	7	7	7	6	6	7	7	4	7	5	7	7
20	7	7	2	7	7	4	4	6	6	5	5	5
21	6	6	6	6	6	7	4	6	6	6	6	6
22	4	4	3	4	3	3	4	5	4	2	5	5
23	5	6	6	5	4	5	4	5	7	7	6	5
24	7	6	7	7	5	7	4	7	5	6	6	3
25	6	6	7	7	6	5	5	7	5	5	7	5
26	3	4	3	2	4	3	2	4	3	5	4	3
27	5	5	5	5	6	6	5	5	5	5	6	6
28	3	3	7	7	6	5	3	5	5	4	6	4
29	5	4	6	6	6	6	5	4	6	7	7	6
30	3	3	5	5	2	2	4	3	6	3	7	6
31	4	4	5	5	3	7	7	5	6	3	4	7
32	4	4	5	5	3	7	7	5	6	3	4	7
33	6	6	7	7	6	7	7	5	6	7	7	6
34	3	3	5	5	3	6	5	3	5	3	5	5
35	5	4	5	5	5	6	3	4	5	5	4	4
36	4	4	7	7	6	5	6	7	7	6	6	6
37	5	5	4	4	6	6	5	4	5	6	5	5
38	5	7	6	5	6	5	5	5	7	6	4	4
39	7	7	6	5	7	6	6	7	6	7	7	6
40	3	2	2	2	2	5	4	2	4	2	2	4
41	1	3	2	4	3	2	2	3	2	1	4	2
42	4	3	3	3	4	5	5	2	2	2	2	2
43	7	7	7	7	7	5	4	7	4	5	3	2
44	7	7	7	7	7	4	4	6	7	7	6	2
45	4	4	7	6	7	3	3	4	3	1	3	2
46	4	4	4	4	4	5	5	1	6	4	4	1
47	7	7	6	7	7	5	5	4	5	7	7	4
48	3	3	4	5	3	2	2	3	7	2	3	1
49	7	7	6	7	6	6	6	6	6	7	6	5
50	4	4	7	4	5	4	4	4	6	4	5	4
51	5	5	6	6	5	6	6	6	6	6	6	6
52	7	7	7	6	4	7	7	7	6	6	6	7



### 3. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

- Persepsi Dukungan Sosial

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	52	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	52	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.873	12

#### Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
item_1	5.12	1.542	52
item_2	5.12	1.592	52
item_3	5.42	1.637	52
item_4	5.63	1.372	52
item_5	4.90	1.785	52
item_6	5.10	1.563	52
item_7	4.35	1.595	52
item_8	4.54	1.787	52
item_9	5.02	1.627	52
item_10	4.65	1.939	52
item_11	4.96	1.749	52
item_12	4.19	1.920	52



### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item_1	53.88	143.163	.678	.857
item_2	53.88	146.849	.548	.864
item_3	53.58	144.680	.589	.862
item_4	53.37	152.236	.485	.868
item_5	54.10	145.422	.510	.867
item_6	53.90	147.540	.542	.865
item_7	54.65	146.780	.549	.864
item_8	54.46	140.685	.629	.859
item_9	53.98	148.411	.492	.868
item_10	54.35	133.956	.731	.852
item_11	54.04	143.371	.576	.863
item_12	54.81	146.394	.440	.872

### Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
59.00	170.549	13.059	12

- **Resiliensi**

### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	52	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	52	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.794	56

### Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
item_1	2.31	1.130	52
item_2	2.87	1.329	52
item_3	2.02	1.276	52
item_4	3.44	1.092	52
item_5	4.08	.837	52
item_6	4.04	1.047	52
item_7	3.23	1.198	52
item_8	3.73	1.031	52
item_9	2.35	1.251	52
item_10	3.98	1.129	52
item_11	3.46	1.335	52
item_12	4.00	.950	52
item_13	3.60	1.241	52
item_14	3.42	1.177	52
item_15	4.08	.882	52
item_16	2.42	1.177	52
item_17	2.42	1.126	52
item_18	3.90	1.142	52
item_19	4.08	.926	52
item_20	3.46	1.196	52
item_21	3.69	1.164	52
item_22	2.60	1.209	52
item_23	2.44	1.178	52
item_24	3.00	1.188	52
item_25	3.77	.921	52
item_26	3.79	1.242	52
item_27	4.00	.886	52
item_28	4.50	.804	52

item_29	3.85	1.109	52
item_30	3.21	1.073	52
item_31	2.29	1.194	52
item_32	4.46	.917	52
item_33	2.94	1.145	52
item_34	3.54	1.075	52
item_35	3.54	1.146	52
item_36	3.87	1.268	52
item_37	3.31	1.112	52
item_38	2.77	1.262	52
item_39	2.25	1.027	52
item_40	4.06	1.018	52
item_41	2.90	.995	52
item_42	3.52	1.213	52
item_43	3.29	1.273	52
item_44	3.00	1.103	52
item_45	3.38	1.105	52
item_46	3.50	1.163	52
item_47	4.48	.779	52
item_48	3.79	.893	52
item_49	3.77	.983	52
item_50	3.79	1.073	52
item_51	2.50	1.129	52
item_52	2.48	.960	52
item_53	4.13	.929	52
item_54	3.79	1.109	52
item_55	3.50	1.245	52
item_56	3.94	.873	52

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item_1	188.21	305.268	.050	.796
item_2	187.65	302.309	.096	.795
item_3	188.50	305.471	.032	.797
item_4	187.08	301.719	.148	.793
item_5	186.44	302.252	.192	.792
item_6	186.48	291.627	.442	.785
item_7	187.29	300.288	.164	.793
item_8	186.79	294.013	.380	.787
item_9	188.17	303.440	.081	.795
item_10	186.54	297.783	.243	.790
item_11	187.06	285.153	.479	.782
item_12	186.52	298.098	.291	.789
item_13	186.92	295.014	.281	.789
item_14	187.10	307.971	-.020	.798
item_15	186.44	300.252	.245	.790
item_16	188.10	311.696	-.110	.801
item_17	188.10	300.794	.166	.793
item_18	186.62	304.830	.060	.796
item_19	186.44	301.389	.196	.792
item_20	187.06	288.840	.449	.784
item_21	186.83	302.381	.118	.794
item_22	187.92	297.445	.231	.791
item_23	188.08	291.484	.389	.786
item_24	187.52	300.725	.155	.793
item_25	186.75	297.721	.314	.789
item_26	186.73	292.750	.335	.787
item_27	186.52	303.509	.137	.793
item_28	186.02	299.392	.305	.789
item_29	186.67	297.048	.268	.790
item_30	187.31	298.217	.247	.790
item_31	188.23	299.671	.180	.792
item_32	186.06	294.408	.422	.786

item_33	187.58	298.759	.214	.791
item_34	186.98	309.588	-.059	.799
item_35	186.98	292.215	.383	.786
item_36	186.65	289.015	.415	.785
item_37	187.21	300.915	.165	.792
item_38	187.75	293.956	.300	.788
item_39	188.27	305.259	.062	.795
item_40	186.46	295.744	.336	.788
item_41	187.62	301.535	.174	.792
item_42	187.00	298.118	.214	.791
item_43	187.23	289.632	.399	.785
item_44	187.52	300.647	.174	.792
item_45	187.13	299.766	.197	.792
item_46	187.02	311.745	-.111	.801
item_47	186.04	298.900	.335	.789
item_48	186.73	293.338	.471	.785
item_49	186.75	290.623	.506	.784
item_50	186.73	293.299	.383	.786
item_51	188.02	305.313	.049	.796
item_52	188.04	302.704	.147	.793
item_53	186.38	295.418	.383	.787
item_54	186.73	290.789	.437	.785
item_55	187.02	298.960	.186	.792
item_56	186.58	299.386	.278	.790

### Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
190.52	308.529	17.565	56

#### 4. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

- Reliabilitas Skala

Skala	Nilai Alpha Cronbach	Interpretasi
RQT	0,794	Reliabel
MSPSS	0,873	Reliabel

- Validitas Skala MSPSS

Dimensi	Nomor Item	M	SD	Korelasi Total Item	R Kriteria	Interpretasi Daya Diskriminasi	Keterangan
Significant Others	1	5,12	1,542	0,678	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	2	5,12	1,592	0,548	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	5	4,90	1,785	0,510	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	10	4,65	1,939	0,731	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
Family	3	5,42	1,637	0,589	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	4	5,63	1,372	0,485	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	8	4,54	1,787	0,629	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	11	4,96	1,749	0,576	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
Friends	6	5,10	1,563	0,542	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	7	4,35	1,595	0,549	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	9	5,02	1,627	0,492	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	12	4,19	1,920	0,440	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan

- Validitas Skala RQT

Dimensi	Nomor Item	M	SD	Korelasi Total Item	R Kriteria	Interpretasi Daya Diskriminasi	Keterangan
	2	2,87	1,329	0,096	0,3	Rendah	Drop Item

Regulation Emotion	7	3,23	1,198	0,164	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	13	3.60	1,241	0,281	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	23	2.44	1.178	0,389	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	25	3.77	.921	0,314	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	26	3.79	1.242	0,335	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	31	2.29	1.194	0,180	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	56	3,94	0,873	0,278	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
Impulse Control	4	3,44	1,092	0,148	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	11	3,46	1,335	0,479	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	15	4,08	0,882	0,245	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	36	3.87	1.268	0,415	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	38	2.77	1.262	0,300	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	42	3.52	1.213	0,214	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	47	4.48	.779	0.335	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
Optimism	55	3,50	1,245	0,186	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	3	2,02	1,276	0,032	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	18	3.90	1.142	0,060	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	27	4.00	.886	0,137	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	32	4.46	.917	0,422	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	33	2.94	1.145	0,214	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	39	2.25	1.027	0,062	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	43	3.29	1.273	0,399	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
Causal Analysis	53	4.13	.929	0,383	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	1	2,31	1,130	0,050	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	12	4,00	0,950	0,291	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	19	4.08	.926	0,196	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	21	3.69	1.164	0,118	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	41	2.90	.995	0,174	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	44	3.00	1.103	0,174	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	48	3.79	.893	0,471	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
Empathy	52	2.48	.960	0,147	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	10	3,98	1,129	0,243	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	24	3.00	1.188	0,155	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	30	3.21	1.073	0,247	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>

	34	3.54	1.075	-0,059	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	37	3.31	1.112	0,165	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	46	3.50	1.163	-0,111	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	50	3.79	1.073	0,383	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	54	3.79	1.109	0,437	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
Self-efficacy	5	4,08	0,837	0,192	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	9	2,35	1,251	0,081	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	17	2.42	1.126	0,166	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	20	3.46	1.196	0,449	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	22	2.60	1.209	0,231	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	28	4.50	.804	0,305	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	29	3.85	1.109	0,268	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	49	3.77	.983	0,506	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
Reaching Out	6	4,04	1,047	0,442	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	8	3,73	1,031	0,380	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	14	3,42	1,177	-0,020	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	16	2,42	1,177	-0.110	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	35	3.54	1.146	0,383	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	40	4.06	1.018	0,336	0,3	Tinggi	Dapat Digunakan
	45	3.38	1.105	0,197	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>
	51	2.50	1.129	0,049	0,3	Rendah	<i>Drop Item</i>



5. Lembar Validasi *Expert Judgement***SURAT PERNYATAAN AHLI UNTUK VALIDASI INSTRUMEN  
(EXPERT JUDGMENT)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Vinna Ramadhany Sy  
NIP : 0812680018  
Prodi : Fakultas Psikologi  
Pendidikan Terakhir : Magister Profesi  
Bidang Keahlian : Klinis Rawat  
No. Handphone : 08172251097

Menyatakan bahwa instrumen MSPSS dan Reivich Quotient Test yang telah divalidasi: dapat digunakan/~~perlu perbaikan/tidak dapat digunakan\*~~.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.  
Atas kerja samanya diucapkan terimakasih.

Jakarta, 16 Juli 2019  
Validator,



NIP. 0812680018

**SURAT PERNYATAAN AHLI UNTUK VALIDASI INSTRUMEN  
(EXPERT JUDGMENT)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Mauna, S. Psi, M Psi  
NIP : 198410142015042001  
Prodi : Fakultas psikologi,  
Pendidikan Terakhir : S2  
Bidang Keahlian : Psikologi, klinis  
No. Handphone : 08179483039

Menyatakan bahwa instrumen Ms pss dan Reuch Quotient Test yang telah  
divalidasi: dapat digunakan/~~perlu perbaikan/~~~~tidak dapat digunakan\*~~.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.  
Atas kerja samanya diucapkan terimakasih.

Jakarta, 15 Juli 2019  
Validator,



NIP. 198410142015042001

**SURAT PERNYATAAN AHLI UNTUK VALIDASI INSTRUMEN  
(EXPERT JUDGMENT)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi  
NIP : 198309182008122006  
Prodi : PSIKOLOGI  
Pendidikan Terakhir : S3  
Bidang Keahlian : Psikologi klinis  
No. Handphone : 081382039254

Menyatakan bahwa instrumen.....MSPSS dan Reivich Quotient Test.....yang telah  
divalidasi: dapat digunakan/perlu perbaikan/tidak dapat digunakan\*).

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.  
Atas kerja samanya diucapkan terimakasih.

Jakarta, 8 Juli 2019

Validator,



NIP. 1983091820081220066

**6. Kuesioner Final**

**SKALA PENELITIAN**



**Disusun Oleh:**

**Nabila May Indrianti**

**1125150890**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2019**

**LEMBAR PERSETUJUAN**  
**(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama :  
Usia :  
Lama menjadi *single parent* :  
No. Handphone :

Apakah saya bersedia untuk menjadi responden penelitian : ya / tidak (\*coret yang tidak perlu)

Demikian pernyataan ini saya buat tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, Juli 2019

---

## Bagian I

### Petunjuk Pengisian

Di bawah ini ada sejumlah pernyataan. Bacalah masing-masing pernyataan dengan teliti. Berilah tanda (√) di kolom lembar jawaban yang sudah disediakan sesuai dengan pernyataan yang mewakili keadaan Anda. Jawaban yang Anda berikan tidak ada yang benar ataupun salah.

- |                       |                              |
|-----------------------|------------------------------|
| 5. SS : Sangat Sesuai | 5. ATS: Agak Tidak Sesuai    |
| 6. S : Sesuai         | 6. TS : Tidak Sesuai         |
| 7. AS : Agak Sesuai   | 7. STS : Sangat Tidak Sesuai |
| 8. N : Netral         |                              |

No.	PERNYATAAN	STS	TS	ATS	N	AS	S	SS
1	Ada seseorang istimewa yang berada di sekitar saya ketika saya membutuhkan							
2	Ada seseorang istimewa dimana saya bisa berbagi suka dan duka							
3	Keluarga saya sering membantu saya							
4	Saya mendapat dukungan yang saya butuhkan dari keluarga							
5	Saya memiliki seseorang istimewa yang							

	memberikan kenyamanan							
6	Teman-teman saya berusaha untuk membantu saya							
7	Saya dapat mengandalkan teman-teman saya saat ada masalah							
8	Saya dapat menceritakan masalah saya kepada keluarga							
9	Saya memiliki teman yang bisa berbagi suka dan duka							
10	Ada seseorang yang istimewa dalam hidup yang peduli tentang perasaan saya							
11	Keluarga bersedia membantu saya untuk membuat keputusan							
12	Saya dapat menceritakan masalah kepada teman-teman saya							

## Bagian II

### Petunjuk Pengisian

Di bawah ini ada sejumlah pernyataan. Bacalah masing-masing pernyataan dengan teliti. Berilah tanda (√) di kolom lembar jawaban yang sudah disediakan sesuai dengan pernyataan yang mewakili keadaan Anda. Jawaban yang Anda berikan tidak ada yang benar ataupun salah.

1. Sangat Sesuai (SS) : Hal ini **sangat sesuai** dengan diri Anda dan pengalaman Anda dalam kehidupan sehari-hari
2. Sesuai (S) : Hal ini **sesuai** dengan diri Anda dan pengalaman Anda dalam kehidupan sehari-hari
3. Kurang Sesuai (KS) : Hal ini **kurang sesuai** dengan diri Anda dan pengalaman Anda dalam kehidupan sehari-hari
4. Tidak Sesuai (TS) : Hal ini **tidak sesuai** dengan diri Anda dan pengalaman Anda dalam kehidupan sehari-hari
5. Sangat Tidak Sesuai (STS) : Hal ini **sangat tidak sesuai** dengan diri Anda dan pengalaman Anda dalam kehidupan sehari-hari

No.	PERNYATAAN	STS	TS	KS	S	SS
1	Saya memiliki rasa keingintahuan yang tinggi					
2	Saya adalah orang yang suka mencoba hal-hal baru					
3	Saya gampang menyerah ketika suatu hal tidak berjalan dengan semestinya					
4	Saya ragu dengan kemampuan saya dalam memecahkan masalah					
5	Saya mudah terbawa perasaan					



6	Mudah bagi saya untuk memahami apa yang sedang saya pikirkan					
7	Ketika seseorang membuat saya marah, saya menunggu sampai saya sudah tenang untuk membicarakannya					
8	Saya berharap bahwa saya akan melakukan banyak hal dengan baik					
9	Kerja keras selalu membuahkan hasil					
10	Saya tidak suka tantangan baru					
11	Saya tidak memiliki rencana untuk pekerjaan dan keuangan saya					
12	Saya lebih suka melakukan banyak hal secara spontan daripada merencanakannya terlebih dahulu					
13	Saya melihat tantangan sebagai cara untuk belajar dan mengembangkan diri					
14	Ketika diminta untuk berpikir tentang masa depan, sulit bagi saya untuk membayangkan diri saya sebagai seseorang yang sukses					
15	Saya percaya dengan pepatah “lebih baik mencegah daripada mengobati”					
16	Dalam kebanyakan situasi, saya percaya saya baik dalam mengidentifikasi penyebab dari suatu masalah					
17	Saya percaya saya memiliki kemampuan yang baik dalam mengatasi masalah dan bertindak dengan baik terhadap tantangan yang ada					
18	Orang-orang terdekat saya mengatakan bahwa saya tidak memahami mereka					

19	Ketika menghadapi suatu situasi yang sulit, saya percaya diri bahwa semua akan berjalan dengan baik					
20	Menurut teman-teman saya, saya tidak mendengarkan apa yang mereka katakan					

**TERIMA KASIH ATAS PARTISIPASI ANDA**

## 7. Data Kasar (excel)

- Persepsi Dukungan Sosial

Responden	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	4	5	6	6	3	5	5	6	5	4	5	5
2	4	4	3	3	4	5	5	3	5	4	3	5
3	5	5	7	7	5	4	5	7	4	5	7	3
4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3
5	4	4	4	5	3	4	3	5	3	3	3	3
6	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4
7	7	7	5	4	6	5	5	4	3	6	4	4
8	5	5	4	4	5	6	5	4	6	5	4	6
9	5	4	4	6	4	3	4	5	4	4	5	3
10	6	4	7	5	4	2	2	3	3	4	3	3
11	4	5	5	5	1	5	5	5	5	1	5	5
12	4	3	5	5	1	5	5	5	5	1	5	5
13	4	4	4	3	3	4	4	5	4	3	5	4
14	4	5	5	5	4	6	5	5	5	4	6	4
15	4	4	3	5	3	7	5	3	7	6	7	4
16	4	4	5	6	4	5	3	3	4	5	3	4
17	6	6	2	2	7	7	4	3	6	5	3	3
18	4	4	5	5	3	4	4	5	4	4	5	5
19	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4
20	4	5	3	3	7	5	4	7	3	4	5	4
21	4	5	5	5	3	4	4	5	6	4	5	4
22	5	5	5	4	4	4	3	6	4	3	5	3
23	4	4	5	5	3	6	5	4	5	3	4	5
24	6	5	3	3	5	4	3	3	5	5	4	5
25	5	5	6	7	4	5	5	4	5	4	5	5
26	5	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	5
27	4	5	7	5	4	7	4	4	7	4	7	5
28	5	3	7	7	4	6	4	5	6	4	7	4
29	7	7	5	5	7	4	4	5	7	6	5	4
30	5	4	7	7	5	4	5	6	5	4	6	1
31	6	6	7	7	3	3	7	3	3	7	2	5
32	4	6	5	5	3	5	5	5	3	5	5	1
33	5	7	7	6	6	5	4	3	3	3	5	1
34	4	4	6	6	5	4	4	5	6	4	7	4
35	4	5	6	6	4	5	5	6	5	4	6	5
36	5	5	6	5	5	4	4	4	4	6	5	4
37	6	6	5	4	5	5	3	3	6	6	7	4
38	4	4	7	7	4	7	5	7	4	4	4	5
39	4	5	5	5	3	5	5	6	5	5	5	5
40	6	4	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5
41	4	5	6	5	5	4	4	5	6	4	5	4
42	6	6	5	5	5	5	5	5	5	5	3	3
43	4	4	5	6	4	6	5	6	5	4	6	5
44	4	4	6	7	4	5	5	6	5	4	6	4
45	5	5	5	6	6	5	5	4	5	5	5	4
46	7	6	7	7	7	5	6	4	4	4	7	1
47	5	4	6	6	4	5	5	6	5	4	6	5
48	6	6	7	7	6	4	5	6	4	6	7	2
49	7	6	7	7	5	4	3	7	2	5	7	1
50	5	6	6	5	4	5	5	5	6	4	5	5
51	6	6	6	6	5	6	6	5	6	5	5	4
52	6	7	7	5	5	3	4	6	5	6	5	5
53	6	6	6	6	3	5	5	5	5	4	6	5
54	6	5	5	6	4	5	5	6	5	6	5	4
55	4	4	7	7	5	7	6	7	7	4	4	7
56	4	4	5	5	5	6	5	7	7	5	5	5
57	7	6	6	4	5	5	6	5	7	4	3	5
58	6	5	5	4	5	6	5	6	5	5	5	6
59	6	6	6	6	6	6	5	5	4	6	4	4
60	6	5	6	4	6	5	5	5	6	6	5	6
61	5	6	6	6	5	5	5	6	5	5	5	6
62	5	4	7	7	5	5	6	7	5	5	6	4
63	5	7	5	6	7	4	6	6	6	7	6	4
64	4	5	7	6	4	7	7	7	6	5	6	6
65	6	6	5	5	6	6	6	4	7	6	4	6
66	5	5	6	6	5	6	5	6	6	5	6	6
67	5	6	7	7	5	5	4	7	5	5	7	4
68	5	5	6	6	5	6	6	6	5	5	6	6
69	4	5	7	6	5	7	7	7	6	5	6	6
70	5	6	7	6	6	6	5	5	6	6	5	5
71	6	6	6	6	6	5	5	6	5	6	6	5
72	5	6	6	6	6	7	6	5	6	7	4	5
73	5	5	6	7	5	6	5	6	7	5	6	6
74	7	7	7	7	6	5	4	7	6	5	7	3
75	6	5	6	5	6	5	7	5	6	6	6	6
76	6	6	4	7	6	6	6	6	6	6	5	7
77	6	6	7	7	6	5	5	6	6	6	7	4
78	7	5	7	7	5	5	5	7	6	6	6	5
79	7	7	7	7	7	4	4	5	6	7	4	6
80	6	6	5	6	7	6	6	6	5	7	6	5
81	7	6	7	5	7	5	4	7	4	7	7	6
82	7	7	7	7	5	5	7	2	7	7	4	7
83	4	5	7	7	7	7	7	7	7	5	7	7
84	7	6	7	7	6	7	5	6	6	7	7	5
85	7	7	7	7	7	7	4	7	7	7	7	5
86	5	5	7	7	5	7	7	7	7	5	7	7
87	6	6	6	7	6	7	7	7	7	6	7	7
88	7	7	7	7	7	6	6	7	6	7	7	5
89	6	7	7	7	6	7	5	7	7	6	7	7
90	6	6	7	7	6	7	7	7	7	7	6	7
91	7	7	7	7	6	7	7	7	7	7	7	7



## 8. Data Deskriptif

### Statistics

Duksos

N	Valid	91
	Missing	0
Mean		62.38
Median		62.00
Mode		60 <sup>a</sup>
Std. Deviation		8.979
Variance		80.617
Range		41
Minimum		42
Maximum		83
Sum		5677

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

### Statistics

Resiliensi

N	Valid	91
	Missing	0
Mean		76.55
Median		77.00
Mode		81
Std. Deviation		9.966
Variance		99.317
Range		44
Minimum		52
Maximum		96
Sum		6966

## 9. Hasil Uji Normalitas

### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Persepsi Dukungan Sosial	Resiliensi
N		91	91
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	62.38	76.55
	Std. Deviation	8.979	9.966
Most Extreme Differences	Absolute	.049	.068
	Positive	.043	.063
	Negative	-.049	-.068
Test Statistic		.049	.068
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>	.200 <sup>c,d</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

## 10. Hasil Uji Linearitas

### Curve Fit

Model Description		
Model Name		MOD_3
Dependent Variable	1	Resiliensi
Equation	1	Linear
Independent Variable		Persepsi Dukungan Sosial
Constant		Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots		Unspecified

### Case Processing Summary

	N
Total Cases	91
Excluded Cases <sup>a</sup>	0
Forecasted Cases	0
Newly Created Cases	0

a. Cases with a missing value in any variable are excluded from the analysis.

### Variable Processing Summary

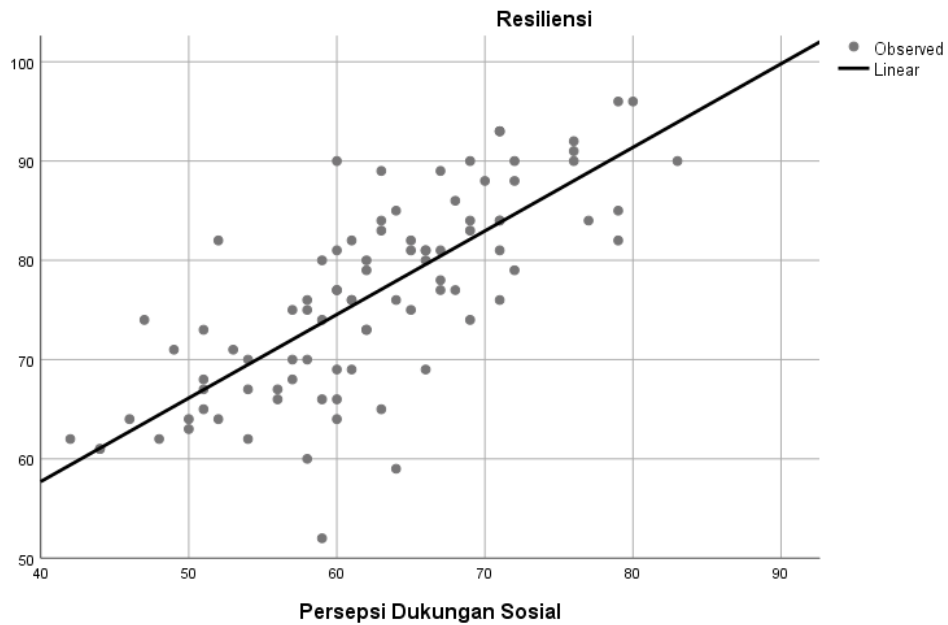
	Variables	
	Dependent	Independent
	Resiliensi	Persepsi Dukungan Sosial
Number of Positive Values	91	91
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
Number of Missing Values	User-Missing	0
	System-Missing	0

### Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable: Resiliensi

Equation	R Square	F	Model Summary			Sig.	Parameter Estimates	
			df1	df2			Constant	b1
Linear	.575	120.517	1	89	.000	24.034	.842	

The independent variable is Persepsi Dukungan Sosial.



### 11. Hasil Uji Korelasi

#### Correlations

		Persepsi Dukungan Sosial	Resiliensi
Persepsi Dukungan Sosial	Pearson Correlation	1	.758**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	91	91
Resiliensi	Pearson Correlation	.758**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	91	91

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).



### Riwayat Hidup Penulis



Nabila May Indrianti, lahir di Tangerang pada 23 Mei 1997 dari pasangan suami istri Bapak Khoirul Anwar dan Ibu Sunarti. Peneliti adalah anak pertama dari tiga bersaudara. Peneliti tinggal di Komplek Pajak Cipadu No. 73, Tangerang Selatan. Peneliti menempuh pendidikan di TK Tunas Mawar dari tahun 2001-2003. Selanjutnya peneliti melanjutkan pendidikan di SD Negeri 09 Duri Kosambi sampai kelas 4, kemudian pindah ke SD Negeri 08 Joglo. Kemudian peneliti melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 206 dari tahun 2009-2012. Selanjutnya peneliti melanjutkan pendidikan di SMA Negeri 63 Jakarta dari tahun 2012-2015. Pada tahun 2015, peneliti memulai pendidikannya pada perguruan tinggi Universitas Negeri Jakarta program studi Psikologi.