

**PENGARUH *OPENNESS* DAN REGULASI DIRI TERHADAP RESILIENSI
PADA REMAJA DENGAN ORANG TUA BERCERAI**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang untuk Memenuhi
Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1) Psikologi
(S.Psi)



**Iva Juliaviani
1907016129**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG**

2023

LEMBAR PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini

Judul : PENGARUH *OPENNESS* DAN REGULASI DIRI TERHADAP
RESILIENSI PADA REMAJA DENGAN ORANG TUA BERCERAI

Penulis : Iva Juliaviani

NIM : 1907016129

Jurusan : Psikologi

Telah diuji dalam sidang munaqosah oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu psikologi.

Semarang, 29 September 2023

DEWAN PENGUJI

Penguji I

Moh Arifin, S.Ag., M.Hum
NIP. 197110121997031002

Penguji II

Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si
NIP. 198002202016012901

Penguji III

Wening Wihartati, S.Psi., M.Si
NIP. 197711022006042004

Penguji IV

Lucky Ade Sessiani, M.Psi., Psikolog
NIP. 198512022019032010

Pembimbing I

Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si
NIP. 198002202016012901

Pembimbing II

Nadva Ariyani Hasanah N., M.Psi., Psikolog
NIP. 199201172019032019

PERSETUJUAN PEMBIMBING I



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Assalamu'alaikum. Wr. Wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah proposal skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : PENGARUH *OPENNESS* DAN REGULASI DIRI TERHADAP
RESILIENSI PADA REMAJA DENGAN ORANG TUA BERCERAI

Nama : Iva Juliaviani

NIM : 1907016129

Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. Wr. Wb.

Mengetahui
Pembimbing I,

Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si
NIP. 198002202016012901

Semarang, 24 Agustus 2023
Yang bersangkutan

Iva Juliaviani
NIM. 1907016129

PERSETUJUAN PEMBIMBING II



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Assalamu'alaikum. Wr. Wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah proposal skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : PENGARUH *OPENNESS* DAN REGULASI DIRI TERHADAP
RESILIENSI PADA REMAJA DENGAN ORANG TUA BERCERAI

Nama : Iva Juliaviani

NIM : 1907016129

Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. Wr. Wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Nadya Ariyani Hasanah N., M.Psi., Psikolog
NIP. 199201172019032018

Semarang, 24 Agustus 2023
Yang bersangkutan

Iva Juliaviani
NIM. 1907016129

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Iva Juliaviani

NIM : 1907016129

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

“Pengaruh *Openness* dan Regulasi Diri terhadap Resiliensi pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai”

Secara keseluruhan merupakan hasil penelitian/karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Karya ini sepanjang sepengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis pada bagian tertentu yang dirujuk sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, 4 September 2023



Iva Juliaviani
NIM. 1907016129

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat, ridha, dan pertolongan-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada junjungan kami Nabi Muhammad SAW yang kami nantikan syafa'atnya di yaumul qiyamah kelak.

Skripsi yang berjudul “Pengaruh *Openness* dan Regulasi Diri terhadap Resiliensi pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai” ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana (S1) dalam ilmu Psikologi (S.Psi) Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Penelitian ini tentu memiliki kendala dan terdapat kekurangan dalam proses dan penyusunan laporan skripsi, namun penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini karena adanya bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan secara langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai. Secara khusus saya sampaikan terima kasih kepada:

1. Allah SWT, atas segala rahmat yang telah dilimpahkan sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Prof. Dr. KH. Imam Taufiq, M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

3. Prof. Dr. Syamsul Ma'arif, M. Ag, selaku dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan beserta jajarannya.
4. Ibu Wening Wihartati, S. Psi., M. Si, selaku ketua Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
5. Ibu Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si, selaku pembimbing I yang telah berkenan mendampingi, membimbing, dan mengarahkan penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Nadya Ariyani Hasanah Nuriyyatiningrum, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku dosen pembimbing II sekaligus selaku dosen wali yang telah berkenan untuk mendampingi, membimbing, dan mengarahkan penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh dosen beserta staf Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah memberikan ilmu, pengetahuan, dan pengalaman kepada penulis.
8. Seluruh teman-teman seperjuangan psikologi angkatan 2019 khususnya kelas Psikologi D yang telah kebersamai selama masa perkuliahan.
9. Kepada seluruh anggota grup *facebook Broken Home* yang telah berpartisipasi dan berkenan untuk menjadi responden dalam penelitian ini.

Penulis mengakui bahwa penelitian ini masih terdapat banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Meskipun demikian, penulis berharap penelitian ini dapat memberikan sumbangan serta manfaat bagi siapapun yang membaca.

Semarang, 4 September 2023



Iva Juliaviani
NIM. 1907016129

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua tercinta, Bapak Edi Hariyanto dan Ibu Endang Sri Listyowati.
Terima kasih untuk doa, dukungan secara finansial maupun moril, dan kasih sayang yang telah diberikan kepada penulis. Kesabaran kedua orang tua untuk menanti terselesaikannya perkuliahan penulis dengan senantiasa memberikan semangat.
2. Kakek dan Nenek tersayang. Alm. Bapak Kundari dan Almh. Ibu Arti, yang telah merawat penulis dan adik penulis sejak masih usia anak-anak hingga beliau wafat.
Terima kasih untuk doa, perhatian, kasih sayang, semangat, dan nasihat kehidupan yang telah diberikan selama merawat kami. Selain itu, untuk nenek penulis lainnya, yaitu Ibu Nyami yang senantiasa memberikan doa dan dukungan untuk penulis.
3. Diri saya sendiri, Iva Juliaviani yang telah berusaha dan bertahan untuk menghadapi berbagai hal yang terjadi. Terima kasih untuk semua hal yang telah berhasil dilalui sampai hari ini.
4. Adik-adik penulis, yaitu Risky Dwi Pamungkas, Keisha Faradisa Vinourra, dan Narendra Izza Athar. Terima kasih untuk doa, semangat, dan perilaku gemar mengapresiasi pencapaian-pencapaian kecil yang penulis lakukan.
5. Wali dosen penulis yang sangat suportif, Ibu Nadya Ariyani Hasanah Nuriyyatiningrum, M.Psi., Psikolog. Terima kasih telah memberikan banyak *insight*, semangat, bimbingan, dan pelajaran hidup yang bermakna bagi penulis selama masa perkuliahan.

6. Teman baik penulis, Nurul Aisah, Nabila Rizki Maharani, Vera Sulistyana Devi Cristyani, Dini Lusiyah, Batrisya Sania Firzana, Wida Setiyaningrum, Muhammad Syarif Hidayatullah, dan Muhammad Zaenal Abidin yang telah memberikan dukungan dan semangat selama penulis menjalani masa perkuliahan.
7. Semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat penulis sebut satu persatu.

Semoga seluruh pihak yang ikut berkontribusi dalam penyusunan skripsi ini selalu dilimpahi kebaikan dan senantiasa dalam perlindungan Allah SWT.

Semarang, 4 September 2023



Iva Juliaviani
NIM. 1907016129

MOTTO

“Usaha dan doa tergantung pada cita-cita. Manusia tiada memperoleh selain apa yang telah diusahakannya.”

- Jalaluddin Rumi-

وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَىٰ

“Dan bahwa manusia hanya memperoleh apa yang telah diusahakannya”

(QS An-Najm ayat 39)

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	I
PERSETUJUAN PEMBIMBING I	II
PERSETUJUAN PEMBIMBING II	III
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	IV
PERSEMBAHAN	VIII
MOTTO	X
DAFTAR ISI	XI
DAFTAR TABEL	XIV
DAFTAR GAMBAR	XV
DAFTAR LAMPIRAN	XVI
ABSTRAK	XVII
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	11
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	11
D. Penelitian Terdahulu	13
BAB II LANDASAN TEORI	17
A. Resiliensi	17
1. Pengertian Resiliensi	17
2. Aspek Resiliensi	18
3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Resiliensi.....	22
4. Ciri-ciri Individu yang Memiliki Resiliensi	26
5. Resiliensi dalam Perspektif Islam	28
B. <i>Openness</i>	30
1. Pengertian <i>Openness</i>	30
2. Aspek-aspek <i>Openness</i>	32
3. Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Openness</i>	34
4. <i>Openness</i> dalam Perspektif Islam.....	37

C.	Regulasi Diri	39
1.	Pengertian Regulasi Diri	39
2.	Aspek-aspek Regulasi Diri	41
3.	Faktor-faktor yang Memengaruhi Regulasi Diri	43
4.	Regulasi Diri dalam Perspektif Islam.....	44
D.	Remaja.....	47
1.	Pengertian Remaja.....	47
2.	Tugas Perkembangan Remaja	48
3.	Dampak Perceraian Orang Tua bagi Remaja	49
E.	Pengaruh <i>Openness</i> dan Regulasi Diri terhadap Resiliensi	51
F.	Hipotesis.....	56
BAB III METODE PENELITIAN		57
A.	Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	57
B.	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	58
C.	Tempat dan Waktu Penelitian	60
D.	Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	60
E.	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	68
F.	Hasil Uji Coba Validitas dan Reliabilitas	70
G.	Hasil Uji Reliabilitas	75
H.	Teknik Analisis Data	76
1.	Uji Asumsi Klasik	76
2.	Uji Hipotesis.....	78
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		80
A.	Hasil Penelitian	80
1.	Deskripsi Subjek Penelitian.....	80
2.	Kategorisasi Variabel Penelitian	81
B.	Hasil Analisis Data.....	84
1.	Uji Asumsi.....	84
2.	Uji Hipotesis.....	88
C.	Pembahasan.....	91

BAB V PENUTUP	99
A. Kesimpulan	99
B. Saran.....	100
DAFTAR PUSTAKA	102
LAMPIRAN	108

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skoring Skala	63
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala Resiliensi	64
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Skala <i>Openness</i>	66
Tabel 3.4 <i>Blueprint</i> Skala Regulasi Diri	67
Tabel 3.5 <i>Blueprint</i> Skala Resiliensi setelah Uji Coba Skala	71
Tabel 3.6 <i>Blueprint</i> Skala <i>Openness</i> setelah Uji Coba Skala.....	73
Tabel 3.7 <i>Blueprint</i> Skala Regulasi Diri setelah Uji Coba Skala.....	74
Tabel 3.8 Reliabilitas Skala Resiliensi saat Aitem Gugur	75
Tabel 3.9 Reliabilitas Skala Resiliensi setelah Aitem Gugur	75
Tabel 3.10 Reliabilitas Skala <i>Openness</i> saat Aitem Gugur.....	75
Tabel 3.11 Reliabilitas Skala <i>Openness</i> setelah Aitem Gugur.....	75
Tabel 3.12 Reliabilitas Skala Regulasi Diri saat Aitem Gugur.....	76
Tabel 3.13 Reliabilitas Skala Regulasi Diri setelah Aitem Gugur.....	76
Tabel 4. 1 Deskripsi Data Variabel Penelitian	81
Tabel 4. 2 Rentang Skor Kategorisasi Variabel Resiliensi	82
Tabel 4. 3 Kategorisasi Skor Variabel Resiliensi.....	82
Tabel 4. 4 Rentang Skor Kategori Skor Variabel <i>Openness</i>	83
Tabel 4. 5 Kategorisasi Skor Variabel <i>Openness</i>	83
Tabel 4. 6 Kategori Skor Variabel Regulasi Diri.....	83
Tabel 4. 7 Kategorisasi Skor Variabel Regulasi Diri.....	84
Tabel 4. 8 Uji Normalitas.....	85
Tabel 4. 9 Uji Linieritas <i>Openness</i> dan Resiliensi	86
Tabel 4. 10 Uji Linieritas Regulasi Diri dan Resiliensi	87
Tabel 4. 11 Uji Multikolinearitas <i>Openness</i> dan Regulasi Diri	88
Tabel 4. 12 Uji Regresi Linier Berganda	88
Tabel 4. 13 Uji ANOVA	89
Tabel 4. 14 Uji Hipotesis Secara Pengaruh Parsial.....	89

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	55
Gambar 4. 1 Data Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	80
Gambar 4. 2 Data Subjek Penelitian Berdasarkan Usia.....	81

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Uji Coba	108
Lampiran 2 Hasil Uji Validitas	113
Lampiran 3 Skala Penelitian	117
Lampiran 4 Skor Responden.....	123
Lampiran 5 Surat Izin Riset	126
Lampiran 6 Daftar Riwayat Hidup.....	127

PENGARUH *OPENNESS* DAN REGULASI DIRI TERHADAP RESILIENSI PADA REMAJA DENGAN ORANG TUA BERCERAI

Iva Juliaviani
Program Studi Psikologi
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

ABSTRAK

Resiliensi merupakan kemampuan penting yang perlu dimiliki oleh setiap individu dalam menghadapi berbagai situasi menekan, khususnya bagi remaja yang memiliki orang tua bercerai sehingga dapat beradaptasi dan mampu bangkit dari permasalahan yang dihadapi. Upaya untuk bangkit dari kesulitan memerlukan adanya pikiran individu yang terbuka dalam merespon permasalahan dan mampu menyesuaikan diri dengan situasi maupun ide baru di sekitarnya yang merupakan ciri dari faktor kepribadian *openness* pada diri individu. Selain itu, pengelolaan pikiran, perasaan, dan mengarahkan perilaku individu dalam mencapai tujuan yang dimiliki dan dapat diterima di lingkungan sosialnya terbentuk dalam regulasi diri yang baik juga mendukung individu agar mampu bangkit dari situasi menekan. Berdasarkan hasil pra riset yang dilakukan oleh peneliti pada remaja yang memiliki orang tua bercerai di grup *facebook broken home* menunjukkan bahwa masih tergolong kurang. Remaja yang tidak mampu bangkit dari situasi sulit yang dihadapi, maka akan memengaruhi kehidupan remaja tersebut pada masa mendatang.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh *openness* dan regulasi diri terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Populasi pada penelitian ini tidak terbatas (*infinite*) dengan jumlah sampel sebanyak 101 remaja yang memiliki orang tua bercerai di grup *facebook broken home* yang didasarkan pada rumus Lemeshow. Teknik sampling pada penelitian ini menggunakan *purposive random sampling*. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan metode kuantitatif dengan jenis penelitian survei. Analisis data dilakukan dengan metode regresi linier berganda.

Hasil uji regresi linier meliputi terdapat pengaruh *openness* terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai dengan signifikansi 0,016 dan sumbangan efektif sebesar 0,562 atau 56,2%. Terdapat pengaruh regulasi diri terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai dengan nilai signifikansi 0,000 dan sumbangan efektif sebesar 0,702 atau 70,2%. Terdapat pengaruh *openness* dan regulasi diri terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai dengan nilai signifikansi 0,000 dan sumbangan efektif sebesar 0,592 atau 59,2%.

Kata Kunci: Resiliensi, *Openness*, dan Regulasi Diri

THE EFFECT OF OPENNESS AND SELF-REGULATION ON RESILIENCE IN ADOLESCENTS WITH DIVORCE PARENTS

ABSTRACT

Resilience is an important ability that every individual needs to have in facing various stressful situations, especially for teenagers whose parents are divorced so that they can adapt and be able to recover from the problems they face. Efforts to recover from difficulties require an individual's mind to be open in responding to problems and able to adapt to new situations and ideas around them, which is a characteristic of the individual's openness personality factor. Apart from that, managing thoughts, feelings, and directing individual behavior in achieving goals that are owned and accepted in the social environment is formed in good self-regulation and also supports individuals to be able to recover from stressful situations. Based on the results of pre-research conducted by researchers on teenagers who have divorced parents in the broken home Facebook group, it shows that it is still relatively lacking. Adolescents who are unable to recover from the difficult situations they face will affect the lives of these adolescents in the future.

This study aims to examine the influence of openness and self-regulation on resilience in adolescents with divorced parents. The population in this study is unlimited (infinite) with a sample size of 101 teenagers who have divorced parents in the broken home Facebook group which is based on the Lemeshow formula. The sampling technique in this research used purposive random sampling. This research method uses a quantitative method approach with a survey research type. Data analysis was carried out using the multiple linear regression method.

The results of the linear regression test include that there is an influence of openness on resilience in adolescents with divorced parents with a significance of 0.016 and an effective contribution of 0.562 or 56.2%. There is an influence of self-regulation on resilience in adolescents with divorced parents with a significance value of 0.000 and an effective contribution of 0.702 or 70.2%. There is an influence of openness and self-regulation on resilience in adolescents with divorced parents with a significance value of 0.000 and an effective contribution of 0.592 or 59.2%.

Keywords: *Resilience, Openness, and Self-Regulation*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap individu memiliki kesulitan yang berbeda-beda dalam kehidupannya. Kesulitan tersebut dapat berupa kemiskinan, tunawisma, bencana alam, penyakit fisik, kekerasan, ketidakutuhan orang tua, dan sebagainya (Herrman dkk., 2011: 259). Perceraian orang tua menjadi salah satu permasalahan yang muncul dalam kehidupan beberapa individu. Keluarga memiliki peran sebagai lingkup pertama dan utama bagi individu agar dapat berinteraksi sosial dan memahami berbagai perilaku yang dilakukan oleh orang lain. Sepanjang perjalanan kehidupan dalam berkeluarga dapat ditemukan kekurangan dan problematika (Mubarok, 2016: 14). Dalam ketidakharmonisan keluarga yang berlangsung lama dapat mengakibatkan terjadi perceraian.

Perceraian merupakan berakhirnya hubungan antara suami dan istri yang diputuskan oleh hukum atau agama (talak) yang dikarenakan hilangnya hak dan kewajiban, tidak adanya ketertarikan dan saling percaya, serta tidak adanya kecocokan satu sama lain sehingga menyebabkan ketidakharmonisan dalam rumah tangga (Untari dkk., 2018: 100). Perceraian masih menjadi kasus yang banyak terjadi di Indonesia. Berdasarkan *website* Direktori Putusan Mahkamah Agung Republik Indonesia, sepanjang tahun 2016 sampai tahun 2018 terdapat 1.238.133

putusan perceraian. Sedangkan sepanjang tahun 2019 sampai tahun 2021 terdapat 1.489.205 putusan perceraian. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat kenaikan sebesar 16,9 %. Sedangkan pada tahun 2022, terdapat 449.662 putusan perceraian, sehingga rata-rata putusan perceraian per bulan sebesar 37.472.

Perceraian dapat memberikan dampak bagi kehidupan semua anggota keluarga. Menurut Aryadelina dan Laksmiwati (2019) keluarga yang mengalami perceraian dapat menyebabkan kerugian bagi banyak pihak, khususnya pada anak. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hetherington (dalam Ulfiah, 2016: 130) menyimpulkan bahwa kasus perceraian dapat menimbulkan trauma pada setiap tingkatan usia anak, meskipun dengan kadar yang berbeda. Hal ini menunjukkan bahwa masa remaja termasuk pula sebagai individu yang mengalami dampak perceraian orang tua. Menurut Hurlock (dalam Hikmah, 2015: 233) masa remaja adalah masa transisi yang menjadi penghubung antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, sehingga pada masa ini berkaitan dengan persiapan bagi individu sebelum memasuki peran-peran orang dewasa. Di mana pada masa remaja, individu akan berproses untuk mencapai kematangan, baik secara fisik, emosi, mental, maupun sosial.

Remaja yang memiliki orang tua bercerai membutuhkan adanya kemampuan untuk menghadapi situasi sulit sebagai akibat perceraian orang tua. Dalam psikologi kemampuan ini dikenal dengan istilah resiliensi. Menurut Connor dan Davidson (2003: 76) resiliensi merupakan kualitas kemampuan diri individu

dalam menghadapi kesulitan. Resiliensi dapat menggambarkan kualitas individu untuk tumbuh dan berkembang ketika menghadapi kesulitan (Kurniawan & Noviza, 2017: 128). Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi mencerminkan ketangguhan dan kekuatan individu untuk bangkit melalui cara yang sehat dan produktif dari pengalaman emosional negatif ketika mengalami kondisi sulit.

Menurut Reivich dan Shatte (dalam Suryadi, 2018: 5) mengemukakan bahwa resiliensi memiliki peran yang penting bagi individu. Individu akan dapat melalui situasi sulit dan masalah menekan yang sulit dihindari dengan adanya resiliensi (*overcoming*). Individu yang memiliki resiliensi dapat memunculkan keyakinan terhadap kemampuannya untuk mengendalikan diri dalam menghadapi permasalahan (*steering through*). Resiliensi juga dapat membantu individu untuk bangkit dari keterpurukan yang dialami dan berusaha menemukan solusi sehingga dapat mengatasi permasalahan tersebut (*bouncing back*). Resiliensi juga dapat membantu individu untuk menemukan makna dari permasalahan yang dihadapi dan mencari tujuan baru yang ingin dicapai (*reaching out*). Melalui adanya resiliensi pada diri individu, dapat mendorong individu untuk berhasil melewati permasalahan yang dihadapi. Oleh karena itu, melalui adanya resiliensi pada diri remaja yang memiliki orang tua bercerai dapat membantu individu untuk menghadapi dampak perceraian orang tua, sehingga dapat melalui situasi yang menekan tersebut.

Menurut Connor dan Davidson (dalam Octaryani & Baidun, 2018: 45) aspek resiliensi terdiri dari lima aspek. Pertama, *personal competence, high standard, and tenacity* (kompetensi personal; standar yang tinggi dan keuletan). Kedua, *trust in one's instincts, tolerance of negative affect, and strengthening effect of stress* (percaya pada insting, memiliki toleransi pada emosi negatif, dan tegar dalam menghadapi stres) Ketiga, *positive acceptance of change and secure relationship* (penerimaan yang positif terhadap perubahan dan menjalin hubungan yang aman dengan orang lain). Keempat, *control and factor* (kontrol dan faktor). Kelima, *spiritual influences* (spiritualitas).

Dari hasil pra riset yang didasarkan pada aspek resiliensi menurut Connor dan Davidson (dalam Octaryani & Baidun, 2018: 45) pada tanggal 7 sampai 13 Desember 2022 yang dilakukan kepada enam remaja yang memiliki orang tua bercerai memperoleh beberapa informasi. Subjek pra riset mengemukakan bahwa mereka pernah merasa tidak yakin dapat melewati masalah yang dihadapi dan tidak jarang merasa ingin menyerah ketika masalah bertambah terus menerus dan masalah yang dialami adalah masalah yang besar. Bahkan terdapat pula perasaan lelah dalam menghadapi permasalahannya. Hal ini berkaitan dengan aspek pertama resiliensi yaitu *personal competence, high standard, and tenacity* (kompetensi personal, standar yang tinggi, dan keuletan).

Subjek pra riset mengemukakan bahwa masalah menjadi hal yang menyebabkan pikiran menjadi kacau, stres, dan rumit untuk diselesaikan.

Perpisahan orang tua menjadi salah satu permasalahan yang membebani bagi diri mereka. Hal ini berkaitan dengan aspek kedua resiliensi yaitu *trust in one's instincts, tolerance of negative affect, and strengthening effect of stress* (percaya pada insting, memiliki toleransi pada emosi negatif, dan tegar dalam menghadapi stres).

Subjek pra riset merasa bahwa masalah adalah hal buruk dalam kehidupan mereka. Sebab terkadang masalah dapat menyebabkan frustrasi dan bertentangan dengan apa yang mereka harapkan. Subjek pra riset akan lebih sering melamun dan merasa hampa ketika menghadapi permasalahan. Hal ini menunjukkan bahwa adanya kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial dan banyak menghabiskan waktu sendiri ketika mengalami emosi negatif yaitu bersedih. Hal ini berkaitan dengan aspek ketiga resiliensi yaitu *positive acceptance of change and secure relationship* (penerimaan yang positif terhadap perubahan dan menjalin hubungan yang aman dengan orang lain).

Subjek pra riset merasa sedih ketika menghadapi permasalahan dan memikirkan bahwa hidupnya kurang beruntung karena perpisahan orang tuanya. Hal yang dapat dilakukan ketika mengalami masalah adalah dengan menangis, bahkan marah hingga menjadi lebih sensitif. Perasaan negatif tersebut dapat membuat kehilangan konsentrasi dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Hal ini berkaitan dengan aspek keempat resiliensi yaitu *control and factor* (kontrol dan faktor).

Masalah dipandang sebagai ujian dari Tuhan bagi manusia. Walaupun pernah merasa ragu, subjek pra riset merasa yakin bahwa Tuhan akan memberikan kekuatan untuk melewati masalah yang dihadapi. Selain itu, dengan meminta bantuan kepada Tuhan dengan berdoa dan berserah diri dapat membantunya untuk menyelesaikan permasalahan. Hal ini berkaitan dengan aspek kelima resiliensi yaitu *spiritual influences* (pengaruh spiritualitas).

Berdasarkan pemaparan hasil pra riset di atas, disimpulkan bahwa resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai masih tergolong kurang. Remaja yang tidak mampu bangkit dari situasi sulit yang dihadapi, maka akan memengaruhi kehidupan remaja tersebut pada masa mendatang. Hal ini dikarenakan terjadinya perceraian dapat membuat remaja mengalami berbagai masalah secara psikologis, di mana salah satu permasalahan psikologis yang termasuk dalam kategori besar adalah kegagalan dalam memenuhi tugas perkembangan (Ismiati, 2018: 9). Dengan demikian dapat menjadi hal buruk ketika remaja tidak dapat memenuhi tugas perkembangannya karena dampak perceraian orang tua. Tugas perkembangan remaja untuk memperoleh perangkat nilai-nilai kehidupan, mengembangkan kemampuan secara mandiri baik secara emosional maupun ekonomi, dan mencapai nilai-nilai kedewasaan memerlukan peran lingkungan, khususnya orang tua. Remaja yang orang tuanya mengalami perceraian tidak dapat memperoleh peran orang tua secara optimal segala kebutuhan afeksi, emosional, dan finansial (Detta & Abdullah, 2017: 73). Menurut Hikmah (2015: 215) jika tugas perkembangan

tidak terpenuhi dengan baik, maka akan terjadi hambatan dan kegagalan dalam menjalani tahapan perkembangan selanjutnya, yaitu masa dewasa.

Resiliensi bukanlah kemampuan yang dimiliki individu secara tiba-tiba atau sifat yang dibawa sejak lahir, melainkan terdapat dorongan yang membuat individu dapat bangkit dari kesulitan atau keterpurukan yang dihadapi. Dorongan dari dalam diri individu dapat berupa karakteristik kepribadian. Resiliensi dapat dipengaruhi oleh karakteristik individu untuk menentukan bagaimana individu dapat menyelesaikan permasalahannya (Nashori & Saputro, 2021: 65). Jika merujuk pada teori kepribadian yaitu *Big Five Personality* (BFP) menurut Costa dan McCrae (Balgies, 2018: 37) terdapat salah satu kepribadian yaitu *openness*. *Openness* dapat mendukung remaja dengan orang tua bercerai berpikir dan merasakan situasi yang dialami secara lebih terbuka. Oleh karena itu, *openness* dapat mendukung remaja untuk lebih berusaha bangkit dari kesulitan yang terjadi dalam kehidupannya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Aryadelina dan Laksmiwati (dalam Hermansyah & Hadjam, 2020: 54) menunjukkan bahwa setelah mengalami perceraian orang tua, remaja akan melalui tahap *succumbing* (menyerah) yang dikarenakan situasi sulit. Selanjutnya, remaja akan mengalami *survival* dengan adanya faktor eksternal dari orang tua dan orang-orang terdekat. Lalu masuk ke tahap *recovery*, melalui peran keluarga dan penerimaan terhadap situasi sulit sebagai peran internal dari sendiri sehingga memandang situasi sulit dengan perspektif yang positif. Selanjutnya tahap *recovery*, individu akan mulai menerima

situasi sulit yang dihadapi dari faktor eksternal meliputi peran keluarga dan faktor internal meliputi keyakinan yang berasal dari dalam diri individu dan memandang situasi sulit dari sudut pandang yang lebih positif. Remaja melalui proses menerima terlebih dahulu sebelum dapat bangkit dari keterpurukan atas dampak perceraian orang tua. Hal ini dapat didukung oleh sikap terbuka individu terhadap pengalaman hidupnya. Adapun hal tersebut sesuai dengan ciri spesifik yang terdapat pada kepribadian *openness* yang ditandai dengan sikap yang mudah bertoleransi, kreatif, fokus, mampu menyerap informasi, memiliki kecenderungan dalam menyelesaikan masalah dengan lebih mudah karena terbuka terhadap pengalaman baru, serta adanya kemampuan untuk waspada terhadap berbagai perasaan, pemikiran, dan impulsivitas (Nashori & Saputro, 2021: 66). Karakter *explorer* pada diri individu dapat memengaruhi kemauannya untuk memunculkan perspektif yang berbeda terhadap segala aspek kehidupan (Ghufroon & Risnawita, 2010: 140). Selain itu, berdasarkan *literature review* yang dilakukan oleh Mustikasari (2019) menunjukkan adanya kestabilan pada faktor *extraversion* dan *neuroticism* dalam kaitannya terhadap resiliensi yang terdapat pada tujuh artikel jurnal penelitian yang meneliti tentang lima faktor kepribadian terhadap resiliensi. Peneliti juga memberikan saran untuk adanya penelitian terhadap faktor *openness* dalam memengaruhi resiliensi.

Resiliensi dapat tercapai dengan adanya integrasi yang baik antara perasaan pikiran, dan tindakan sebagai respon dalam menghadapi situasi sulit. Adapun

dalam psikologi, hal ini disebut dengan istilah regulasi diri. Menurut Husna dkk., (2014) regulasi diri merupakan proses penyesuaian yang bersifat mengoreksi diri sendiri, yang dibutuhkan untuk menjaga seseorang tetap berada pada jalur menuju tujuan dan penyesuaian tersebut berasal dari dalam diri sendiri. Remaja dengan orang tua bercerai dapat bangkit dari kesulitan dan situasi menekan dengan memerlukan adanya pemikiran yang matang dengan mengoreksi dampak yang ditimbulkan kepada dirinya sendiri jika individu tersebut merespon secara negatif atas permasalahan yang dihadapi. Remaja yang dapat mengelola dirinya akan mendorong perasaan dan pikiran agar tidak dikuasai oleh dorongan impulsif yang dapat memunculkan perilaku yang merugikan atau menyimpang, sehingga dapat menempatkan diri sesuai dengan situasi yang dihadapi.

Menurut Yasdar dan Mulyadi (2018) regulasi diri juga berkaitan dengan motivasi secara intrinsik dan strategi untuk melakukan suatu hal. Individu yang semakin banyak mengelola emosinya, pikiran serta tindakannya melalui regulasi diri yang dimiliki, maka akan membuatnya lebih produktif dan terarah. Remaja dengan orang tua bercerai perlu memiliki pemikiran dan sudut pandang yang lebih positif dalam memaknai perceraian orang tuanya. Selain itu, individu dapat secara sadar untuk menciptakan strategi dan mengarahkan perilakunya untuk mencapai tujuannya, yaitu melanjutkan kehidupannya sekalipun mengalami dampak perceraian orang tua mereka melalui resiliensi. Hal ini selaras dengan apa yang dikemukakan oleh Zimmerman (dalam Pratiwi & Wahyuni, 2019) bahwa regulasi

diri didasarkan pada serangkaian proses belajar yang terjadi karena pengaruh dari pemikiran, perasaan, strategi, dan perilaku sendiri yang berorientasi pada pencapaian tujuan. Adanya regulasi diri pada remaja dengan orang tua bercerai, dapat mengarahkan dirinya untuk mencapai tujuan yang diinginkan pada masa mendatang. Hal ini dilakukan dengan menggunakan perasaan, pikiran, dan perilakunya secara positif melalui proses belajar dalam upaya bangkit dari keterpurukan yang dialami.

Berdasarkan latar belakang di atas, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui bahwa dalam resiliensi pada kehidupan setiap individu untuk melewati kesulitan yang dihadapi, sehingga tetap menjaga tercapainya tugas perkembangan pada masa remaja. Hal ini diperlukan individu yang bersedia berpikir secara terbuka, mampu menyesuaikan diri dengan situasi maupun ide baru di sekitarnya, serta dapat berpikir secara mendalam, di mana hal tersebut identic dengan faktor kepribadian *openness*. Selain itu, pengelolaan pikiran, perasaan, dan mengarahkan perilaku individu dalam mencapai tujuan yang dimiliki dan dapat diterima di lingkungan sosialnya terbentuk dalam regulasi diri yang baik. Hal ini dapat mendukung individu dalam merespon kesulitan yang dihadapi dengan bijak dan berupaya untuk berhasil melewati kesulitan tersebut. Oleh karena itu, peneliti melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh *Openness* dan Regulasi Diri terhadap Resiliensi pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat pengaruh *openness* terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai?
2. Apakah terdapat pengaruh regulasi diri terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai?
3. Apakah terdapat pengaruh *openness* dan regulasi diri terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan

Adapun tujuan dari penelitian ini sebagai berikut:

- a. Untuk menguji secara empiris pengaruh *openness* terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai.
- b. Untuk menguji secara empiris pengaruh regulasi diri terhadap resiliensi diri pada remaja dengan orang tua bercerai.
- c. Untuk menguji secara empiris pengaruh *openness* dan regulasi diri terhadap remaja dengan orang tua bercerai.

2. Manfaat

Ada beberapa manfaat yang akan didapat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

Manfaat dari penelitian ini sebagai bahan untuk mengembangkan konsep-konsep ilmu pengetahuan dan diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang ilmu psikologi.

b. Manfaat Praktis

1.) Bagi Remaja dengan Orang Tua Bercerai

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan pada anggota komunitas mengenai resiliensi dalam menghadapi perceraian orang tua. Sebab dengan adanya resiliensi akan memengaruhi remaja untuk bangkit dari kesulitan yang dihadapi dari dampak perceraian orang tua, sehingga remaja dapat tetap menghadapi kehidupannya dengan lebih baik dan bijak serta mampu memenuhi tugas perkembangannya melalui adanya kepribadian *openness* pada diri remaja dan kemampuan regulasi diri yang baik.

2.) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk memperoleh data bagi peneliti selanjutnya terutama mengenai *openness* dan regulasi diri dalam memengaruhi resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai.

D. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan kajian pustaka yang telah peneliti lakukan bertujuan agar menghindari pengulangan hasil penelitian maupun plagiarisme seperti skripsi atau jurnal penelitian, maka peneliti akan memaparkan mengenai hubungan antara permasalahan yang akan diteliti dengan beberapa penelitian sebelumnya yang memiliki keterkaitan secara konseptual.

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Cahyani dan Rahmasari (2018) dengan judul “Resiliensi pada Remaja Awal yang Orangtuanya Bercerai”. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan melibatkan 3 partisipan. Dari hasil penelitian dikemukakan bahwa setiap partisipan memiliki karakteristik resilien yang berbeda berdasarkan karakteristik motivasional, kemampuan kognitif, dan karakteristik spiritual yang diperoleh melalui dukungan keluarga selama mencapai kondisi resiliensi. Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Bukhori, dkk. (2017) yang berjudul “*The Effect of Spirituality and Social Support from the Family toward Final Semester University Students’ Resilience*”. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan 241 mahasiswa semester akhir (XIII, IX, XI) UIN Walisongo Semarang sebagai subjek penelitian.

Penelitian tersebut menunjukkan hasil adanya pengaruh yang signifikan positif spiritualitas dan dukungan sosial terhadap resiliensi pada mahasiswa semester akhir.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Nuriyyatiningrum, dkk. (2020) dengan judul “*Psychoeducational Support Group to the Resilience of Caregivers of Chronic Kidney Disease Patients Undergoing Hemodialysis*”. Berdasarkan hasil data primer kualitatif disimpulkan bahwa *psychoeducational support group* memberikan efek positif pada peningkatan resiliensi para *caregiver*. Secara lebih lanjut, penelitian ini menyimpulkan bahwa *psychoeducational support group* meningkatkan secara signifikan persepsi terhadap kemampuan merawat dan menurunkan tingkat kesulitan merawat pasien. Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Siregar, dkk. (2022) dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Regulasi Diri Belajar terhadap Resiliensi pada Siswa SMA Tunas Harapan Mandiri Rantau Prapat”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan melibatkan 166 siswa. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa ada pengaruh yang signifikan positif antara dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi.

Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Kharirah dan Saloom (2022) yang berjudul “Resiliensi pada Karyawan PHK di Masa Pandemi Covid-19”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan melibatkan 206 karyawan PHK di Jabodetabek. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat lima variabel yang berpengaruh signifikan terhadap resiliensi, yaitu *extraversion*, *consciousness*,

openness to experience, family, dan friend. Sementara empat variabel lainnya, yaitu jenis kelamin *neuroticism, agreeableness* dan *significant other* tidak berpengaruh signifikan terhadap resiliensi. Keenam, penelitian yang dilakukan oleh Suprpto (2020) dengan judul “Pengaruh Religiusitas terhadap Resiliensi pada Santri Pondok Pesantren.” Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan melibatkan 221 responden yang merupakan seorang santri dengan jenjang pendidikan SMP dan SMA. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh positif dan signifikan religiusitas terhadap resiliensi. Ketujuh, penelitian yang dilakukan oleh Saichu dan Listiyandini (2018) dengan judul “Pengaruh Dukungan Keluarga dan Pasangan terhadap Resiliensi Ibu yang Memiliki Anak dengan Spektrum Autisme”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan melibatkan 103 ibu yang berusia 21 sampai 40 tahun yang memiliki anak dengan spektrum autisme. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan dari keluarga dan pasangan berkontribusi secara positif terhadap resiliensi pada ibu yang memiliki anak dengan spektrum autisme.

Berdasarkan pemaparan penelitian terdahulu di atas, menunjukkan adanya persamaan topik penelitian yang dibahas dengan penelitian ini yaitu tentang resiliensi. Selain itu, ada pula persamaan pada penggunaan metode penelitian kuantitatif yang digunakan pada beberapa penelitian terdahulu di atas. Namun, beberapa penelitian di atas juga menggunakan metode kualitatif. Perbedaan lainnya adalah pada penggunaan subjek yang berbeda, yaitu pada mahasiswa semester

akhir, karyawan, *family caregiver*, siswa, santri, dan ibu yang memiliki anak dengan spektrum autisme. Sedangkan subjek pada penelitian ini adalah remaja yang memiliki orang tua bercerai dengan pada anggota di grup *facebook broken home*. Perbedaan lainnya adalah penyusunan skala resiliensi yang dilakukan oleh peneliti berdasarkan aspek resiliensi menurut Connor dan Davidson (dalam Octaryani & Baidun, 2018), sedangkan penelitian lain ada yang menggunakan teori lain, seperti aspek resiliensi menurut Reivich dan Shatte (2002) dan *The Connor-Davidson Resilience Scale* (CD RISC). Lalu, *openness* diukur dengan memodifikasi skala Big Five Inventory yang diadaptasi bahasa dan budaya oleh Ramdhani (2012) dari skala BFI oleh John dan Srivastava (1999), sedangkan beberapa penelitian lain ada yang menggunakan skala The Big Five Inventory 2-S (The BFI-2S) yang dikembangkan oleh Soto dan John (2017). Selanjutnya, skala regulasi diri disusun oleh peneliti berdasarkan aspek Bandura, dkk.(dalam Ormrod, 2016), sedangkan penelitian lain ada yang mengukur regulasi diri dengan menggunakan *The Self Regulation Questionnaire* (SRQ). Selain itu, terdapat perbedaan pada variabel independen yang digunakan, di mana peneliti tidak menemukan variabel *openness* dan regulasi diri secara spesifik dalam penelitian yang meneliti tentang resiliensi pada subjek remaja yang memiliki orang tua bercerai. Oleh karena itu, penelitian ini dianggap perlu dilakukan, maka peneliti mengambil judul Pengaruh *Openness* dan Regulasi Diri terhadap Resiliensi pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Resiliensi

1. Pengertian Resiliensi

Secara etimologis, kata resiliensi berasal dari bahasa latin pada abad pertengahan yaitu “*resilire*” yang memiliki arti “kembali”. Sedangkan dalam bahasa Inggris, kata “*resiliency*” atau “*resilient*” umumnya digunakan untuk menyebutkan kondisi individu yang berhasil kembali dari kondisi terpuruk (Novianti, 2018: 27). Hal ini selaras dengan pendapat Southwick dan Charney (2012: 6) bahwa resiliensi mengacu pada kemampuan individu untuk bangkit kembali setelah menghadapi kesulitan.

Menurut Connor dan Davidson (2003: 76) resiliensi merupakan kualitas kemampuan individu dalam menghadapi kesulitan. Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi berkaitan dengan keberhasilan individu untuk bangkit dari kesulitan yang dialami. Yu dan Zhang (2007: 19) mengemukakan bahwa jika individu memiliki resiliensi, maka dapat menunjukkan kemampuan untuk bertahan hidup dan menyesuaikan diri setelah mengalami trauma.

Resiliensi diperoleh melalui proses yang harus dilalui, di mana selama proses inilah individu akan mulai beradaptasi dengan situasi sulitnya. Hal ini selaras dengan pendapat Reivich dan Shatte (dalam Tuwah, 2016: 132)

resiliensi merupakan kemampuan individu untuk merespon kesulitan yang dihadapi secara sehat dan produktif, di mana hal ini penting untuk mengelola dan beradaptasi dengan tekanan hidup sehari-hari. Selanjutnya menurut Rutten, dkk. (2013: 4) resiliensi merupakan proses yang dinamis dan adaptif yang membantu mempertahankan kondisi individu atau kembali pada kondisi semula dari kondisi yang menekan.

Berdasarkan pengertian resiliensi di atas, disimpulkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu untuk menghadapi situasi sulit lalu bangkit dari kesulitan tersebut melalui adanya proses adaptasi.

2. Aspek Resiliensi

Adapun aspek-aspek resiliensi menurut Connor dan Davidson (dalam Octaryani & Baidun, 2018: 45) terdapat lima aspek sebagai berikut:

a. *Personal competence, high standard, and tenacity* (kompetensi personal, standar yang tinggi, dan keuletan)

Memposisikan kesulitan sebagai tantangan yang harus diselesaikannya. Individu mempunyai keyakinan yang kuat bahwa diri mereka mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi. Selanjutnya, individu mampu meningkatkan standar atau target yang harus dicapainya. Hal ini membantu individu yang resilien fokus pada pengembangan dirinya dibalik tantangan atau masalah yang dihadapi dan memiliki dorongan untuk terus berkembang yang didukung dengan keuletan dalam berproses.

Keuletan ini membuat individu berusaha stabil di tengah masalah atau ketika bangkit dari keterpurukan.

- b. *Trust in one's instincts, tolerance of negative affect, and strengthening effect of stress* (percaya pada insting, memiliki toleransi pada emosi negatif, dan tegar dalam menghadapi stres)

Individu menerima situasi negatif yang terjadi dan bersikap toleran, serta tegar dalam menghadapi situasi sulit. Selain menerima kenyataan yang ada, individu juga berupaya untuk mencapai keadaan yang lebih baik yang membantunya bangkit dari kondisi terpuruk.

- c. *Positive acceptance of change and secure relationship* (penerimaan yang positif terhadap perubahan dan menjalin hubungan yang aman dengan orang lain)

Individu menerima kesulitan yang dialami dengan pikiran yang positif dan meyakini bahwa akan ada hal baik dalam keadaan seburuk apapun. Relasi yang terjalin dengan baik dengan orang-orang disekitarnya akan membuatnya merasa aman, sehingga mampu memaksimalkan potensi yang dimiliki untuk melalui permasalahannya.

- d. *Control and factor* (kontrol dan faktor)

Individu dapat mengelola dan mengendalikan emosi negatif yang muncul akibat situasi yang menekan dan sulit, serta bersikap realistis terhadap kemampuannya dalam mengendalikan emosi yang ada pada

dirinya. Selain itu, individu juga memiliki tujuan yang ingin dicapai sebagai acuan bagi individu untuk berusaha melalui permasalahannya. Pada saat mengalami masalah, individu juga mampu untuk meminta dan menerima dukungan sosial dari orang lain.

e. *Spiritual influences* (pengaruh spiritualitas)

Individu meyakini bahwa terdapat daya yang berasal dari dalam dirinya berupa kekuatan keimanan, sehingga akan berusaha memelihara sikap optimis dan menyesuaikan diri terhadap kesulitan yang dialami secara lebih positif.

Adapun aspek-aspek resiliensi menurut Reivich dan Shatte (dalam Detta & Abdullah, 2017: 75) terdapat tujuh aspek sebagai berikut:

- a. Regulasi emosi, yaitu kondisi untuk tetap tenang dan fokus saat berada pada keadaan sulit dan menekan.
- b. Pengendalian impuls, yaitu kemampuan dalam mengendalikan setiap dorongan, keinginan, dan tekanan yang muncul dari dalam diri.
- c. Optimis, yaitu kepercayaan individu untuk mampu menyelesaikan permasalahan dan mempunyai keyakinan akan masa depan yang lebih baik.
- d. Empati, yaitu kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain, sehingga dapat memunculkan sikap menghargai dan pengertian dalam menjalankan kehidupan sosial.

- e. Kemampuan analisis masalah, yaitu kemampuan individu untuk mengidentifikasi penyebab permasalahan yang dihadapi, sehingga tidak melakukan kesalahan yang sama secara berulang kali.
- f. Efikasi diri, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimiliki untuk mampu memecahkan masalah yang dialami.
- g. Peningkatan aspek positif, yaitu kemampuan individu dalam memaknai permasalahan yang dihadapi yang dapat dijadikan sebagai kekuatan di masa depan.

Berdasarkan teori di atas, maka diketahui bahwa aspek-aspek resiliensi meliputi *personal competence, high standard, and tenacity* (kompetensi personal, standar yang tinggi, dan keuletan); *trust in one's instincts, tolerance of negative affect, and strengthening effect of stress* (percaya pada insting, memiliki toleransi pada emosi negatif, dan tegar dalam menghadapi stres); *positive acceptance of change and secure relationship* (penerimaan yang positif terhadap perubahan dan menjalin hubungan yang aman dengan orang lain); *control and factor* (kontrol dan faktor); dan *spiritual influences* (pengaruh spiritualitas); pengendalian emosi; pengendalian impuls; optimis; empati; kemampuan menganalisis masalah; efikasi diri; dan peningkatan aspek positif. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan aspek resiliensi yang dikemukakan oleh Connor dan Davidson (dalam Octaryani & Baidun, 2018: 45) untuk mengukur resiliensi.

3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Resiliensi

Adapun faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi menurut Nashori dan Saputro (2021: 61) adalah sebagai berikut:

a. Usia dan gender

Semakin tinggi tingkat usia individu, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi yang dimiliki. Sedangkan laki-laki memiliki tingkat resiliensi yang tinggi dibandingkan dengan perempuan.

b. Status sosial ekonomi

Status sosial ekonomi merupakan konsep luas yang merujuk pada posisi seseorang, keluarga, rumah tangga, atau kelompok dalam mendapatkan penghormatan untuk bisa merasakan sesuatu yang berharga dalam hidup bermasyarakat.

c. Karakteristik kepribadian

Kepribadian individu menentukan bagaimana cara individu dapat menyelesaikan kesulitan dan menggunakan kemampuannya dalam menghadapi kesulitan yang dihadapi. Menurut Costa dan McCrae (dalam Balgies, 2018: 37) terdapat lima faktor (trait) dalam kepribadian yang kemudian dikenal dengan istilah *Big Five Personality* yaitu *neuroticism*, *extraversion*, *openness to experience*, *agreeableness*, dan *conscientiousness*.

d. Religiusitas

Individu yang memiliki keyakinan atas agamanya dengan beribadah sembari mengevaluasi kondisi keimanan dapat meningkatkan resiliensi.

e. Koping stres

Pengelolaan stres yang baik untuk mengurangi atau mengatasi stress yang dialami individu akan memengaruhi resiliensi individu tersebut untuk bangkit dari permasalahan yang dihadapi.

f. Efikasi diri

Efikasi diri adalah keyakinan individu akan kemampuan dirinya dalam mengatur dan melaksanakan serangkaian perilaku yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas, pekerjaan maupun permasalahan tertentu.

g. Kecerdasan emosi

Resiliensi identik dengan kemampuan menghadapi situasi sulit dan tidak menyenangkan serta mengelola emosi-emosi negatif yang muncul dari situasi tersebut. Regulasi diri menjadi komponen penting dalam membentuk kecerdasan emosi pada diri individu.

h. Optimisme

Individu yang resilien ditunjukkan dengan seberapa besar harapan yang dimiliki ketika dihadapkan dengan keadaan yang tidak menyenangkan.

i. Kebersyukuran

Kebersyukuran merupakan suatu perasaan rasa terima kasih dan penghargaan terhadap kehidupan yang dilalui oleh individu.

j. Gaya pola asuh

Resiliensi terbentuk dari interaksi antara faktor internal dan eksternal individu, di mana salah satu faktor yang dimaksud tersebut adalah gaya pengasuhan anak yang diterapkan oleh orang tuanya.

k. Dukungan sosial

Dukungan sosial menjadi faktor eksternal yang dapat membantu seseorang menjadi lebih resilien dalam situasi dan keadaan sulit yang membutuhkan adaptasi. Hal ini berupa keberadaan, sikap menghargai, menyayangi, dan kepedulian dari orang lain yang diberikan kepada individu.

Adapun faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi menurut Mlinac, dkk. (2011: 67) meliputi:

a. Harga diri (*self-esteem*)

Harga diri dapat membantu individu untuk tetap percaya diri dalam menghadapi dan melalui permasalahan.

b. Dukungan sosial (*social support*)

Dukungan sosial memberikan dorongan individu dalam menghadapi permasalahan hidup. Dukungan dari orang disekitarnya dapat

membuat individu menjadi lebih tenang dalam menyelesaikan permasalahannya.

c. Spiritualitas (*spirituality*)

Spiritualitas menjadi bagian dari religiusitas, dimana individu meyakini bahwa ada Tuhan yang telah mengatur alam semesta dan semua kehidupan manusia. Spritualitas menjadi sandaran bagi individu untuk menyelesaikan permasalahan.

d. Emosi positif (*positive emotion*)

Emosi positif pada individu dapat membantu dalam memandang masalah yang dihadapi secara lebih positif. Selain itu, emosi positif dapat membantu individu menjadi lebih tenang dalam menghadapi masalah, sehingga dapat menemukan penyelesaian masalah dengan lebih baik.

Berdasarkan teori di atas, disimpulkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi adalah usia dan gender; status sosial dan ekonomi; karakteristik kepribadian; religiustis; koping stres; efikasi diri; kecerdasan emosi, optimisme, kebersyukuran; gaya pola asuh; dukungan sosial; harga diri; serta emosi yang positif.

4. Ciri-ciri Individu yang Memiliki Resiliensi

Menurut Wolin dan Wolin (dalam Ardani & Istiqomah, 2020: 139) individu yang memiliki resiliensi memiliki tujuh karakteristik sebagai berikut:

a. *Insight*

Insight merupakan kemampuan mental individu untuk bertanya pada diri sendiri dan memberikan jawaban yang jujur. Melalui adanya *insight* akan membantu individu agar memiliki pemahaman tentang diri sendiri dan orang lain, sehingga dapat beradaptasi dengan situasi yang dihadapi.

b. Kemandirian

Kemandirian merupakan kemampuan individu untuk mengambil jarak secara fisik maupun emosional dari sumber masalah dalam hidup. Kemandirian berkaitan dengan sikap menjaga keseimbangan antara jujur pada diri sendiri dan peduli pada orang lain.

c. Hubungan

Individu membangun hubungan saling mendukung dengan orang-orang di sekitarnya.

d. Inisiatif

Inisiatif berkaitan dengan keinginan kuat pada diri individu untuk bertanggung jawab atas permasalahan dalam hidupnya. Hal ini

menyebabkan individu memiliki sikap proaktif dan reaktif dalam berupaya memecahkan masalah, berusaha memperbaiki diri dan merubah situasi.

e. Kreativitas

Kreativitas melibatkan kemampuan individu dalam memikirkan berbagai konsekuensi dan alternatif dalam menghadapi permasalahan. Selain itu, kreativitas juga berkaitan dengan kemampuan individu menghibur diri sendiri ketika menghadapi permasalahan. Hal ini membuat individu agar tidak mengarahkan perilakunya pada hal-hal negatif dan mampu mempertimbangkan konsekuensi atas keputusan yang diambil ketika menghadapi kesulitan.

f. Humor

Humor merupakan kemampuan individu untuk memandang kehidupan secara lebih positif, menemukan kebahagiaan sekalipun dalam situasi yang sulit, bahkan menertawakan diri sendiri. Individu yang resilien memandang kesulitan sebagai tantangan hidup yang dihadapi dengan cara yang lebih ringan.

g. Moralitas

Moralitas pada diri individu ditandai dengan adanya keinginan untuk hidup dengan baik dan produktif. Individu yang resilien dapat mengevaluasi setiap hal yang dilakukan dan setiap keputusan yang diambil tanpa takut dengan respon orang lain.

Berdasarkan teori di atas, disimpulkan bahwa ciri-ciri individu yang memiliki resiliensi adalah adanya *insight*, mandiri, menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, humor, dan moralitas.

5. Resiliensi dalam Perspektif Islam

Keyakinan pada diri individu bahwa setiap manusia akan terus menerima ujian dari Allah akan disertai dengan adanya sikap optimis bahwa individu tersebut dapat menghadapi permasalahannya. Apapun ujian yang diterima, individu hendaknya dapat memiliki keyakinan bahwa kesulitan yang ditanggung tidak akan melebihi potensi atau kesanggupan dirinya dalam menanggung beban itu. Allah berfirman dalam Al-Quran dalam surat Al-Baqarah ayat 286:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ

Artinya: “286 Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya. Baginya ada sesuatu (pahala) dari (kebajikan) yang diusahakannya dan terhadapnya ada (pula) sesuatu (siksa) atas (kejahatan) yang diperbuatnya”.

Dalam Tafsir Al-Mishbah (Shihab, 2017: 747) mengemukakan bahwa surah al-Baqarah berisi tentang kewajiban umat Islam dan ketentuan syariat menyangkut berbagai aspek kehidupan, serta cukup banyak pula menjelaskan tentang pembangkangan Bani Israil terhadap tugas yang dibebankan kepada mereka. Adapun ayat di atas menjelaskan bahwa Allah secara jelas memberikan pemisah antara pelaksanaan kewajiban dan pembangkangan terhadap kewajiban dengan menyebutkan bahwa Allah tidak bermaksud memberi beban

atau memberatkan hamba-Nya. Selain itu, Allah juga tidak pilih kasih, serta tidak akan membiarkan hamba-Nya dalam kesia-siaan atau kehampaan.

Nabi Muhammad SAW selalu mengingatkan dan memerintahkan umatnya untuk selalu mensyukuri nikmat dari Allah SWT dengan melihat orang yang di bawah derajatnya dan melarang untuk melihat orang yang di atas (Aulia & Karimulloh, 2021: 202). Dalam hadist yang diriwayatkan oleh At-Tirmidzi dari Abu Hurairah R.A., Rasulullah berkata:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ انظُرُوا إِلَى مَنْ هُوَ أَسْفَلَ مِنْكُمْ، وَلَا تَنْظُرُوا إِلَى مَنْ هُوَ فَوْقَكُمْ، فَهُوَ أَجْدَرُ أَنْ لَا تَزِدُّوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ

Artinya: “Lihatlah orang yang berada di bawah kalian dan jangan melihat orang yang berada di atas kalian karena hal itu lebih baik agar kalian tidak menganggap rendah nikmat Allah yang telah diberikan kepada kalian.”

Individu yang memiliki resiliensi akan cenderung berusaha mencari hikmah dari setiap kesulitan yang dihadapi. Hal ini dapat dilakukan dengan adanya keyakinan kepada Allah atas hikmah yang akan diberikan, dimana dari setelah kesulitan yang dialami akan diikuti kemudahan. Dengan demikian disimpulkan bahwa manusia hendaknya dapat menerima dengan ikhlas serta bersyukur atas segala sesuatu yang terjadi dalam kehidupan. Sebab hal baik maupun hal buruk tidak akan terjadi tanpa ridha dari Allah.

Agama Islam sebagai agama yang sempurna memiliki beberapa konsep mengenai resiliensi, salah satunya adalah *al-samhah* (lapang dada) (Nashori & Saputro, 2021: 85). Sama halnya dengan konsep resiliensi, konsep *al-samhah*

juga berkaitan dengan bagaimana respon yang muncul pada individu ketika menghadapi musibah, permasalahan, atau hal yang tidak menyenangkan.

B. Openness

1. Pengertian *Openness*

Kepribadian dalam bahasa Inggris yaitu "*personality*" yang berasal dari bahasa Yunani kuno "*prosopon*" atau "*persona*", yang memiliki arti topeng yang biasa dipakai oleh pemain teater ketika memainkan perannya (Alwisol, 2016: 7). Kepribadian menjadi bagian dari jiwa yang membangun keberadaan setiap individu menjadi satu kesatuan yang utuh dan tidak terpecah dalam fungsi-fungsi. Memahami kepribadian memiliki arti yang sama dengan memahami aku, diri, dan *self*. Allport menyatakan bahwa kepribadian adalah pengorganisasi yang bersifat dinamis dalam sistem psikofisik individu, yang dapat menentukan model penyesuaian yang unik dengan lingkungannya (Olson & Hergenhahn, 2013: 336). Kepribadian merupakan karakteristik individu yang bersifat dinamis dan terorganisasi yang dapat memengaruhi kognisi, motivasi, dan perilaku individu tersebut (Ramadhani, 2007: 115). Maka, kepribadian dapat diartikan sebagai satu kesatuan dalam diri individu secara utuh yang dibentuk dari dalam dirinya dan pengalaman untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Teori mengenai kepribadian telah banyak dikemukakan oleh para tokoh psikologi. Akhir-akhir ini, kategori ciri kepribadian yang pertama kali

dikemukakan oleh Golberg telah banyak digunakan untuk melakukan penelitian dengan istilah *Big Five*, *Five Factor Model*, dan sebagainya (Ramdhani, 2012: 189). Menurut Costa dan McCrae (dalam Balgies, 2018: 37) kepribadian manusia dapat dikelompokkan melalui lima faktor kepribadian yang dikenal dengan istilah *Big Five Personality*. Teori ini menjelaskan tentang lima faktor kepribadian yang mendasari perilaku individu, yaitu *extraversion*, *neuroticism*, *agreeableness*, *conscientiousness*, dan *open to experience*.

Openness dideskripsikan sebagai keluasan, kedalaman, dan kompleksitas mental individual dan kehidupan eksperimental (Pervin dkk., 2015: 264). Hal ini menggambarkan bahwa individu yang memiliki *openness* cenderung minat untuk mengeksplor hal-hal baru. Menurut Ghufroon dan Risnawita (2010: 139) *openness* merupakan seberapa besar individu memiliki ketertarikan terhadap bidang tertentu secara mendalam.

Menurut Costa dan McCrae (dalam Revasika & Robiyanto, 2021: 51) *openness* merupakan dimensi kepribadian dengan daya imajinasi yang tinggi, orisinal, memiliki mental dan pengalaman hidup yang kompleks, serta berani mencoba hal-hal baru di luar kebiasaannya. Menurut Ghufroon dan Risnawita (2010: 140) individu dengan faktor kepribadian *openness* memiliki minat yang lebih tinggi terhadap suatu hal dibandingkan orang lainnya menunjukkan bahwa individu tersebut memiliki level yang tinggi pada faktor ini. Begitu pun

sebaliknya, jika individu menunjukkan minat yang rendah, maka memiliki *openness* dengan level yang rendah. Individu yang memiliki keterbukaan terhadap pengalaman dengan level yang tinggi cenderung lebih terbuka untuk menguji kembali nilai-nilai kehidupan yang telah ada sehingga lebih bersifat fleksibel dan menggunakan perasaan mereka secara mendalam dalam menilai segala hal yang terjadi.

Berdasarkan pemaparan di atas, disimpulkan bahwa *openness* merupakan kepribadian individu yang berkaitan dengan kecenderungan keterbukaan dalam berpikir, menyukai berpikir secara mendalam, dan kesiapan untuk beradaptasi dengan ide atau situasi yang baru.

2. Aspek-aspek *Openness*

Adapun aspek-aspek *openness* menurut Costa dan McCrae (dalam Pervin dkk., 2015: 269) terdiri dari enam aspek yang berupa ciri spesifik (facet), meliputi:

a. *Fantasy* (imajinasi yang aktif dan tinggi)

Individu memiliki kecenderungan untuk memiliki mimpi yang luas, berimajinasi, dan tidak bersikap kaku atau memiliki perilaku humoris.

b. *Aesthetic* (apresiasi tinggi pada seni dan keindahan)

Individu memiliki kecenderungan terhadap hal-hal estetik, menghargai orisinalitas dan idealis.

c. *Feeling* (menyadari dan menyelami perasaannya sendiri)

Individu memiliki kecenderungan untuk menghargai pendapat maupun perasaan orang lain karena memiliki keterbukaan akan ide-ide baru, serta melakukan sesuatu secara spontan.

d. *Action* (tindakan/keinginan melakukan hal baru)

Individu memiliki keinginan yang besar untuk menjadi seorang petualang dengan mencoba hal-hal baru, sehingga dapat menguasai berbagai keterampilan.

e. *Ideas* (berpikiran terbuka dan tidak konvensional)

Individu cenderung memiliki rasa ingin tahu yang tidak terbatas tentang banyak hal karena kemampuan imajinasi yang luas.

f. *Values* (kesiapan dalam menguji ulang nilai sosial yang ada di lingkungan)

Individu cenderung bebas untuk mengikuti nilai-nilai kehidupan dan menyadari bahwa setiap individu memiliki sudut pandang dan prinsip yang berbeda yang tidak bisa dipaksa.

Adapun aspek *openness* menurut John dan Srivastava (1999) adalah sebagai berikut:

- a. Keterbukaan pikiran
- b. Orisinalitas

Berdasarkan aspek-aspek *openness* di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek *openness* meliputi imajinasi yang aktif dan tinggi, apresiasi

terhadap seni dan keindahan, memahami perasaannya sendiri, berpikiran terbuka, suka melakukan hal baru, dan kritis terhadap nilai yang ada di lingkungan. Pada penelitian ini peneliti menggunakan melakukan modifikasi skala BFI (*Big Five Inventory*) oleh Ramdhani (2012) yang sebelumnya telah diadaptasi budaya dan bahasa dari skala BFI (*Big Five Inventory*) oleh John dan Srivastava (1999) dengan aspek yang terdiri keterbukaan pikiran dan orisinalitas. Pada aspek pertama, keterbukaan pikiran dapat menunjukkan kesesuaian dengan aspek *fantasy, ideas, action, dan feeling, values*. Pada aspek kedua, orisinalitas dapat menggambar aspek *aesthetic*.

3. Faktor-faktor yang Memengaruhi *Openness*

Adapun faktor-faktor yang memengaruhi *openness* yang didasarkan pada faktor yang memengaruhi kepribadian menurut Schultz dan Schultz (dalam Hidayat, 2015: 16) terdapat beberapa faktor yang memengaruhi kepribadian individu, meliputi:

a. Faktor genetik

Faktor genetik adalah faktor yang dibawa sejak individu lahir dan dipengaruhi oleh faktor keturunan dari salah satu sifat yang dimiliki oleh ibu atau ayah atau juga dapat berasal dari gabungan atau kombinasi dari sifat kedua orang tuanya. Jika individu memiliki orang tua yang memiliki *openness*, maka individu tersebut akan memiliki potensi yang besar memiliki faktor kepribadian yang sama.

b. Faktor lingkungan

Faktor lingkungan berkaitan dengan tempat di mana individu tinggal, tumbuh, dan berkembang. Kejadian yang dialami individu dalam lingkungan sosialnya dapat memengaruhi kepribadiannya. Lingkungan yang mendorong individu untuk berpikir tentang ide-ide baru, mengapresiasi ide baru walaupun berbeda dengan kebanyakan orang akan memengaruhi individu untuk memiliki *openness* sehingga lebih mudah untuk menerima pendapat orang lain yang tidak sesuai dengan dirinya.

c. Faktor belajar

Kepribadian individu terbentuk melalui proses belajar yang diperoleh dari kekuatan lingkungan dan sosial. Melalui pembelajaran yang diperoleh dari lingkungan sosialnya secara terus menerus dapat meningkatkan intelektual individu. Hal ini dapat mendorong individu untuk terus meningkatkan pengetahuannya dan menjadi fleksibel dalam berpikir.

d. Faktor pengasuhan

Pengasuhan orang tua memengaruhi kepribadian melalui pemberian rasa aman, kasih sayang, dan memberi penghargaan kepada anak. Bahkan hubungan antara ibu dan anak memberikan pengaruh terhadap kepercayaan anak kepada orang-orang di sekitarnya. Orang tua yang menerapkan pola asuh demokratis cenderung bersikap realistis dalam memahami kemampuan anak, di mana tidak ada harapan secara berlebihan

hingga melampaui kemampuan anak tersebut. Orang tua yang menggunakan pola pengasuhan ini juga dapat memberi kebebasan kepada anak dalam memilih dan melakukan suatu tindakan, serta memiliki pendekatan yang hangat kepada anak (Lidarnita, 2019: 151). Oleh karena itu, pola asuh demokratis dapat mendorong anak untuk bersikap terbuka dalam berpikir dan berperilaku dengan tidak memaksakan suatu hal yang berbeda dengan apa yang diyakininya.

e. Faktor perkembangan

Kepribadian dipengaruhi oleh masa perkembangan individu meski kepribadian akan terus berkembang sepanjang kehidupan individu. Namun, ada pula ahli teori kepribadian yang mengemukakan mengenai adanya tahapan masa tertentu memberikan pengaruh yang lebih besar terhadap pembentukan kepribadian individu.

f. Faktor kesadaran

Keasadaran manusia berfungsi untuk mengontrol perilaku yang memotivasinya melalui pengaruh lingkungan sosial. Selain itu, dalam faktor belajar pun individu akan menggunakan kesadarannya untuk mengantisipasi dan mengapresiasi konsekuensi dari tindakan yang dilihat dari orang lain.

Dari teori di atas, maka disimpulkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi kepribadian individu untuk memiliki faktor *openness* adalah

faktor genetik, faktor lingkungan, faktor belajar, faktor pengasuhan, faktor perkembangan, dan faktor kesadaran.

4. *Openness* dalam Perspektif Islam

Setiap individu memerlukan adanya pemikiran yang mendalam untuk memandang dan menilai suatu hal, sehingga tidak hanya fokus pada satu pemahaman saja. Hal ini berguna untuk individu dapat membedakan mana hal yang buruk dan hal yang baik dengan adanya petunjuk dari Allah melalui berpikir dengan menggunakan akal nya. Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an dalam surat Az-Zumar ayat 18:

الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَاهُمُ اللَّهُ وَأُولَئِكَ هُمْ أُولُوا الْأَلْبَابِ ١٨

Artinya: “18 (Yaitu) mereka yang mendengarkan perkataan lalu mengikuti apa yang paling baik di antaranya. Mereka itulah orang-orang yang telah diberi petunjuk oleh Allah dan mereka itulah ulul albab (orang-orang yang mempunyai akal sehat)”.

Dalam Tafsir Al-Mishbah (Shihab, 2017: 467) mengemukakan bahwa ayat di atas menjelaskan kebaikan yang diperoleh seorang hamba berupa kegembiraan yaitu mereka yang mendengarkan secara tekun dan bersungguh-sungguh perkataan siapa pun yang berucap lalu mengikuti secara bersungguh-sungguh pula apa yang paling baik di antaranya. Mereka tersebut merupakan orang-orang yang telah ditunjukkan jalan oleh Allah dan memiliki pikiran yang cerah dan tidak diliputi kekeruhan pikiran yang disebut dengan *ulul albab*.

Individu yang memiliki kecenderungan menerima pendapat yang berbeda dengannya menunjukkan adanya perasaan menghargai kepada orang

lain. Jika Allah yang maha besar sangat menghargai dan mencintai hamba-Nya dengan apa adanya, apa hebatnya seorang manusia tidak dapat menghargai hal-hal yang berbeda dari orang lain yang sama-sama ciptaan Allah juga (Panjaitan, 2014: 91). *Openness* yang tinggi memiliki keterbukaan berpikir dalam merasakan perasaan orang lain dan menerima perbedaan pendapat dari orang lain. Perintah untuk menghargai orang lain juga terdapat di dalam Al-Qur'an surat Al-Hujurat ayat 10:

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ ١٠

Artinya: “10 Sesungguhnya orang-orang mukmin itu bersaudara, karena itu damaikanlah kedua saudaramu (yang bertikai) dan bertakwalah kepada Allah agar kamu dirahmati”.

Dalam Tafsir al-Mishbah (Shihab, 2017: 598) mengemukakan bahwa alasan diperintahkannya perdamaian dan kerukunan di antara orang yang beriman adalah karena sesungguhnya orang-orang mukmin yang memiliki keimanan adalah bagaikan bersaudara seketurunan, walaupun tidak seketurunan, sehingga mereka memiliki keterikatan bersama dalam iman dan juga keterikatan bagaikan seketurunan. Selanjutnya dijelaskan bahwa hendaknya seorang hamba dapat menghindari adanya pertikaian di antara saudaranya tersebut agar memperoleh rahmat dari Allah yaitu antara lain berupa rahmat persatuan dan kesatuan.

Berdasarkan pemaparan di atas menunjukkan bagaimana Islam mengajarkan manusia untuk memiliki *openness*, agar menjadi individu yang

dapat memahami dan menghargai orang lain maupun situasi lingkungan yang berbeda dengan apa yang diyakininya. *Openness* memiliki erat kaitannya dengan berpikir. Menurut Hidayat, dkk. (2016: 5) berpikir yang menjelaskan tentang alam semesta dapat menjadikan individu menyadari akan kekuasaan Allah, sehingga hendaknya memotivasi manusia untuk semakin giat melakukan kebaikan. Berpikir secara mendalam menjadi salah satu ciri-ciri individu yang memiliki *openness* dalam dirinya. Individu dengan *openness* akan menampilkan keingintahuan intelektualitas yang kuat, kreatif, dan mampu berpikir secara fleksibel (Digman dalam Widyasari dkk., 2017: 41).

C. Regulasi Diri

1. Pengertian Regulasi Diri

Menurut Bandura, individu yang memiliki regulasi diri akan mengalami strategi reaktif dan proaktif (Alwisol, 2016: 301). Strategi reaktif digunakan dalam mencapai tujuan dan strategi proaktif akan digunakan dalam membuat tujuan baru ketika tujuan individu hampir tercapai. Miller dan Brown (dalam Wangi & Walastri, 2014: 253) menjelaskan regulasi diri sebagai kemampuan dalam merencanakan dan mengarahkan perilakunya secara fleksibel untuk mengubah keadaan. Selanjutnya dijelaskan bahwa regulasi diri melibatkan unsur fisik, kognitif, emosional, dan sosial. Hal ini selaras dengan pendapat Yasdar dan Mulyadi (2018: 54) bahwa regulasi diri berfokus pada perencanaan

secara hati-hati dan memperhatikan proses kognitif dan afektif yang meliputi penyelesaian tugas dalam kehidupan individu.

Menurut Zimmerman (dalam Ghufron & Risnawita, 2010: 58) mengemukakan bahwa regulasi diri berkaitan dengan membangkitkan pikiran, perasaan, dan perilaku yang direncanakan untuk mencapai tujuan tertentu. Individu yang mampu melakukan pengelolaan diri akan dapat mengatur dirinya dalam melakukan aktivitas dengan mengikutsertakan kemampuan berpikir dan perilakunya. Sianipar dan Kaloeti (2019: 138) mengemukakan bahwa adanya regulasi diri dapat mengendalikan kecemasan pada diri individu yang dipengaruhi oleh orang lain serta stimulus yang berasal dari lingkungannya. Individu yang memiliki regulasi diri dapat mengarahkan perilakunya agar sesuai dengan lingkungan sosialnya. Hal ini selaras dengan pendapat Zulfah (2021: 29) bahwa individu yang dapat mengendalikan dirinya berarti mampu membentuk perilaku yang didasarkan pada standar tertentu seperti moral, nilai, dan aturan di masyarakat sehingga dapat berperilaku secara positif.

Berdasarkan beberapa pengertian regulasi diri di atas, disimpulkan bahwa regulasi diri merupakan kemampuan individu untuk mengarahkan perilakunya dengan melibatkan pikiran dan perasaannya untuk mencapai tujuan tertentu sehingga dapat diterima lingkungan sosialnya.

2. Aspek-aspek Regulasi Diri

Adapun aspek-aspek regulasi diri menurut Bandura, dkk.(dalam Ormrod, 2012: 150-151) terdiri dari lima aspek sebagai berikut:

a. Mengatur standar dan tujuan (*setting standard and goals*)

Kemampuan individu untuk membuat sendiri standar perilaku sesuai dengan yang dikehendaki dan dapat diterima lingkungan. Selain itu, individu juga menetapkan tujuan yang ingin dicapai yang diikuti dengan memberikan nilai dan arah terhadap perilakunya.

b. Observasi diri (*self-observation*)

Kemampuan individu untuk mengamati dan memahami diri sendiri saat bertindak melakukan sesuatu, sehingga dapat mengetahui kekurangan dan kelebihan yang dimiliki.

c. Evaluasi diri (*self-evaluation*)

Kemampuan individu dalam menilai diri sendiri untuk mengetahui kesesuaian antara perilaku dengan standar yang telah ditetapkan sebelumnya.

d. Reaksi diri (*self-reaction*)

Kemampuan individu dalam merespon dan merenungkan secara detail perilakunya serta tujuan yang telah ditetapkan. Hal ini dapat berupa munculnya perasaan senang dan bangga sebagai bentuk apresiasi pada diri sendiri ketika berhasil melakukan pekerjaan tertentu dengan baik. Selain

itu, individu juga dapat memberikan koreksi atau pun hukuman atas perilaku salah yang dilakukan. Pemberian apresiasi dan kritik terhadap diri sendiri dapat memengaruhi individu dalam untuk mengubah perilakunya.

e. Refleksi diri (*self-reflection*)

Kemampuan individu dalam memeriksa dan merenungkan secara detail tujuan individu, keyakinan tentang kemampuan diri, keberhasilan serta kegagalan yang dialami. Selanjutnya, individu dapat membuat penyesuaian terhadap tujuan, perilaku, dan keyakinan yang dapat dipertanggung jawabkan.

Adapun aspek-aspek regulasi diri menurut Zimmerman (dalam Rizki & Ummayah, 2021: 139) meliputi:

- a. Metakognitif, yaitu cara untuk membangkitkan minat atau rasa keingintahuan melalui proses kognisi.
- b. Motivasi, yaitu segala sesuatu yang dapat mendorong individu untuk memperoleh sesuatu yang hendak dicapai.
- c. Perilaku, yaitu sikap yang timbul pada individu dalam memberikan respon pada setiap kegiatan yang terjadi pada dirinya sendiri, serta menunjukkan sikap yang antusias dan bertanggung jawab.

Berdasarkan teori aspek-aspek regulasi diri di atas, disimpulkan bahwa aspek regulasi diri adalah menetapkan standar dan tujuan, observasi diri, evaluasi diri, reaksi diri, refleksi diri, metakognitif, motivasi, dan perilaku. Pada

penelitian ini, peneliti menggunakan aspek regulasi diri yang dikemukakan oleh Bandura, dkk.(dalam Ormrod, 2012) untuk mengukur regulasi diri.

3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Regulasi Diri

Adapun faktor-faktor yang memengaruhi regulasi diri menurut Zimmerman (dalam Pratiwi & Wahyuni, 2019: 4) meliputi:

a. Individu, faktor ini terbagi menjadi tiga yaitu:

- 1.) Pengetahuan individu, hal ini berhubungan dengan seberapa banyak pengetahuan individu, di mana pengetahuan tersebut dapat meningkatkan kemampuannya dalam melakukan regulasi diri.
- 2.) Kemampuan metakognisi, ketika individu memiliki kemampuan metakognisi yang tinggi, maka akan semakin mendorong individu dalam melaksanakan regulasi diri yang dilakukan.
- 3.) Tujuan yang ingin dicapai, individu yang cenderung mempunyai keinginan atau tujuan yang semakin banyak dan kompleks untuk dicapai, maka akan semakin besar kemungkinan individu melakukan regulasi diri.

b. Perilaku

Hal ini berkaitan dengan cara yang digunakan individu untuk menggunakan kemampuannya dalam melakukan regulasi diri. Jika individu memiliki upaya yang besar dalam mengorganisasikan kegiatan tertentu, maka dapat meningkatkan regulasi diri yang dilakukan.

c. Lingkungan

Lingkungan berperan dalam mendukung individu dalam pelaksanaan regulasi diri individu tersebut.

Berdasarkan pemaparan yang telah dijelaskan, maka disimpulkan bahwa aspek-aspek regulasi diri adalah individu, perilaku, dan lingkungan yang mendukung.

4. Regulasi Diri dalam Perspektif Islam

Setiap individu hendaknya memiliki perencanaan dan pertimbangan baik dalam bertindak, sehingga memperoleh keselamatan dari Allah ketika di akhirat nanti. Dengan kata lain, individu harus membuat target dan rencana sehingga hidupnya memiliki tujuan dan terarah serta mencapai ridha Allah. Hal ini dapat terwujud ketika individu memiliki regulasi diri yang baik. Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an surah Al-Hasyr ayat 18:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ١٨

Artinya: “18 Wahai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap orang memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat). Bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha teliti terhadap apa yang kamu kerjakan”.

Dalam Tafsir Al-Mishbah (Shihab, 2017: 552) ayat ini mengemukakan tentang ajakan untuk kaum muslimin agar berhati-hati dan jangan sampai memiliki nasib yang sama dengan orang-orang Yahudi yang munafik sehingga

memperoleh siksa dunia dan akhirat. Allah memerintahkan kepada orang yang beriman agar bertakwa kepada Allah dengan menghindari siksa yang dapat diberikan oleh Allah dalam kehidupan dunia maupun akhirat dengan jalan melaksanakan perintah Allah dan menjauhi larangan Allah sekuat kemampuan manusia, yaitu melakukan amal shaleh yang diperbuatnya untuk hari esok yaitu akhirat. Setelah memerintahkan untuk bertakwa, Allah memerintahkan kembali agar manusia dapat menjalankan perintah dan menjauhi larangan-Nya. Perintah Allah tersebut hendaknya dapat dilakukan oleh manusia dengan didorong oleh rasa malu untuk meninggalkan amalan positif, sebab Allah mengetahui apapun yang dikerjakan hamba-Nya sekecil apapun.

Manusia pada dasarnya memiliki kemampuan untuk mengelola dan mengontrol dirinya yang dipengaruhi oleh motivasi individu tersebut. Motivasi akan memengaruhi individu dalam berperilaku yang disebabkan oleh keterbukaan hati manusia terhadap hidayah dari Allah. Allah SWT juga berfirman dalam surat ar-Ra'd ayat 11 yang menjelaskan tentang regulasi diri:

لَهُ مُعَقَّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُعَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُعَيِّرُوهُمَا
بِأَنفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ ۝ ۱۱

Artinya: ”11 Baginya (manusia) ada (malaikat-malaikat) yang menyertainya secara bergiliran dari depan dan belakangnya yang menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum hingga mereka mengubah apa yang ada pada diri mereka. Apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, tidak ada yang dapat menolaknya, dan sekali-kali tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia”.

Dalam Tafsir Al-Mishbah (Shihab, 2017: 228) ayat di atas menjelaskan bahwa setiap manusia, baik yang bersembunyi di malam hari atau berjalan terang-terangan di siang hari terdapat pengikut yang selalu mengikutinya secara bergantian atas perintah Allah untuk menjaga manusia. Allah tidak akan mengubah keadaan hamba-Nya dari positif ke negatif atau sebaliknya jika mereka tidak mengubah apa yang ada pada diri mereka yaitu melalui sikap mental dan pikiran mereka sendiri. Sekalipun jika Allah menghendaki terjadinya suatu keburukan, sesungguhnya hal itu bukan apa yang dikehendaki Allah kecuali jika manusia mengubah sikapnya terlebih dulu. Namun, jika Allah menghendaki keburukan terjadi pada suatu kaum, pada saat itu berlakulah ketentuan-Nya berdasarkan sunntullah atau hukum yang telah ditetapkan-Nya. Apabila hal tersebut terjadi, maka tidak ada seorang pun yang dapat menolaknya dan pastilah sunnatullah menimpa kaum tersebut tanpa ada perlindungan bagi mereka kecuali Allah.

Berdasarkan pemaparan ayat di atas, disimpulkan bahwa Allah SWT memerintahkan manusia untuk senantiasa mengontrol dirinya dengan mengoreksi perilaku sebelum bertindak dan mau memperbaiki diri ketika berbuat suatu hal yang salah. Menurut Utari (2021: 49) regulasi diri dalam Islam berkaitan dengan melatih diri sendiri dan melakukan perencanaan secara terus menerus ketika melakukan berbagai hal, sehingga individu tersebut tidak melenceng dari tujuan hidupnya, yaitu Allah SWT. Sedangkan dalam psikologi,

menurut Bandura (dalam Kahfi, 2016: 101) individu yang memiliki regulasi diri tinggi dapat menjadikan dirinya mampu berkomitmen dengan tujuan yang ingin dicapai. Oleh karena itu, regulasi diri pada diri individu ditandai dengan adanya upaya baik dari segi pikiran, perasaan, maupun perilakunya untuk diarahkan pada tercapainya tujuan.

D. Remaja

1. Pengertian Remaja

Remaja menjadi bagian dalam rentang kehidupan manusia. Istilah remaja dikenal dengan istilah “*adolescence*” yang berasal dari bahasa latin “*adolescere*” (kata bendanya *adolescencia* = remaja), yang memiliki arti tumbuh menjadi dewasa atau berkembang untuk mencapai tingkat kematangan (Desmita, 2015: 189). Remaja menjadi masa peralihan, di mana terjadi perubahan secara fisik maupun psikis dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa.

Para ahli tidak memiliki batasan khusus dan jelas dalam membagi rentang usia remaja, sehingga ada beberapa perbedaan di antara para ahli dalam mengemukakan rentang usia remaja. Menurut Santrock (2003: 25) hal ini dikarenakan adanya sejarah dan budaya yang dapat memengaruhi usia remaja. Selanjutnya, dengan berbagai keterbatasan tersebut, remaja diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa meliputi perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional. Santrock (2003: 26)

mengemukakan bahwa usia remaja dimulai pada rentang usia 10 sampai 13 tahun dan berakhir pada usia 18 sampai 22 tahun. Sedangkan menurut Hurlock (dalam Hikmah, 2015: 233) masa remaja dimulai pada rentang usia 12 sampai 13 tahun dan berakhir pada usia 21 sampai 22 tahun.

2. Tugas Perkembangan Remaja

Adapun tugas perkembangan remaja menurut Hurlock (dalam Ajhuri, 2019: 130) adalah sebagai berikut:

- a. Menerima perubahan tubuh, keadaan diri, dan penampilan diri yang dialami.
- b. Belajar berperan sesuai dengan jenis kelamin.
- c. Membangun hubungan dengan teman sebaya dengan menerapkan nilai-nilai orang dewasa.
- d. Mengembangkan kemampuan mandiri baik secara emosional maupun fisik.
- e. Mengembangkan tanggung jawab sosial yang dibutuhkan untuk memasuki masa dewasa.
- f. Mengembangkan kemampuan keterampilan intelektual untuk menjalankan peran sebagai bagian dari anggota masyarakat.
- g. Mempersiapkan diri baik secara fisik maupun psikis untuk memasuki pernikahan.
- h. Memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai kedewasaan.

3. Dampak Perceraian Orang Tua bagi Remaja

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Untari, dkk. (2018: 105) menunjukkan bahwa perceraian memberikan dampak negatif yang lebih banyak dibandingkan dampak positif bagi anak. Dampak tersebut meliputi munculnya rasa malu terhadap perceraian orang tua, sulit berkonsentrasi, sering tidak peka dengan situasi lingkungan sekitar, kurang memiliki tujuan hidup, merasa tidak aman di lingkungan sosialnya karena tidak merasa tidak memperoleh perlindungan secara utuh dari orang tuanya. Menurut Ismiati (2018: 8) terjadinya perceraian dapat memengaruhi kondisi mental anak, di mana mereka akan mengalami hambatan dalam pemenuhan rasa kasih sayang dan anak juga dapat memiliki gambaran yang buruk tentang kehidupan keluarga. Ketidakutuhan keluarga dalam memberikan dukungan dan arahan untuk anak akan memengaruhi proses pemenuhan tugas perkembangan. Perceraian orang tua menyebabkan munculnya berbagai permasalahan yang kompleks karena terjadinya perceraian menjadi yang sebelumnya tidak pernah anak sangka atau duga (Bryner, 2003: 102).

Remaja menjadi fase penting bagi individu sebab dapat memengaruhi keberlangsungan masa dewasa. Untari (2018: 101) mengemukakan bahwa apabila orang tua dan anak menjalin hubungan yang positif dan adaptif, maka membantu anak dalam mencapai tugas perkembangan secara optimal. Sebaliknya, ketika tidak terjalin hubungan yang harmonis antara anak dengan

orangtua maka dapat berpengaruh negatif bagi kehidupan remaja. Perceraian orang tua tidak jarang akan menyebabkan individu memperoleh stigma masyarakat bahwa kenakalan remaja banyak dilakukan oleh remaja yang orangtuanya bercerai. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Nadeak (2014) yang menjelaskan bahwa faktor eksternal yang sangat dominan dalam memengaruhi kenakalan remaja adalah perceraian orang tua, dorongan keluarga, dan lingkungan sosial. Pada umumnya masyarakat melakukan generalisasi bahwa remaja dengan latar belakang keluarga yang tidak utuh akan cenderung melakukan tindakan yang menyimpang.

Menurut Lasswell dan Lasswell (dalam Cahyani & Rahmasari, 2018: 1) terdapat remaja yang merespon masalah perceraian orang tuanya dengan cara positif seperti menyalurkan emosi pada hobi yang positif, dan menciptakan motivasi untuk berprestasi. Namun tidak sedikit pula remaja yang memberikan respon negatif terhadap masalah perceraian orang tua yang mereka hadapi. Remaja yang merespon perceraian orang tua dengan cara yang negatif misalnya berbuat nakal, sering berkelahi atau berbagai hal negatif lain.

Berdasarkan penjelasan di atas, disimpulkan bahwa perceraian orang tua dapat memberikan dampak negatif maupun dampak positif, tergantung dari kasus perceraian dan bagaimana individu memandang perceraian orang tua. Dampak negatif meliputi permasalahan dalam pemenuhan tugas perkembangan remaja, stigma masyarakat sebagai remaja yang nakal, penurunan terhadap

interaksi sosial, hingga kepercayaan diri yang menurun. Remaja dengan orang tua bercerai akan menghadapi kesulitan dengan respon yang berbeda-beda. Jika remaja memberikan respon yang negatif secara terus menerus dan tidak segera bangkit dari kesulitan yang dihadapi, maka dapat berpengaruh terhadap pencapaian tugas perkembangannya.

E. Pengaruh *Openness* dan Regulasi Diri terhadap Resiliensi

Setiap individu membutuhkan kemampuan untuk bangkit dari permasalahan hidup yang dialami. Terjadinya perubahan dan tekanan hidup yang berlangsung secara intens dan cepat membuat individu perlu mengembangkan kemampuannya agar mampu melalui keadaan tersebut secara tepat dan efektif (Izzaturrohmah & Khaerani, 2018: 123). Agar individu dapat menjaga kesinambungan hidupnya secara optimal, maka membutuhkan kemampuan resilien. Resiliensi berupa konsep interaktif yang timbul dari keunikan dari masing-masing individu saat menghadapi kemalangan atau situasi yang menekan (Kurniawan & Noviza, 2017: 139). Hal ini menunjukkan pentingnya resiliensi bagi setiap individu untuk dijadikan strategi yang baik ketika menghadapi permasalahan hidup. Adapun salah satu contoh peran penting resiliensi adalah pada remaja yang memiliki orang tua bercerai.

Menurut Nashori dan Saputro (2021: 61) salah satu faktor yang memengaruhi resiliensi adalah karakteristik kepribadian. Banyak teori yang menjelaskan tentang kepribadian, salah satunya adalah *Big Five Personality*.

Menurut Costa dan McCrae (dalam Balgies, 2018: 37) kepribadian manusia digolongkan ke dalam lima faktor kepribadian. Salah satu faktor kepribadian tersebut adalah *openness*. Schultz dan Schultz (dalam Mustikasari, 2019: 15) mengemukakan bahwa *openness* berhubungan dengan sifat yang kreatif, berani, dan tidak tergantung, sehingga dapat berani melakukan alternatif-alternatif penyelesaian dari kesulitan yang dihadapi. Apabila individu memiliki *openness* yang tinggi pada dirinya, maka dapat menggambarkan karakter yang kreatif, mempunyai rasa ingin tahu yang tinggi, memiliki keterbukaan akan berbagai hal baru, dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya secara mudah, sehingga remaja tertantang untuk mencoba hal baru tersebut dan berusaha untuk menemukan kelebihan dan kekurangan diri, serta mengembangkan potensi yang dimiliki (Larasati dkk., 2019: 947). Hal ini berguna bagi remaja untuk mengeksplor bidang-bidang yang diminati lalu menentukan bidang apa yang lebih diminati dan mampu menentukan apa yang ingin dilakukan sesuai dengan kemampuannya.

Aspek *openness* menurut Costa dan McCrae (dalam Pervin dkk., 2015: 269) terdiri dari enam aspek yaitu *fantasy*, *aesthetic*, *feelings*, *action*, *ideas*, dan *values*. *Fantasy* yang tinggi menunjukkan adanya imajinasi yang luas, tidak bersikap kaku, dan memiliki humor dalam merespon hal-hal yang terjadi dalam hidupnya. Hal ini dapat mendukung individu melalui koping stres yang dilakukan. Salah satu koping stres yang dapat dilakukan individu adalah dengan berupaya

mengurangi emosi negatif yang muncul akibat stres. Hasanat dan Subandi (1998) mengemukakan bahwa individu yang memiliki humor dapat memunculkan emosi positif karena menyebabkan individu tersenyum dan tertawa sehingga dapat lebih rileks. Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Wiratama dan Romadhani (2021) menunjukkan bahwa kepekaan humor dapat mengurangi stres kerja melalui strategi koping stres yang digunakan dalam mengendalikan stres. Nashori dan Saputro (2021: 49) mengemukakan bahwa koping stres dapat memengaruhi resiliensi individu dengan adanya pengelolaan stres yang baik sehingga dapat mengatasi stres yang dihadapi ketika menghadapi masalah.

Individu yang *openness* memiliki kecenderungan mengenai kesadaran akan dirinya sendiri dan orang lain (*feeling*) sehingga dapat menghargai pendapat orang lain yang berbeda dengan dirinya. Sikap ini dapat membuat individu memperoleh penilaian yang positif dari orang-orang disekitarnya, di mana dapat menumbuhkan perilaku saling menghargai, perhatian, saling peduli dengan keluarga, teman sebaya, dan orang-orang disekitarnya. Melalui dukungan sosial membuat individu lebih bisa bertahan ketika berada pada situasi menekan. Lebih lanjut, Nashori dan Saputro (2021: 77) berpendapat bahwa dukungan sosial dari orang-orang sekitar dapat mendorong individu menjadi lebih tenang dalam melalui situasi sulit yang dihadapi sehingga mampu mencapai resiliensi.

Faktor yang memengaruhi resiliensi lainnya adalah kecerdasan emosi (Nashori & Saputro, 2021: 71). Menurut Goleman (dalam Sastrawinata, 2011: 2)

regulasi diri menjadi komponen penting dalam membangun kecerdasan emosi. Menurut Miller dan Brown (1991) regulasi diri merupakan kemampuan individu untuk merencanakan dan mengarahkan perilakunya secara fleksibel untuk mengubah keadaan dalam upayanya mencapai suatu tujuan.

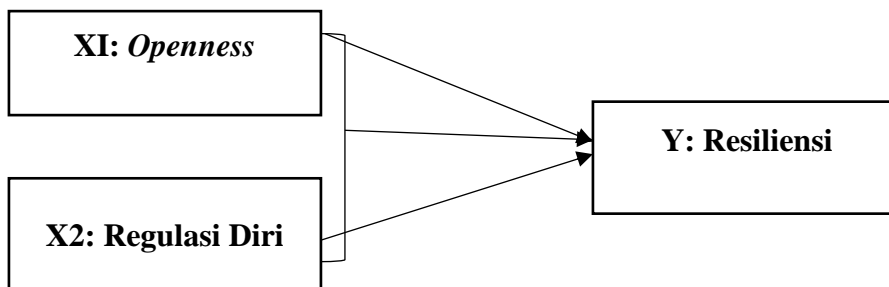
Aspek regulasi diri menurut Bandura, dkk.(dalam Ormrod, 2012: 150-151) meliputi menetapkan standar dan tujuan, observasi diri, evaluasi diri, reaksi diri, dan refleksi diri. Adanya kemauan individu dalam mengobservasi diri sendiri dapat digunakan untuk memahami kelebihan dan kelemahan diri. Hal ini dapat mendukung munculnya keyakinan atas kemampuannya dalam mengatur dan mengarahkan perilaku untuk menghadapi permasalahannya dan menyelesaikan masalah tersebut. Selaras dengan pendapat Nashori dan Saputro (2021: 70) bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas tertentu dapat mendukung individu untuk bangkit dari masalah atau situasi menekan.

Individu yang mampu mengoreksi tindakannya berhubungan dengan kemampuan individu dalam mengevaluasi diri sendiri. Melalui evaluasi diri dapat membantu individu untuk memikirkan kembali dampak dari perilaku yang telah dilakukan. Ketika hendak melakukan perilaku lainnya, maka individu akan cenderung memiliki pertimbangan apakah perilaku tersebut memberikan kebaikan untuk dirinya. Pertimbangan tersebut memunculkan harapan positif dari diri sendiri dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Menurut Nashori dan Saputro (2021: 73) individu yang telah mencapai resilien dapat diketahui melalui seberapa

besar harapan yang dimiliki pada saat dihadapkan dengan kondisi yang yang tidak menyenangkan atau menekan.

Berdasarkan pemaparan di atas, diketahui bahwa ketika individu memiliki *openness* dan regulasi diri, maka dapat memengaruhi munculnya resiliensi pada diri individu dalam berupaya bangkit dari masalah atau kondisi terpuruk. Jika terdapat kecenderungan tentang keterbukaan berpikir dalam merespon permasalahan, bersedia menggunakan humor untuk mengurangi permasalahan yang dihadapi, dan sikap menghargai diri sendiri dan orang lain, maka dapat membantu individu untuk mampu melalui kesulitan yang dihadapi. Selain itu, individu yang mampu mengarahkan perilakunya ke arah negatif yang dapat merugikan diri sendiri, melalui berbagai strategi yang telah dibuat dalam mencapai tujuan dapat mendukung tercapainya resiliensi. Hal ini menunjukkan bahwa *openness* dan regulasi diri dapat memengaruhi resiliensi sehingga dapat melewati situasi sulit.

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir



F. Hipotesis

Peneliti akan mengemukakan hipotesis sehingga penelitian ini dapat mengelola data yang relevan. Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian yang dinyatakan dalam bentuk pertanyaan. Adapun hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut:

H1 : Terdapat pengaruh *openness* terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai.

H2 : Terdapat pengaruh regulasi diri terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai.

H3 : Terdapat pengaruh *openness* dan regulasi diri terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian survei. Penelitian survei merupakan jenis penelitian yang dilakukan untuk memperoleh suatu fakta atau pun data yang terdapat di lapangan (Priandana & Sunarsi, 2021: 24). Adapun tujuan dari jenis penelitian ini adalah untuk memperoleh informasi yang tepat dan nyata. Penelitian survei dapat dilakukan dengan cara menggunakan kuesioner sebagai instrumen penelitian (Prasetyo & Jannah, 2012: 49). Pendekatan penelitian ini adalah metode kuantitatif. Azwar (2019: 5) mengemukakan bahwa metode kuantitatif menekankan pada analisis data berupa angka yang dikumpulkan melalui prosedur pengukuran lalu diolah menggunakan metode statistik. Pendekatan ini pada umumnya dilakukan dengan jumlah sampel yang dianggap dapat mewakili populasi, sehingga hasil penelitian dapat digunakan untuk mengeneralisasi populasi yang diwakilkan oleh sampel (Priandana & Sunarsi, 2021: 42). Pendekatan yang digunakan adalah menitikberatkan pada pengukuran dan analisis sebab-akibat pada beberapa variabel.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Penelitian ini terdiri dari tiga variabel, yaitu terdiri dari satu variabel dependen dan dua variabel independen. Adapun variabel-variabel tersebut dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. Variabel dependen (Y) : Resiliensi
- b. Variabel independen 1 (X1) : *Openness*
- c. Variabel independen 2 (X2) : Regulasi Diri

2. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan definisi terkait variabel yang dirumuskan pada karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Peneliti dapat menentukan dan memilih definisi operasional yang relevan bagi variabel pada penelitiannya. Definisi operasional yang digunakan merujuk pada bagaimana data yang akan dikumpulkan berhubungan dengan variabel yang diukur. Definisi operasional pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Resiliensi

Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk menghadapi situasi sulit lalu bangkit dari kesulitan tersebut melalui adanya proses adaptasi. Resiliensi diukur dengan menggunakan skala resiliensi yang dibuat oleh peneliti berdasarkan aspek resiliensi dari teori Connor dan Davidson (dalam Octaryani & Baidun, 2018). Aspek resiliensi memiliki

lima aspek yaitu *personal competence, high standard and tenacity* (kompetensi personal, standar yang tinggi, dan keuletan); *trust in one's instincts, tolerance of negative affect, and strengthening effect of stress* (percaya pada insting, memiliki toleransi pada emosi negatif, dan tegar dalam menghadapi stres); *positive acceptance of change and secure relationship* (penerimaan yang positif terhadap perubahan dan menjalin hubungan yang aman dengan orang lain); *control and factor* (kontrol dan faktor); dan *spiritual influences* (pengaruh spiritualitas).

b. *Openness*

Openness merupakan kepribadian individu yang memiliki kecenderungan keterbukaan dalam berpikir, menyukai berpikir secara mendalam, dan kesediaan untuk beradaptasi dengan ide atau situasi yang baru. *Openness* diukur melakukan modifikasi pada skala BFI (*Big Five Inventory*) yang disusun oleh John dan Srivastava, yang telah dilakukan adaptasi bahasa dan budaya oleh Ramdhani (2012). Aspek *openness* terdiri dari keterbukaan pikiran dan orisinalitas ide.

c. Regulasi Diri

Regulasi diri merupakan kemampuan individu untuk mengarahkan perilakunya dengan melibatkan pikiran dan perasaannya untuk mencapai tujuan tertentu sehingga dapat diterima lingkungan sosialnya. Regulasi diri diukur menggunakan skala regulasi diri yang

dibuat oleh peneliti berdasarkan aspek regulasi diri dari teori Bandura, dkk.(dalam Ormrod, 2016). Aspek regulasi diri dalam teori tersebut meliputi mengatur standar dan tujuan, observasi diri, evaluasi diri, reaksi diri, dan refleksi diri. di atas.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan di grup *facebook broken home* yaitu grup *BROKEN HOME*:(secara *online* dengan menggunakan *google formulir*.

2. Waku Penelitian

Penelitian akan dilaksanakan pada bulan Juni 2023 sampai Agustus 2023.

D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian. Menurut Azwar (2019: 109) populasi diartikan sebagai kelompok subjek yang akan dilakukan generalisasi hasil penelitian. Adapun populasi yang diteliti dalam penelitian ini adalah remaja laki-laki dan perempuan berusia 12 tahun sampai 22 tahun yang memiliki orang tua bercerai di grup *facebook broken home*. Jumlah anggota pada grup *facebook* tersebut berjumlah 39.000 anggota per tanggal 11 Mei 2023. Anggota *facebook* pada grup tersebut tidak semua memiliki orang tua yang berstatus cerai dan tidak hanya merupakan individu remaja. Selain itu, keaktifan anggota pada grup tersebut juga tidak dapat diketahui secara pasti dan

terdapat perubahan jumlah anggota grup *facebook* dari waktu ke waktu. Dengan semikian, populasi dalam penelitian ini tergolong tidak terhingga. Menurut Kurniawan & Puspitaningtyas (2016: 67) jika jumlah individu atau anggota dalam kelompok tidak memiliki jumlah tetap atau jumlah yang tak terhingga disebut dengan populasi infinit.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari anggota populasi. Menurut Azwar, 2019: 112) subjek pada sampel merupakan bagian dari subjek populasi. Hal ini menunjukkan bahwa sampel digunakan untuk mewakili populasi. Populasi pada penelitian ini memiliki jumlah populasi yang tidak terhingga atau populasi infinit. Adapun penentuan jumlah sampel dilakukan dengan menggunakan rumus Lemeshow. Menurut Kusuma (dalam Rifiani dkk., 2022: 293) untuk pengambilan sampel dengan kriteria yang ditentukan dapat dilakukan dengan tingkat kepercayaan 90% (1,645) dengan eror 10%. Rumus Lemeshow adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{Z^2 P(-P)}{d^2}$$

Keterangan:

n = jumlah sampel

Z = skor z pada kepercayaan = 90% (1,645)

P = maksimal estimasi = 50% = 0,5

d = *alpha* atau *sampling error* = 10% (0,1)

Adapun jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan perhitungan rumus di atas sebagai berikut:

$$n = \frac{Z^2 P(1 - P)}{d^2}$$
$$n = \frac{1,645^2 \cdot 0,5 (1 - 0,5)}{0,1^2}$$
$$n = \frac{2,706025 \cdot 0,25}{0,01}$$
$$n = \frac{67,650625}{0,01}$$
$$n = 68 \text{ sampel}$$

Jumlah sampel yang diperoleh menggunakan rumus di atas merupakan minimal jumlah sampel yang harus diperoleh oleh peneliti dalam memperoleh data penelitian. Pada penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 101 sampel.

3. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *non probability sampling*. *Non probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan cara tidak memberikan peluang yang sama bagi anggota populasi untuk terpilih sebagai sampel penelitian (Kurniawan & Puspitaningtyas, 2016: 69). Teknik *non probability sampling* yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* dapat digunakan jika populasi terlalu banyak dan letaknya berjauhan (Taniredja, 2011: 37). Teknik pengambilan sampel ini memiliki kriteria yang telah disesuaikan dengan kriteria tertentu berdasarkan tujuan penelitian (Syahrums & Salim, 2014: 118). Adapun kriteria responden pada penelitian ini adalah laki-laki/perempuan,

berusia 12 sampai 22 tahun, dan memiliki orang tua bercerai minimal telah terjadi dalam waktu satu tahun.

Tabel 3. 1 Skoring Skala

Pilihan Jawaban	Skoring	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Skala psikologi disusun berdasarkan indikator dari aspek variabel. Adapun skala psikologi yang digunakan pada penelitian ini adalah skala resiliensi, skala *openness*, dan skala regulasi diri. Penjelasan dari masing-masing variabel adalah sebagai berikut:

1. Skala Resiliensi

Pengukuran resiliensi dilakukan dengan menggunakan skala resiliensi yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek resiliensi oleh Connor dan Davidson (dalam Octaryani & Baidun, 2018: 45) meliputi *personal competence, high standard, and tenacity* (kompetensi personal, standar yang tinggi, dan keuletan); *trust in one's instincts, tolerance of negative affect, and strengthening effect of stress* (percaya pada insting, memiliki toleransi pada emosi negatif, dan tegar dalam menghadapi stres); *positive acceptance of change and secure relationship* (penerimaan yang positif terhadap perubahan dan menjalin hubungan yang aman dengan orang lain); *control and factor* (kontrol dan faktor); dan *spiritual influences*

(spiritualitas). Semakin tinggi hasil skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula resiliensi pada diri subjek. Sebaliknya, Semakin rendah hasil skor yang diperoleh, maka semakin rendah pula resiliensi pada diri subjek.

Tabel 3.2 *Blueprint* Skala Resiliensi

No.	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Personal competence, high standard and, tenacity</i> (kompetensi personal, standar yang tinggi dan, keuletan)	Kompeten menghadapi masalah dengan aktif mencari penyelesaian masalah	1, 21	11, 31	8
		Menetapkan tujuan baru untuk mengembangkan diri	6, 26	16, 36	
2.	<i>Trust in one's instincts, tolerance of negative affect, and strengthening effect of stress</i> (percaya pada insting, memiliki toleransi pada emosi negatif, dan tegar dalam menghadapi stres)	Peka terhadap insting atau naluri	2, 22	12, 32	8
		Menoleransi dampak buruk permasalahan dan mampu mengendalikan emosi negatif	7, 27	17, 37	
3.	<i>Positive acceptance of change and secure</i>	Menerima permasalahan dengan bijak	3, 23	13, 33	8

	<i>relationship</i> (penerimaan yang positif terhadap perubahan dan menjalin hubungan yang aman dengan orang lain)	Tetap menjaga hubungan baik dengan orang lain	8, 28	18, 38	
4.	<i>Control and factor</i> (kontrol dan faktor)	Mampu mengontrol diri	4, 24	14, 34	8
		Mengendalikan perilaku diri sendiri agar tidak berperilaku destruktif	9, 29	19, 39	
5.	<i>Spiritual influences</i> (pengaruh spirituaslitas)	Memberdayakan kemampuan diri untuk beribadah	5, 25	15, 35	8
		Percaya pada kekuasaan Tuhan	10, 30	20, 40	
Total			20	20	40

2. Skala *Openness*

Pengukuran *openness* dilakukan dengan memodifikasi skala BFI (*Big Five Inventory*) yang dilakukan oleh Ramdhani (2012) yang telah diadaptasi bahasa dan budaya dari skala BFI (*Big Five Inventory*) oleh John dan Srivastava. Skala *openness* pada BFI (*Big Five Inventory*) terdiri dari 10 aitem, meliputi 8 aitem *favorable* dan 2 aitem *unfavorable*. Pada penelitian yang dilakukan oleh Ramdhani (2012) terdapat tujuh pilihan jawaban untuk memberikan jawaban pada setiap aitem. Pernyataan *favorable* diberikan skor satu sampai tujuh untuk jawaban sangat tidak setuju sampai dengan jawaban

sangat setuju. Sedangkan untuk pernyataan *unfavorable* diberikan skor satu sampai tujuh untuk jawaban sangat setuju sampai dengan sangat tidak setuju. Pada penelitian ini, peneliti melakukan modifikasi pada pilihan jawaban yang diberikan untuk menjawab setiap aitem pernyataan yaitu dengan empat pilihan jawaban. Pilihan jawaban tersebut meliputi Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS). Modifikasi juga dilakukan pada skoring, di mana disesuaikan dengan skoring yang telah ditetapkan oleh peneliti. Oleh karena itu, peneliti tetap melakukan uji coba skala tersebut untuk mengetahui validitas dan reliabilitas alat ukur. Semakin tinggi hasil skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula *openness* pada subjek. Sebaliknya, semakin rendah hasil skor yang diperoleh, maka semakin rendah pula *openness* pada subjek.

Tabel 3. 3 Blueprint Skala *Openness*

No.	Nomor Aitem <i>Openness</i>	Aitem	Total
1.	O5	sering dapat ide baru	10
2.	O10	suka penasaran dengan banyak hal yang berbeda	
3.	O15	pemikir yang cerdas	
4.	O20	memiliki imajinasi aktif	
5.	O25	berdaya cipta	
6.	O30	menghargai pengalaman-pengalaman artistik dan estetik	
7.	O35(R)	lebih suka melakukan tugas yang rutin, yang biasa dilakukan	
8.	O40	suka merenung, mengutak atik gagasan	
9.	O41(R)	mempunyai hanya sedikit minat seni dan kesenian	
10	O44	hebat dalam seni, musik, atau kesusasteraan	

3. Skala Regulasi Diri

Pengukuran regulasi diri dilakukan dengan menggunakan skala regulasi diri yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek regulasi diri menurut Bandura, dkk.(dalam Ormrod, 2012: 150-151) meliputi menetapkan standar dan tujuan, observasi diri, evaluasi diri, reaksi diri, refleksi diri. Semakin tinggi hasil skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula regulasi diri pada diri subjek. Sebaliknya, semakin rendah hasil skor yang diperoleh, maka semakin rendah pula regulasi diri pada diri subjek.

Tabel 3.4 *Blueprint* Skala Regulasi Diri

No.	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Setting standards and goal</i> (menetapkan standar dan tujuan)	Mengetahui apa yang ingin dicapai	1, 21	11, 31	8
		Mengarahkan perilaku pada tercapainya tujuan	6, 26	16, 36	
2.	<i>Self-observation</i> (observasi diri)	Mengamati tindakan diri sendiri	2, 22	12, 32	8
		Mengetahui kelebihan dan kekurangan diri	7, 27	17, 37	
3.	<i>Self-evaluation</i> (evaluasi diri)	Mengetahui dampak keputusan yang diambil	3, 23	13, 33	8
		Berusaha memperbaiki kekurangan diri	8, 28	18, 38	
4.	<i>Self-reaction</i> (reaksi diri)	Memberikan apresiasi kepada diri sendiri ketika berhasil mencapai suatu tujuan	4, 24	14, 34	8
		Memberikan kritikan untuk diri sendiri	9, 29	19, 39	

		ketika melakukan kesalahan yang mengakibatkan kegagalan mencapai tujuan			
5.	<i>Self-reflection</i> (refleksi diri)	Membandingkan upaya yang telah dilakukan dengan target yang ditetapkan	5, 25	15, 35	8
		Berani berubah untuk kebaikan diri sendiri sesuai kemampuan diri	10, 30	20, 40	
Total			20	20	40

E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Validitas merupakan kualitas yang menunjukkan seberapa sesuai suatu tes benar-benar mengukur atribut psikologis yang akan diukur (Supratiknya, 2014: 121). Hal ini menunjukkan bahwa suatu instrumen disebut valid jika dapat digunakan untuk mengukur apa yang diinginkan, sehingga dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Selaras dengan pendapat Azwar (2019: 149) bahwa hasil ukur yang valid ditunjukkan melalui data kuantitatif yang dapat mendeskripsikan secara benar tentang variabel yang diukur.

Penelitian ini menggunakan uji validitas isi (*content*) dengan menilai relevansi dari setiap pernyataan dan mengkaji apakah seluruh isi kuesioner telah komprehensif sesuai dengan informasi yang akan digali. Hal ini dikenal

dengan istilah *expert judgement*, yaitu penilaian yang bersifat kualitatif yang dilakukan oleh orang yang bukan pembuat aitem itu sendiri atau orang yang bukan penulis (Straub & Gefen, 2004: 13). Dalam hal ini dilakukan oleh dosen pembimbing yang bertujuan untuk mengetahui kesesuaian aitem dengan variabel yang hendak diukur.

Selain itu, peneliti juga melakukan analisis daya beda aitem. Daya beda aitem adalah kemampuan suatu aitem dalam skala psikologi untuk membedakan setiap individu yang diukur atribut psikologisnya (Saifuddin, 2020: 120). Adapun tujuan dari daya beda aitem adalah untuk memilah individu dengan tingkat atribusi yang rendah, sedang, maupun tinggi. Pada masing-masing penilaian validitas dapat dilihat dari nilai *corrected item total correlation* masing-masing butir pernyataan item (Azwar, 2013: 95). Syarat suatu butir instrumen dikatakan valid yaitu jika mencapai indeks validitas $\geq 0,3$ (Sugiyono, 2013: 126). Jika aitem pada skala psikologi yang koefisien korelasinya dengan skor skala psikologi $\geq 0,03$, maka dianggap memiliki daya beda aitem yang baik.

2. Reliabilitas

Reliabel merupakan tingkat konsistensi hasil pengukuran dengan pengtesan yang dilakukan secara berulang-ulang. Menurut Taniredja (2011: 135) reliabilitas merujuk pada tingkat keterandalan suatu instrumen. Jika variabel yang diukur memiliki hasil yang berubah-ubah, maka hasil pengukuran

tersebut tidak dapat disebut valid karena konsistensi menjadi syarat bagi akurasi (Azwar, 2019: 149). Hal ini menunjukkan bahwa instrumen dapat dikatakan reliabel jika data yang diperoleh memang benar-benar sesuai dengan kenyataan, sehingga berapa kali pun diambil akan memiliki hasil yang relatif sama atau tetap.

Uji reliabilitas ini dengan menggunakan teknik *alpha cronbrach* dengan *software SPSS 25.0 for Windows*. Jika *cronbrach's alpha* > 0,60 maka dikatakan reliabel. Sedangkan apabila *cronbrach's alpha* < 0,60 maka dinyatakan tidak reliabel.

F. Hasil Uji Coba Validitas dan Reliabilitas

1. Hasil Uji Validitas

Uji coba skala dilakukan pada tanggal 21-25 Juni 2023. Keseluruhan jumlah aitem yang terdapat pada skala resiliensi, skala *openness*, dan skala regulasi diri adalah 90 aitem. Responden pada uji coba skala yang telah dilakukan berjumlah 32 responden yang memiliki karakteristik yang sama dengan subjek pada penelitian ini. Berikut adalah hasil uji coba pada setiap variabel:

a. Resiliensi

Skala resiliensi dalam uji coba skala terdiri dari 40 aitem. Berdasarkan pengujian validitas dengan pengolahan data melalui aplikasi SPSS 25.0 dengan memperhatikan nilai *corrected aitem-total correlation*,

menghasilkan 33 aitem dinyatakan valid dan 7 aitem dinyatakan gugur.

Aitem yang gugur tersebut yaitu aitem 6, 8, 18, 19, 26, 28, 32.

Tabel 3.5 *Blueprint* Skala Resilliensi setelah Uji Coba Skala

No.	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Personal competence, high standard and, tenacity</i> (kompetensi personal, standar yang tinggi dan, keuletan)	Kompeten menghadapi masalah dengan aktif mencari penyelesaian masalah	1, 21	11, 31	6
		Menetapkan tujuan baru untuk mengembangkan diri	6*, 26*	16, 36	
2.	<i>Trust in one's instincts, tolerance of negative affect, and strengthening effect of stress</i> (percaya pada insting, memiliki toleransi pada emosi negatif, dan tegar dalam menghadapi stres)	Peka terhadap insting atau naluri	2, 22	12, 32*	7
		Menoleransi dampak buruk permasalahan dan mampu mengendalikan emosi negatif	7, 27	17, 37	
3.	<i>Positive acceptance of change and secure relationship</i> (penerimaan yang positif terhadap perubahan dan menjalin hubungan yang aman dengan orang lain)	Menerima permasalahan dengan bijak	3, 23	13, 33	5
		Tetap menjaga hubungan baik dengan orang lain	8*, 28*	18*, 38	

4.	<i>Control and factor</i> (kontrol dan faktor)	Mampu mengontrol diri	4, 24	14, 34	7
		Mengendalikan perilaku diri sendiri agar tidak berperilaku destruktif	9, 29	19*, 39	
5.	<i>Spiritual influences</i> (pengaruh spirituaslitas)	Memberdayakan kemampuan diri untuk beribadah	5, 25	15, 35	8
		Percaya pada kekuasaan Tuhan	10, 30	20, 40	
Total			16	17	33

*Aitem yang dinyatakan gugur

b. *Openness*

Skala *openness* dalam uji coba skala terdiri dari 10 aitem. Berdasarkan pengujian validitas dengan pengolahan data menggunakan aplikasi SPSS 25.0 dengan memperhatikan nilai *corrected aitem-total correlation*, menghasilkan 6 aitem dinyatakan valid dan 4 aitem dinyatakan gugur. Aitem yang gugur tersebut yaitu aitem 2, 7, 8, 9.

Tabel 3.6 Blueprint Skala *Openness* setelah Uji Coba Skala

No.	Nomor Aitem <i>Openness</i>	Aitem	Total
1.	O5	sering dapat ide baru	6
2.	O10*	suka penasaran dengan banyak hal yang berbeda	
3.	O15	pemikir yang cerdas	
4.	O20	memiliki imajinasi aktif	
5.	O25	berdaya cipta	
6.	O30	menghargai pengalaman-pengalaman artistik dan estetik	
7.	O35(R)*	lebih suka melakukan tugas yang rutin, yang biasa dilakukan	
8.	O40*	suka merenung, mengutak atik gagasan	
9.	O41(R)*	mempunyai hanya sedikit minat seni dan kesenian	
10	O44	hebat dalam seni, musik, atau kesusasteraan	

*Aitem yang dinyatakan gugur

c. Regulasi Diri

Skala resiliensi dalam uji coba skala terdiri dari 40 aitem. Berdasarkan pengujian validitas dengan pengolahan data melalui aplikasi SPSS 25.0 dengan memperhatikan nilai *corrected aitem-total correlation*, menghasilkan 26 aitem dinyatakan valid dan 14 aitem dinyatakan gugur. Aitem yang gugur tersebut yaitu aitem 1, 2, 5, 7, 9, 17, 20, 21, 22, 23, 27, 28, 39, 40.

Tabel 3.7 Blueprint Skala Regulasi Diri setelah Uji Coba Skala

No.	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Setting standards and goal</i> (menetapkan standar dan tujuan)	Mengetahui apa yang ingin dicapai	1*, 21*	11, 31	6
		Mengarahkan perilaku pada tercapainya tujuan	6, 26	16, 36	
2.	<i>Self-observation</i> (observasi diri)	Mengamati tindakan diri sendiri	2*, 22*	12, 32	3
		Mengetahui kelebihan dan kekurangan diri	7*, 27*	17*, 37	
3	<i>Self-evaluation</i> (evaluasi diri)	Mengetahui dampak keputusan yang diambil	3, 23*	13, 33	6
		Berusaha memperbaiki kekurangan diri	8, 28*	18, 38	
4	<i>Self-reaction</i> (reaksi diri)	Memberikan apresiasi kepada diri sendiri ketika berhasil mencapai suatu tujuan	4, 24	14, 34	6
		Memberikan kritikan untuk diri sendiri ketika melakukan kesalahan yang mengakibatkan kegagalan mencapai tujuan	9*, 29	19, 39*	
5	<i>Self-reflection</i> (refleksi diri)	Membandingkan upaya yang telah dilakukan dengan target yang ditetapkan	5*, 25	15, 35	5
		Berani berubah untuk kebaikan diri sendiri sesuai kemampuan diri	10, 30	20*, 40*	
Total			10	16	26

*Aitem yang dinyatakan gugur

G. Hasil Uji Reliabilitas

Setelah dilakukan uji coba dengan bantuan aplikasi SPSS 25.0 menghasilkan nilai *Cronbach's Alpha* untuk skala resiliensi sebesar 0,925, skala *openness* sebesar 0,815, dan untuk skala regulasi diri sebesar 0,928. Hal ini menunjukkan bahwa keseluruhan aitem dapat dinyatakan konsisten, sebab nilai *Cronbach's Alpha* dari setiap skala melebihi 0,60, yang mana telah sesuai dengan apa yang sudah ditentukan. Berikut hasil pengujian reliabilitas masing-masing variabel:

Tabel 3.8 Reliabilitas Skala Resiliensi saat Aitem Gugur

Cronbach's Alpha	N of Items
.915	40

Tabel 3.9 Reliabilitas Skala Resiliensi setelah Aitem Gugur

Cronbach's Alpha	N of Items
.925	33

Tabel 3.10 Reliabilitas Skala *Openness* saat Aitem Gugur

Cronbach's Alpha	N of Items
.669	10

Tabel 3. 11 Reliabilitas Skala *Openness* setelah Aitem Gugur

Cronbach's Alpha	N of Items
.815	6

Tabel 3.12 Reliabilitas Skala Regulasi Diri saat Aitem Gugur

Cronbach's Alpha	N of Items
.912	40

Tabel 3.13 Reliabilitas Skala Regulasi Diri setelah Aitem Gugur

Cronbach's Alpha	N of Items
.928	26

H. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan bantuan SPSS 25.0 *for Windows* dengan beberapa teknik analisis data sebagai berikut:

1. Uji Asumsi Klasik

Sebelum melakukan uji regresi linier, maka perlu dilakukan terlebih dahulu uji asumsi klasik. Uji asumsi klasik bertujuan untuk memberikan kepastian bahwa persamaan regresi yang diperoleh memiliki ketepatan dalam estimasi, konsisten, dan tidak bias. Adapun uji asumsi yang dilakukan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

b. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah model regresi variabel dependen dan variabel independen memiliki distribusi yang normal atau tidak (Ramadhani dkk., 2021: 46). Model regresi yang baik harus

memiliki distribusi yang normal atau mendekati normal. Pada penelitian ini, uji normalitas yang digunakan adalah teknik KolmogorovSmirnov. Jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa data terdistribusi secara normal.

c. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah variabel dependen dan variabel independen memiliki hubungan yang linier atau tidak. Penelitian ini menggunakan *test for linierity* dan *deviation from linearity* untuk menguji linieritas data. Menurut Muhson (2012: 24) jika nilai signifikan $< 0,05$ maka hubungan kedua variabel dikatakan linier, sedangkan jika *deviation from linearity* memiliki nilai signifikan $> 0,05$, menunjukkan adanya hubungan yang linear.

d. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinieritas digunakan untuk mengetahui apakah terdapat korelasi antara variabel independen atau tidak. Model regresi yang baik menunjukkan tidak adanya korelasi yang terjadi diantara variabel independen. Pada penelitian ini, untuk mengetahui apakah terjadi multikolinearitas atau tidak dilakukan dengan cara memperhatikan nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) dari model yang dihasilkan oleh output regresi linier berganda. Jika nilai VIF di bawah 10 ($VIF < 10$), maka tidak terjadi multikolinearitas (Gani & Amalia, 2018: 169). Nilai VIF pada *output*

SPSS ditampilkan pada kolom terakhir *coefficients*. Selain itu, cara lain yang digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya multikolinearitas adalah dengan melihat angka *tolerance*. Model regresi yang bebas dari multikolinearitas terjadi ketika angka *tolerance* mendekati 1.

2. Uji Hipotesis

Peneliti menggunakan teknik analisis regresi untuk menguji hipotesis pada penelitian ini. Analisis regresi merupakan teknik analisis yang digunakan untuk menguji hubungan antara variabel dependen dengan satu atau lebih variabel independen (Priyono, 2014: 145). Penelitian ini memiliki dua variabel dependen, sehingga regresi yang dihasilkan adalah regresi linier berganda. Regresi linier berganda berguna untuk mengetahui pengaruh dua atau lebih variabel independen terhadap variabel dependen (Wirawan, 2016: 20). Adapun model regresi linier berganda dapat diperoleh dengan perhitungan dengan rumus sebagai berikut

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + e$$

Keterangan:

Y = Resiliensi

a = Konstanta regresi

b₁ = Koefisien regresi antara *openness* terhadap resiliensi

b₂ = Koefisien regresi antara regulasi diri terhadap resiliensi

X₁ = *Openness*)

X_2 = Regulasi diri

e = Eror

Proses penghitungan hipotesis pada penelitian ini dilakukan dengan bantuan program IBM SPSS versi 25.0 *for Windows*, sehingga dapat diketahui ada atau tidaknya pengaruh antara dua variabel tersebut dengan memperhatikan tingkat signifikansi. Apabila nilai signifikan ($p < 0,05$) maka dinyatakan bahwa hipotesis diterima. Sebaliknya, apabila nilai signifikan ($p > 0,05$) maka dinyatakan bahwa hipotesis ditolak.

BAB IV

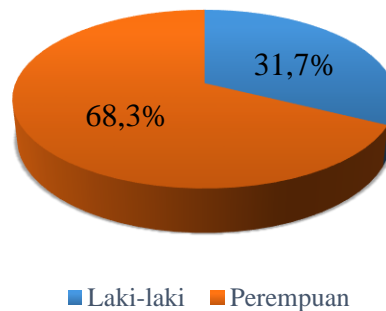
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian

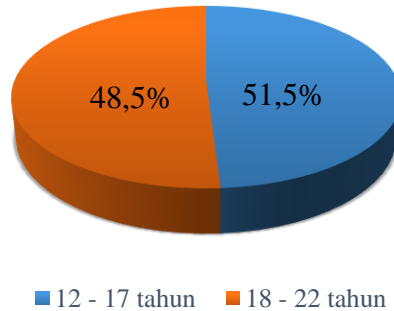
Subjek penelitian ini merupakan remaja yang memiliki orang tua bercerai yang terdapat di grup *facebook broken home*. Adapun jumlah responden yang diperoleh dari remaja laki-laki dan perempuan berusia 12 sampai 22 tahun, serta memiliki orang tua bercerai minimal telah terjadi selama 1 tahun adalah 101 sampel. Adapun deskripsi subjek dalam penelitian ini sebagai berikut:

Gambar 4.1 Data Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin



Berdasarkan gambar di atas, diketahui bahwa dari keseluruhan 101 subjek terdiri dari 32 subjek yang berjenis kelamin laki-laki dengan persentase 31,7% dan 69 subjek yang berjenis kelamin perempuan dengan persentase 68,3%.

Gambar 4.2 Data Subjek Penelitian Berdasarkan Usia



Berdasarkan gambar di atas menunjukkan bahwa dari keseluruhan 101 subjek terdapat 49 subjek berusia antara 12 sampai 17 tahun dengan persentase 48,5% dan 52 subjek berusia antara 18 sampai 22 tahun dengan persentase 51,5%.

2. Kategorisasi Variabel Penelitian

Kategorisasi masing-masing variabel penelitian dilakukan berdasarkan skor rata-rata dan standar variabel. Terdapat tiga kategori meliputi rendah, sedang, dan tinggi.

Tabel 4. 1 Deskripsi Data Variabel Penelitian

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Openness	101	6	24	15.9208	3.46030
Regulasi Diri	101	38	97	66.8515	11.10620
Resiliensi	101	62	124	91.4158	11.32808
Valid N (listwise)	101				

Berdasarkan tabel deskripsi di atas, menunjukkan bahwa pada variabel *openness* (X1) yang telah diukur dengan skala *openness* memperoleh skor minimum sebesar 6 dan skor data maksimum sebesar 24 dengan *mean* (rata-

rata) sebesar 15.9208, serta standar deviasi sebesar 3,46030. Sedangkan pada variabel regulasi diri (X2) yang telah diukur dengan skala regulasi diri memperoleh skor minimum sebesar 38 dan skor maksimum sebesar 97 dengan *mean* (rata-rata) sebesar 66.8515, serta standar deviasi sebesar 11,10620. Adapun pada variabel resiliensi (Y) yang telah diukur dengan skala resiliensi memperoleh skor data minimum sebesar 62 dan skor maksimum sebesar 124 dengan *mean* (rata-rata) sebesar 91.4158, serta standar deviasi sebesar 11.32808. Adapun kategorisasi setiap variabel sebagai berikut:

a. Kategorisasi Variabel Resiliensi

Tabel 4. 2 Rentang Skor Kategorisasi Variabel Resiliensi

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategori Skor
$X < (Mean - 1SD)$	$X < 80,09$	Rendah
$(Mean + 1SD) \leq X < (Mean - 1SD)$	$80,09 \leq X < 102,75$	Sedang
$X \geq (Mean + 1SD)$	$X \geq 102,65$	Tinggi

Tabel 4. 3 Kategorisasi Skor Variabel Resiliensi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	12	11.9	11.9	11.9
	Sedang	69	68.3	68.3	80.2
	Tinggi	20	19.8	19.8	100.0
	Total	101	100.0	100.0	

Berdasarkan data kategori di atas, maka data diketahui bahwa subjek penelitian yang memiliki resiliensi rendah berjumlah 12 subjek dengan persentase 11,8%, sedang sebanyak 69 subjek dengan persentase 68,8%, dan tinggi berjumlah 20 subjek dengan persentase 19,6%.

b. Kategorisasi Variabel *Openness*

Tabel 4. 4 Rentang Skor Kategori Skor Variabel *Openness*

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategori Skor
$X < (Mean - 1SD)$	$X < 12,46$	Rendah
$(Mean + 1SD) \leq X < (Mean - 1SD)$	$12,46 \leq X < 19,38$	Sedang
$X \geq (Mean + 1SD)$	$X \geq 19,38$	Tinggi

Tabel 4. 5 Kategorisasi Skor Variabel *Openness*

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	10	9.9	9.9	9.9
	Sedang	81	80.2	80.2	90.1
	Tinggi	10	9.9	9.9	100.0
	Total	101	100.0	100.0	

Berdasarkan data kategori di atas, maka data diketahui bahwa subjek yang memiliki *openness* rendah berjumlah 10 subjek dengan persentase 9,9%, sedang sebanyak 81 subjek dengan persentase 80,2%, dan tinggi sebanyak 10 subjek dengan persentase 9,9%.

c. Kategorisasi Variabel Regulasi Diri

Tabel 4. 6 Kategori Skor Variabel Regulasi Diri

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategori Skor
$X < (Mean - 1SD)$	$X < 55,74$	Rendah
$(Mean + 1SD) \leq X < (Mean - 1SD)$	$55,74 \leq X < 77,96$	Sedang
$X \geq (Mean + 1SD)$	$X \geq 77,96$	Tinggi

Tabel 4. 7 Kategorisasi Skor Variabel Regulasi Diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	11	10.9	10.9	10.9
	Sedang	76	75.2	75.2	86.1
	Tinggi	14	13.9	13.9	100.0
	Total	101	100.0	100.0	

Berdasarkan data kategori di atas, maka data diketahui bahwa subjek yang memiliki regulasi diri yang rendah berjumlah 11 subjek dengan persentase 10,9%, sedang berjumlah 76 subjek dengan persentase 75,2%, dan tinggi berjumlah 14 subjek dengan persentase 13,9%.

Berdasarkan pemaparan ketiga kategorisasi skor variabel di atas disimpulkan bahwa mayoritas resiliensi, *openness*, dan regulasi diri yang dimiliki oleh subjek berada pada kategori sedang.

B. Hasil Analisis Data

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui sampel yang telah diperoleh berasal dari populasi yang berdistribusi secara normal atau tidak. Uji normalitas pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov* melalui aplikasi SPSS 25.0. Nilai residual dikatakan terdistribusi normal jika nilai $p > 0,05$, apabila $p < 0,05$ maka dikatakan bahwa data tidak berdistribusi normal. Adapun hasil uji normalitas pada penelitian ini sebagai berikut:

Tabel 4. 8 Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		101
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	7.16384260
Most Extreme Differences	Absolute	.050
	Positive	.048
	Negative	-.050
Test Statistic		.050
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200^{c,d}

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Liliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel di atas, hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov dapat diketahui dengan melihat nilai signifikansi. Adapun nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,200. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05 sehingga berarti data berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah variabel dependen dan variabel independen memiliki hubungan linier atau tidak linier. Apabila pada *test for linearity* memiliki nilai signifikansi < 0,05 dapat dikatakan hubungan linier antara variabel independen dan variabel dependen. Hasil uji linieritas penelitian ini sebagai berikut:

Tabel 4. 9 Uji Linieritas *Openness* dan Resiliensi

			Sum of Aquares	Df	Mean Square	F	Sig.
Resiliensi (Y) * Openness (X1)	Between Groups	(Combined)	5172.946	14	369.496	4.149	.000
		Linearity	2664.985	1	2664.985	29.922	.000
		Deviation from Linearity	2507.961	13	192.920	2.166	.018
	Within Groups		7659.588	86	89.065		
	Total		12861.578	100			

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi pada baris *linearity* yaitu $0,000 < 0,05$, maka terdapat hubungan linier antara variabel *openness* dan variabel resiliensi. Pada baris *deviation from linearity* diketahui bahwa nilai signifikansi $0,018 < 0,05$, maka dikatakan bahwa terdapat hubungan tidak linier antara kedua variabel tersebut. Menurut Widhiarso (2010), jika nilai *deviation from linearity* tidak signifikan akan tetapi nilai *linearity* signifikan maka data tersebut sudah dapat diasumsikan sebagai data yang linier. Merujuk pada pertimbangan tersebut, maka disimpulkan bahwa variabel *openness* dan resiliensi memiliki hubungan yang linier.

Tabel 4. 10 Uji Linearitas Regulasi Diri dan Resiliensi

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Resiliensi (Y) * Regulasi Diri (X2)	Between Groups	(Combined)	10350.646	40	258.766	6.256	.000
		Linearity	7386.562	1	7386.562	178.571	.000
		Deviation from Linearity	2964.084	39	76.002	1.837	.017
	Within Groups		2481.889	60	41.365		
	Total		12832.535	100			

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi *linearity* sebesar $0,000 < 0,05$, artinya terdapat hubungan linier antara variabel regulasi diri dan variabel resiliensi. Sedangkan pada baris *deviation from linearity* memiliki nilai signifikansi $0,017 > 0,05$, maka berarti bahwa terdapat hubungan tidak linier antara kedua variabel tersebut. Berdasarkan pertimbangan yang telah disampaikan di atas, di mana meski *deviation from linearity* menunjukkan hasil tidak linier, tetapi *linearity* menunjukkan hubungan yang linier antara variabel dependen dan variabel independen sudah berarti bahwa kedua variabel memiliki hubungan linier. Dengan demikian, disimpulkan bahwa terdapat hubungan linier antara variabel regulasi diri dan variabel resiliensi.

d. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas merupakan pengujian yang dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang kuat antara variabel independen dalam model regresi linier. Uji ini dilakukan dengan

memperhatikan nilai VIF (*Variance Inflation Factor*) dan *tolerance*. Jika nilai VIF kurang dari 10,00 dan nilai *tolerance* lebih besar dari 0,100, maka dikatakan bahwa model regresi tidak memiliki masalah atau multikolinearitas.

Tabel 4. 11 Uji Multikolinearitas *Openness* dan Regulasi Diri

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	35.567	4.724		7.529	.000		
	<i>Openness</i> (X1)	.562	.230	.172	2.448	.016	.830	1.206
	Regulasi Diri (X2)	.702	.072	.688	9.806	.000	.830	1.206

Berdasarkan tabel di atas, diketahui nilai *tolerance* $0,830 > 0,100$ dan nilai VIF $1,206 < 10$, maka disimpulkan bahwa tidak ada gejala multikolinearitas.

2. Uji Hipotesis

Tabel 4. 12 Uji Regresi Linier Berganda

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.775 ^a	.600	.592	7.237

- a. Predictors: (Constant), Regulasi Diri (X2), *Openness* (X1)
- b. Dependent Variable: Resiliensi (Y)

Tabel 4. 13 Uji ANOVA

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
	Regression	7700.471	2	3850.235	73.523	.000^b
	Residual	5132.064	98	52.048		
	Total	12832.535	100			

a. Dependent Variable: Resiliensi (Y)

b. Predictors: (Constant), Regulasi Diri (X2), Openness (X1)

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa hasil signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai F sebesar 73,532. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis secara simultan diterima dengan nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,592, artinya terdapat pengaruh *openness* dan regulasi diri terhadap resiliensi sebesar 0,592 atau 59,2%. Sedangkan 0,408 atau 40,8% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada dalam penelitian.

Tabel 4. 14 Uji Hipotesis Secara Pengaruh Parsial

		Coefficient				
		Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients			
Model		B	Std. Error	Beta	T	Sig.
1	(Constant)	35.567	4.724		7.529	.000
	Openness (X1)	.562	.230	.172	2.448	.016
	Regulasi Diri (X2)	.702	.072	.688	9.806	.000

Berdasarkan hasil tabel di atas menunjukkan bahwa persamaan garis regresi linier berganda dalam penelitian ini adalah:

$$Y = 35,567 + 0,562X_1 + 0,702X_2$$

Keterangan:

Y : Resiliensi

X₁ : *Openness*

X₂ : Regulasi Diri

Hasil di atas menunjukkan nilai konstanta 35,567 adalah nilai resiliensi tanpa adanya *openness* dan regulasi diri. Nilai koefisien X₁ (0,562) berarti bahwa setiap kenaikan satu satuan *openness* dalam diri remaja dengan orang bercerai akan meningkatkan resiliensi sebesar 0,562 atau 56,2%. Koefisien X₂ (0,702) berarti bahwa setiap kenaikan satu satuan regulasi diri dalam diri remaja dengan orang tua bercerai akan meningkatkan resiliensi sebesar 0,702 atau 70,2%.

Berdasarkan tabel uji hipotesis secara parsial terlihat nilai signifikansi variabel *openness* sebesar 0,016 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis pertama diterima, di mana terdapat pengaruh signifikan *openness* terhadap resiliensi. Hal tersebut menunjukkan bahwa setiap kenaikan satu satuan *openness* berpengaruh terhadap kenaikan resiliensi sebesar 0,562 atau 56,2%. Selanjutnya, pada nilai signifikansi variabel regulasi diri sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis kedua diterima yang berarti terdapat pengaruh signifikan regulasi diri terhadap resiliensi. Hal tersebut berarti bahwa setiap kenaikan satu satuan regulasi diri berpengaruh terhadap kenaikan resiliensi sebesar 0,702 atau 70,2%.

Berdasarkan tabel ANOVA menunjukkan nilai signifikansi variabel *openness* dan regulasi diri sebesar 0,000 ($p < 0,05$) artinya hipotesis ketiga diterima. Hal ini berarti bahwa terdapat pengaruh secara simultan atau bersama-sama dari *openness* dan regulasi diri terhadap resiliensi, berarti bahwa setiap kenaikan satu satuan *openness* dan regulasi diri memberikan sumbangan terhadap kenaikan resiliensi sebesar 0,592 atau 59,2%.

C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *openness* dan regulasi diri terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Terdapat tiga hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh signifikan *openness* terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai, terdapat pengaruh signifikan regulasi diri terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai, dan terdapat pengaruh signifikan *openness* dan regulasi diri terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai.

Hipotesis pertama pada penelitian ini adalah terdapat pengaruh signifikan *openness* terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Berdasarkan hasil uji hipotesis didapatkan nilai signifikansi variabel *openness* sebesar 0,016 ($p < 0,05$) sehingga hipotesis pertama diterima. Berdasarkan nilai koefisien regresi regulasi diri terhadap resiliensi sebesar 0,562 atau 56,2%, artinya *openness* memiliki sumbangsih dalam memengaruhi resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Hal tersebut menunjukkan bahwa setiap kenaikan satu satuan *openness*

memiliki pengaruh terhadap kenaikan resiliensi sebesar 0,562 atau 56,2%. Hasil yang sama juga diperoleh dari penelitian Kharirah dan Saloom (2022) yaitu terdapat pengaruh signifikan *openness* terhadap resiliensi pada karyawan PHK di masa pandemi covid-19 dengan nilai signifikansi 0,000 dan nilai koefisien 0,231. Penelitian yang dilakukan oleh Chotimah (2018) menunjukkan hasil yang sama, di mana *openness* memiliki pengaruh signifikan terhadap resiliensi santri korban *bullying* di Ponpes Sunan Drajat dengan nilai signifikansi 0,000 dan nilai koefisien sebesar 0,038. Demikian pula hasil penelitian yang dilakukan Sidik dan Listiyandini (2017) menyatakan bahwa *openness* memiliki pengaruh signifikan terhadap resiliensi mahasiswa kedokteran dengan nilai signifikansi 0,000 dan nilai koefisien 0,694.

Terdapat faktor resiliensi yaitu koping stres dan dukungan sosial yang dapat dipengaruhi oleh aspek *openness*. Aspek-aspek *openness* menurut McCrae dan Costa (dalam Pervin dkk., 2015: 269) terdiri dari *fantasy*, *aesthetic*, *feeling*, *action*, *ideas*, dan *values*. Aspek *fantasy* berkaitan dengan imajinasi yang luas dan sikap yang luwes ditandai dengan ketertarikan terhadap humor. Penggunaan humor sebagai salah satu cara individu dalam merespon situasi tidak menyenangkan yang dialami dapat menjadi hal yang dapat mengurangi emosi negatif akibat stres yang dirasakan ketika menghadapi permasalahan. Sedangkan aspek *feeling* menekankan pada kesadaran terhadap diri sendiri dan orang-orang di sekitar individu. Hal ini menjadikan individu mampu menghargai pendapat maupun perilaku orang lain,

meski berbeda dengan apa yang diyakininya. Sikap demikian ini mendorong individu menerima respon yang baik dari orang lain, dapat berupa pemberian perhatian, kepedulian, bahkan dukungan dari orang lain ketika sedang mengalami situasi sulit. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dari aspek *openness* terhadap faktor resiliensi.

Individu yang memiliki resiliensi dapat diketahui melalui adanya sikap humor yang dimiliki (Wolin & Wolin dalam Ardani & Istiqomah, 2020: 139). Humor dapat berupa adanya pandangan positif terhadap apapun situasi yang dialami individu, baik situasi baik maupun buruk. Hal ini menjadikan situasi sulit dan berat menjadi suatu hal yang tidak hanya dipandang sebagai sesuatu yang sangat buruk. Humor yang sendiri dapat terbentuk dengan imajinasi aktif dalam mempersepsikan suatu permasalahan sehingga tidak hanya dipandang secara negatif saja.

Hipotesis kedua pada penelitian ini adalah terdapat pengaruh signifikan regulasi diri terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Berdasarkan hasil uji hipotesis didapatkan nilai signifikansi variabel regulasi diri sebesar 0,000 ($p < 0,05$) sehingga hipotesis kedua diterima. Berdasarkan nilai koefisien regresi regulasi diri terhadap resiliensi sebesar 0,702 atau 70,2%, artinya regulasi diri memiliki sumbangsih dalam memengaruhi resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Hal tersebut menunjukkan bahwa setiap kenaikan satu satuan regulasi diri memengaruhi kenaikan resiliensi pada remaja dengan orang tua

bercerai sebesar 0,702 atau 70,2%. Hasil penelitian serupa juga didapatkan oleh Rahman (2019) pada penelitiannya, di mana menunjukkan adanya pengaruh signifikan regulasi diri terhadap muallaf dengan nilai signifikansi 0,014 dan nilai koefisien 0,220. Sejalan pula dengan penelitian Siregar, dkk.(2022) yang menyatakan adanya pengaruh signifikan regulasi diri dalam belajar dengan resiliensi pada siswa SMA Tunas Harapan Mandiri Rantau Prapat dengan nilai signifikansi 0,000 dan nilai koefisien 18,072. Demikian pula hasil penelitian yang dilakukan oleh Mardiana (2021) juga menunjukkan adanya pengaruh regulasi diri terhadap resiliensi pada santri penghafal Al-Qur'an di *Islamic boarding school* dengan nilai signifikansi 0,001 dan nilai koefisien 0,161.

Terdapat faktor resiliensi yaitu efikasi diri dan optimisme yang dapat dipengaruhi oleh aspek-aspek regulasi diri. Menurut Bandura, dkk.(dalam Ormrod, 2016: 150-151), aspek-aspek regulasi diri meliputi menetapkan standar dan tujuan, observasi diri, evaluasi diri, reaksi diri, dan refleksi diri. Aspek observasi diri berkaitan dengan kemauan individu dalam memperhatikan dan mengetahui kelebihan dan kekurangan dirinya. Hal ini dapat memberikan keyakinan terhadap kemampuan diri untuk mengatur dan mencari penyelesaian masalah yang dihadapi. Aspek regulasi diri lainnya yaitu evaluasi diri, di mana individu cenderung mengoreksi setiap perilaku yang diperbuat. Hal ini membuat individu memiliki pertimbangan dalam melakukan suatu hal, apakah akan memberikan dampak baik atau buruk bagi dirinya dalam mencapai sesuatu yang ingin diraih, baik.

Pertimbangan yang matang tersebut membantu individu untuk memiliki sikap optimis terhadap keputusan yang diambil, baik dalam penyelesaian masalah maupun impian yang ingin dicapai. Berdasarkan pemaparan tersebut menunjukkan adanya pengaruh aspek regulasi diri terhadap resiliensi.

Regulasi diri yang baik dapat ditandai dengan adanya integritas atau dapat dipercaya, kesadaran diri yang baik, dan adaptif dalam (Sunindjono, dkk. dalam Nashori dan Saputro, 2021). Kemampuan adaptasi yang baik pada diri individu dalam setiap kondisi yang dihadapi mendukung tercapainya resiliensi. Melalui adaptasi dalam menghadapi situasi sulit yang dialami membantu remaja dalam menerima situasi sulit tersebut. Selanjutnya remaja akan lebih mudah bangkit dari permasalahan yang disebabkan dari perceraian orang tua.

Hipotesis ketiga pada penelitian ini adalah terdapat pengaruh signifikan *openness* dan regulasi diri terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Uji hipotesis yang dilakukan menghasilkan nilai signifikansi variabel *openness* dan regulasi diri sebesar 0,000 ($p < 0,05$) sehingga hipotesis ketiga diterima. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh secara simultan variabel *openness* dan regulasi diri terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Berdasarkan nilai koefisien regresi *openness* dan regulasi diri sebesar 0,592 atau 59,2% yang artinya *openness* dan regulasi diri secara bersama-sama memiliki sumbangsih untuk memengaruhi resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Hal tersebut berarti setiap kenaikan satu satuan *openness* dan

regulasi diri secara simultan berpengaruh terhadap kenaikan resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai sebesar 0,592 atau 59,2%.

Pada aspek-aspek *openness* dan aspek-aspek regulasi diri memiliki pengaruh terhadap faktor resiliensi. Aspek-aspek *openness* menurut McCrae dan Costa (dalam Pervin dkk., 2015: 269) yang terdiri dari *fantasy* dan *feeling* memiliki pengaruh terhadap faktor resiliensi dalam kaitannya dengan koping stres dan dukungan orang-orang disekitar yang dibutuhkan individu ketika menghadapi kesulitan dan melewati situasi yang tidak diharapkan. Kemudian, aspek-aspek regulasi diri menurut Bandura, dkk. (dalam Ormrod, 2016) meliputi observasi diri dan evaluasi diri berpengaruh terhadap faktor resiliensi yaitu keyakinan individu akan kemampuannya untuk menghadapi permasalahannya dan mencari penyelesaian masalah, serta memiliki harapan yang baik untuk kehidupan mereka di masa yang akan datang.

Berdasarkan hasil analisis data disimpulkan bahwa persamaan garis regresi linier berganda pada penelitian ini adalah $Y = 35,567 + 0,562X_1 + 0,702X_2$ atau resiliensi = $35,567 + 0,562X_1$ (*openness*) + $0,702X_2$ (regulasi diri). Hasil ini menunjukkan nilai konstanta sebesar 35.567 sebagai nilai resiliensi tanpa adanya *openness* dan regulasi diri. Nilai koefisien X_1 (0,562) berarti setiap kenaikan satu satuan *openness* dalam diri remaja dengan orang bercerai akan meningkatkan resiliensinya sebesar 0,562 atau 56,2%. Koefisien X_2 (0,702) berarti bahwa setiap

kenaikan satu satuan regulasi diri dalam diri remaja dengan orang tua bercerai akan meningkatkan resiliensi sebesar 0,702 atau 70,2%.

Hasil kategorisasi skor pada variabel resiliensi, *openness*, dan regulasi diri menunjukkan pada kategori sedang. *Openness* yang tergolong kurang dapat dikarenakan minimnya minat dan ketertarikan subjek pada kesenian, misalnya terhadap musik atau pun kesenian lain. Berpikir secara mendalam bagi individu juga lebih banyak difokuskan tentang memikirkan permasalahan kehidupan masing-masing individu dibandingkan hal-hal lainnya. Regulasi diri yang tergolong kurang dapat pula disebabkan kurangnya bahkan hilangnya harapan individu untuk meraih tujuan dan cita-cita karena orang tua yang tidak lagi utuh. Resiliensi yang minim memungkinkan disebabkan oleh hubungan yang kurang baik dengan orang-orang disekitar individu, khususnya keluarga. Selain itu, dapat juga dikarenakan tidak adanya tempat bagi individu untuk bercerita kepada orang lain sehingga kurang mampu memaksimalkan potensi yang dimiliki dalam menghadapi permasalahan.

Penelitian ini dilakukan oleh peneliti sesuai dengan prosedur atau aturan ilmiah yang ada, tetapi penelitian ini tentunya masih memiliki beberapa keterbatasan. Adapun keterbatasan tersebut adalah cukup sulitnya mencari responden yang sesuai dengan kriteria subjek penelitian. Hal ini dikarenakan tidak semua anggota grup *facebook broken home* memiliki karakteristik yang sesuai dengan subjek penelitian ini. Bahkan peneliti menemukan banyak pula anggota

yang tidak termasuk *broken home*, tetapi mereka sekedar ingin mengetahui berbagai cerita orang lain, serta menjadikan pengalaman hidup orang lain agar membantu mereka lebih bersyukur. Hal tersebut menuntut peneliti untuk lebih teliti dalam memperoleh responden yang sesuai dengan kriteria subjek penelitian. Kekurangan lainnya adalah banyaknya aitem dari skala regulasi diri yang gugur. Hal ini kemungkinan dikarenakan variabel regulasi diri menjadi skala urutan terakhir dari tiga skala yang ada dalam kuesioner, sehingga pada akhir-akhir pengisian kuesioner banyak responden yang mengisi secara asal-asalan dan tergesa-gesa. Selain itu, kurangnya pemahaman responden terkait pernyataan dalam kuesioner dan kejujuran dalam pengisian kuesioner juga dapat memungkinkan hasil yang diperoleh kurang akurat.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Hasil uji hipotesis pertama diterima, yakni terdapat pengaruh signifikan *openness* terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Hal tersebut berarti bahwa *openness* memiliki sumbangan yang positif dalam memengaruhi resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Semakin tinggi *openness* yang dimiliki, maka semakin tinggi pula resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Sebaliknya, semakin rendah *openness* yang dimiliki, maka semakin rendah pula resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai.
2. Hasil uji hipotesis kedua diterima, yakni terdapat pengaruh signifikan regulasi diri terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Hal tersebut berarti bahwa regulasi diri memiliki sumbangan secara positif dalam memengaruhi resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Semakin tinggi regulasi diri yang dimiliki, maka semakin tinggi pula resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Sebaliknya, semakin rendah regulasi diri yang dimiliki, maka semakin rendah pula resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai.

3. Hasil uji hipotesis ketiga diterima, yakni terdapat pengaruh signifikan *openness* dan regulasi diri terhadap resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Hal tersebut berarti bahwa *openness* dan regulasi diri secara bersama-sama memberikan sumbangan yang positif dalam memengaruhi resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Semakin tinggi *openness* dan regulasi diri yang dimiliki, maka semakin tinggi pula resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Sebaliknya, semakin rendah *openness* dan regulasi diri yang dimiliki, maka semakin rendah pula resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, penulis memberikan saran kepada beberapa pihak yang bersangkutan dengan penelitian ini, meliputi:

1. Bagi Subjek

Hasil penelitian ini dapat memberikan inspirasi bagi subjek penelitian agar meningkatkan *openness* dan regulasi diri sehingga dapat mendukung terbentuknya resiliensi pada diri individu yang lebih tinggi.

2. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini dapat memberikan sumber informasi tambahan mengenai dukungan dalam terbentuknya *openness* dan regulasi diri yang baik pada anak sejak dini sehingga dapat memunculkan resiliensi yang baik pada anak dalam menghadapi semua situasi yang dialami, khususnya situasi sulit.

3. Bagi Pembaca

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi pembaca terkait resiliensi sebagai kemampuan penting bagi setiap individu untuk bangkit dari permasalahan. Upaya peningkatan resiliensi dapat didukung dengan adanya *openness* dan regulasi diri, sehingga kedua komponen perlu dimiliki pada diri individu.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini hendaknya dapat menjadi inspirasi bagi peneliti selanjutnya, khususnya mengenai *openness*, regulasi diri, dan resiliensi. Peneliti selanjutnya dapat pula meneliti faktor kepribadian yang lain selain *openness* dalam memengaruhi resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai seperti *extraversion*, *neuroticism*, maupun faktor kepribadian lainnya atau meneliti tentang pengaruh *openness* terhadap resiliensi tetapi pada subjek yang berbeda untuk mengetahui hasil penelitian pengaruh *openness* terhadap resiliensi. Selain itu, dapat pula menguji faktor resiliensi lainnya, seperti optimisme, efikasi diri, usia, dan gender, atau lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajhuri, K. F. (2019). Psikologi perkembangan pendekatan sepanjang rentang kehidupan. In *Psikologi Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Penebar Media Pustaka.
- Alwisol. (2016). *Psikologi kepribadian*. UMM Press.
- Ardani, T. A., & Istiqomah. (2020). *Psikologi positif perspektif kesehatan mental islam*. PT Remaja Rosdakarya.
- Aryadelina, M., & Laksmiwati, H. (2019). Resiliensi remaja dengan latar belakang orang tua yang bercerai. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(2), 1–10.
- Aulia, A. R., & Karimulloh. (2021). Faktor-faktor resiliensi dalam perspektif hadits: studi literatur. *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*, 12(2), 194–208. <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/alqalb/article/view/3096>
- Azwar, S. (2013). *Metode penelitian* (2nd ed.). Putaka Belajar.
- Azwar, S. (2019). *Metode penelitian psikologi* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- Balgies, S. (2018). Pengaruh kepribadian big 5 terhadap motivasi berprestasi siswa MTSN. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 15(2), 34–42. <https://doi.org/10.18860/psi.v15i2.6742>
- Bryner, C. L. (2003). Children of divorce. *JABFP*, 14(3), 201–210. <https://doi.org/10.1542/peds.46.4.588>
- Bukhori, B., Hassan, Z., Hadjar, I., & Hidayah, R. (2017). The effect of spirituality and social support from the family toward final semester university students' resilience. *Man in India*, 97(19), 313–321.
- Cahyani, Y. U., & Rahmasari, D. (2018). Resiliensi pada remaja awal yang orangtuanya bercerai. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(3), 1–7. <https://doi.org/10.29080/ipr.v1i2.186>
- Chotimah, S. K. (2018). Pengaruh tipe kepribadian hexaco dan persepsi dukungan sosial terhadap resiliensi santri korban bullying di Ponpes Sunan Drajat. In *Repository.Uinjkt.Ac.Id*. <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/46081>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Desmita. (2015). *Psikologi perkembangan*. PT Remaja Rosdakarya.
- Detta, B., & Abdullah, S. M. (2017). Dinamika resiliensi remaja dengan keluarga broken home. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 19(2), 71–86. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v19i2.600>
- Direktori Putusan Mahkamah Agung Republik Indonesia. (2023). Putusan putus per tahun perceraian.
- Gani, I., & Amalia, S. (2018). *Alat analisis data*. Penerbit Andi.
- Ghufroon, M. N., & Risnawita, R. (2010). *Teori-teori psikologi*. Ar-Ruzz Media.

- Hasanat, N. U., & Subandi. (1998). Hasanat dan Subandi (1998). *Jurnal Psikologi*, 1, 17–25.
- Hermansyah, M. T., & Hadjam, M. N. R. H. (2020). Resiliensi pada remaja yang mengalami perceraian orang tua: studi literatur. *Motiva: Jurnal Psikologi*, 3(2), 52–57. <https://doi.org/10.31293/mv.v3i2.4950>
- Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B., & Yuen, T. (2011). What is resilience? *Canadian Journal of Psychiatry*, 56(5), 258–265. <https://doi.org/10.1177/070674371105600504>
- Hidayat, D. R. (2015). *Teori dan aplikasi psikologi kepribadian dalam konseling*. Ghalia Indonesia.
- Hidayat, T., Abdussalam, A., & Fahrudin, F. (2016). Konsep berpikir (al-fikr) dalam al quran dan implikasinya terhadap pembelajaran PAI di Sekolah (studi tematik tentang ayat-ayat yang mengandung term al-fikr). *TARBAWY: Indonesian Journal of Islamic Education*, 3(1), 1. <https://doi.org/10.17509/t.v3i1.3455>
- Hikmah, S. (2015). *Psikologi perkembangan tinjauan dalam perspektif Islam*. CV. Karya Abadi Jaya.
- Husna, A. N., Hidayati, F. N. R., & Ariati, J. (2014). Regulasi diri mahasiswa berprestasi. *Jurnal Psikologi Undip*, 13(1), 50–63. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/jpu.13.1.50-63>
- Ismiati. (2018). Perceraian orangtua dan problem psikologis anak. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 1(1), 1–16. <https://doi.org/10.22373/taujih.v1i1.7188>
- Izzaturrohmah, & Khaerani, N. M. (2018). Peningkatan resiliensi perempuan korban pelecehan seksual melalui pelatihan regulasi emosi. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 117–140. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v3i1.2527>
- John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The big five trait taxonomy: history, measurement, and theoretical perspective. In *Handbook of personality: Theory and Research* (pp. 102–138).
- Kahfi, A. S. (2016). Komitmen beragama Islam, konsep diri dan regulasi diri para pengguna narkoba. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 21(1), 87–104. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol21.iss1.art9>
- Kharirah, N., & Saloom, G. (2022). Resiliensi pada karyawan PHK di masa pandemi covid-19. *Jurnal Ilmu Sosial*, 1(8), 803–810.
- Kurniawan, A. W., & Puspitaningtyas, Z. (2016). *Metode penelitian kuantitatif*. Pandiva Buku.
- Kurniawan, Y., & Noviza, N. (2017). Peningkatan resiliensi pada penyintas kekerasan terhadap perempuan berbasis terapi kelompok pendukung. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(2), 125–142. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i2.1968>
- Larasati, R., Nugrahawati, E. N., & Sartika, S. (2019). Hubungan antara tipe kepribadian dengan psychological well-being pada remaja dari orang tua bercerai di kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 5(2), 944–949.

- Lidarnita. (2019). Pengaruh pola asuh orang tua terhadap pembentukan kepribadian anak-anak di taman kanak-kanak As-Salam Kecamatan. Alam Barajo Kota Jambi. *Jurnal Literasiologi*, 2(2), 147–161. <https://doi.org/10.47783/literasiologi.v2i2.47>
- Mardiana, I. B. (2021). Pengaruh regulasi diri terhadap resiliensi santri penghafal al qur'an di islamic boarding school. In *Skripsi Universitas Muhammadiyah Malang*. <https://eprints.umm.ac.id/84213/1/SKRIPSI.pdf>
- Miller, W. ., & Brown, J. M. (1991). Self-regulation as a conceptual basis for the prevention and treatment of addictive behaviours. *Self-Control and the Addictive Behaviours*, 3–79.
- Mlinac, M. E., Sheerean, T. H., Blissmer, B., Lees, F., & Martins, D. (2011). Psychological resilience. In B. Resnick, L. P. Gwyther, & K. A. Roberto (Eds.), *Resilience in Aging Concepts, Research, and Outcomes*. Springer.
- Mubarok, A. (2016). *Psikologi keluarga*. Madani.
- Muhson, A. (2012). *Pelatihan analisis statistik dengan SPSS*. FE UNY.
- Mustikasari, D. S. (2019). Personality to resilience: a systematic review. *Psikovidya*, 23(1), 1–21. <https://doi.org/10.37303/psikovidya.v23i1.125>
- Nadeak, T. F. S. (2014). Fenomena anak nakal di Rungkut- Surabaya. *Paradigma*, 2(2), 1–6.
- Nashori, F., & Saputro, I. (2021). Psikologi resiliensi. In *Universitas Islam Indonesia. Universitas Islam Indonesia*. https://www.researchgate.net/publication/351283333_Psikologi_Resiliensi
- Novianti, R. (2018). Orang tua sebagai pemeran utama dalam menumbuhkan resiliensi anak. *Jurnal Educhild: Pendidikan Dan Sosial*, 7(1), 26–33. <https://doi.org/10.33578/jpsbe.v7i1.5101>
- Nuriyyatiningrum, N. A. H., Siswadi, A. G. P., Djunaidi, A., & Akorede, Q. M. (2020). Psychoeducational support group to the resilience of caregivers of chronic kidney disease patients undergoing hemodialysis. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(1), 89–106. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v5i1.3572>
- Octaryani, M., & Baidun, A. (2018). Uji validitas konstruk resiliensi. *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 6(1), 43–52. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v6i1.8150>
- Olson, M. H., & Hergenhahn, B. R. . (2013). *Pengantar teori-teori kepribadian* (8th ed.). Pustaka Pelajar.
- Ormrod, J. E. (2016). *Human learning* (7th ed.). Pearson.
- Panjaitan, H. (2014). Pentingnya menghargai orang lain. *Humaniora*, 5(1), 88–96. <https://doi.org/10.21512/humaniora.v5i1.2984>
- Pervin, L. A., Cervone, D., & John, O. P. (2015). *Psikologi kepribadian: teori dan penelitian Edisi 9* (9th ed.). Prenadamedia Group.
- Prasetyo, B., & Jannah, L. M. (2012). *Metode penelitian kuantitatif: Teori dan aplikasi*. PT Rajagrafindo Persada.
- Pratiwi, I. W., & Wahyuni, S. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi self regulation

- remaja dalam bersosialisasi. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan Sdm*, 8(1), 1–11.
<https://ejournal.borobudur.ac.id/index.php/psikologi/article/view/589>
- Priandana, S., & Sunarsi, D. (2021). *Metode penelitian kuantitatif* (Vol. 21, Issue 1). Pascal Books. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203>
- Priyono. (2014). *Metode penelitian kuantitatif*. Zifatama Publishing.
- Ramadhani, N. (2007). Apakah kepribadian menentukan pemilihan media komunikasi? metaanalisis terhadap hubungan kepribadian extraversion, neuroticism, dan openness to experience dengan penggunaan email. *Jurnal Psikologi*, 34(2), 112–129. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7092>
- Ramadhani, S., Ningsih, S. D., Nursiti, D., & Hutabarat, A. L. (2021). Pengaruh sense of humor terhadap stres diri pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi fakultas psikologi Universitas Sumatera Utara. *Jurnal Psychomutiara*, 4(2), 40–60. <https://doi.org/10.51544/psikologi.v4i2.3323>
- Ramdhani, N. (2012). Adaptasi bahasa dan budaya inventori big five. *Jurnal Psikologi*, 39(2), 189–207. [https://doi.org/10.1016/S0143-4004\(97\)90091-6](https://doi.org/10.1016/S0143-4004(97)90091-6)
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The resilience factor: 7 overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway Books.
- Revasika, S., & Robiyanto, O. I. (2021). Pengaruh kepribadian (the big five personality) terhadap reaksi emosi pada mahasiswa saat kegiatan belajar daring. *Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 3(1), 49–58. <https://doi.org/10.1007/s00287-015-0904-y>
- Rifiani, P., Dharta, F. Y., & Oxcygentri, O. (2022). Pengaruh endorse influencer fadil jaidi terhadap minat beli konsumen (survei eksplanatori pada pengikut media sosial instagram @fadiljaidi). *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(12), 289–301. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.6944728>.
- Rizki, A., & Ummayah, U. (2021). Analisis pengukuran regulasi diri. *Empati: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2), 137–144. <https://doi.org/https://doi.org/10.26877/empati.v8i2.8957>
- Rutten, B. P. F., Hammels, C., Geschwind, N., Menne-Lothmann, C., Pishva, E., Schruers, K., van den Hove, D., Kenis, G., van Os, J., & Wichers, M. (2013). Resilience in mental health: Linking psychological and neurobiological perspectives. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 128(1), 3–20. <https://doi.org/10.1111/acps.12095>
- Saichu, A. C., & Listiyandini, R. A. (2018). Pengaruh dukungan keluarga dan pasangan terhadap resiliensi ibu yang memiliki anak dengan spektrum autisme. *Psikodimensia*, 17(1), 1–9. <https://doi.org/10.24167/psidim.v17i1.1293>
- Saifuddin, A. (2020). *Penyusunan skala psikologi*. Prenadamedia Group.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence perkembangan remaja* (Enam). Erlangga.
- Sastrawinata, H. (2011). Pengaruh kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan ketrampilan sosial terhadap kinerja auditor pada KAP di kota Palembang. *Sosialita*, 1(2), 1–23.

- Shihab, M. Q. (2017a). *Tafsir al-mishbah pesan, kesan, dan keserasian al-Qur'an volume 1*. Lentera Hati.
- Shihab, M. Q. (2017b). *Tafsir al-mishbah pesan, kesan, dan keserasian al-Qur'an volume 13*. Lentera Hati.
- Shihab, M. Q. (2017c). *Tafsir al-mishbah pesan, kesan, dan keserasian al-Qur'an volume 15*. Lentera Hati.
- Shihab, M. Q. (2017d). *Tafsir al-mishbah pesan, kesan, dan keserasian al-Qur'an volume 6*. Lentera Hati.
- Sianipar, N. A., & Kaloeti, D. V. S. (2019). Hubungan antara regulasi diri dengan fear of missing out (FoMO) pada mahasiswa tahun pertama. *Jurnal Empati*, 8(1), 136–143.
- Sidik, E. H., & Listiyandini, R. A. (2017). Peran kepribadian big five terhadap resiliensi mahasiswa kedokteran. *Prosiding Konferensi Nasional III Psikologi Kesehatan*, 1, 184–197.
- Siregar, N. P. S., Menanti, A., & Hasanuddin, H. (2022). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan regulasi diri belajar terhadap resiliensi pada siswa SMA Tunas Harapan Mandiri Rantau Prapat. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 5(1), 284–292. <https://doi.org/10.34007/jehss.v5i1.1200>
- Soto, C. J., & John, O. P. (2017). Short and extra-short forms of the Big Five Inventory–2: The BFI-2-S and BFI-2-XS. *Journal of Research in Personality*, 68(June), 69–81.
- Southwick, S. M., & Charney, D. S. (2012). *Resilience: the science of mastering life's greatest challenges*. Cambridge University Press.
- Straub, D., & Gefen, D. (2004). Validation guidelines for IS positivist research. *Communications of the Association for Information Systems*, 13, 380–427. <https://doi.org/10.17705/1cais.01324>
- Suprpto, S. A. P. (2020). Pengaruh religiusitas terhadap resiliensi pada santri pondok pesantren. *Cognicia*, 8(1), 69–78. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i1.11738>
- Supratiknya, A. (2014). *Pengukuran psikologis*. Universitas Sanata Dharma.
- Suryadi, D. (2018). *Melenting menjadi resilien*. Penerbit Andi.
- Syahrum, & Salim. (2014). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Citapustaka Media.
- Taniredja, T. (2011). *Penelitian kuantitatif (sebuah pengantar)*. Alfabeta. <https://www.jopglass.com/penelitian-kuantitatif/>
- Tuwah, M. (2016). Resiliensi dan kebahagiaan dalam perspektif psikologi positif. *El-Ghiroh*, 10(1), 131–141. <https://doi.org/10.37092/el-ghiroh.v10i1.52>
- Ulfiah. (2016). *Psikologi keluarga pemahaman hakikat keluarga dan penanganan problematika rumah tangga*. Ghalia Indonesia.
- Untari, I., Putri, K. P. D., & Hafiduddin, M. (2018). Dampak perceraian orang tua terhadap kesehatan psikologis remaja. *PROFESI (Profesional Islam) Media Publikasi Penelitian*, 15(2), 99–106.
- Utari, R. (2021). Self regulation pada remaja dalam perspektif Islam (cara pandang dalam perspektif psikologi dan agama Islam menghadapi usia remaja dan

- problematikanya). *Bayani: Jurnal Studi Islam*, 1(1), 43–51. <https://doi.org/10.52496/bayaniv.1i.1pp43-51>
- Wangi, E. N., & Walastri, A. (2014). Efektivitas thinking for a change terhadap peningkatan regulasi diri warga binaan masyarakat kasus penipuan. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 6(2), 251–264. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol6.iss2.art8>
- Widhiarso, W. (2010). *Uji linieritas hubungan*. Fakultas Psikologi UGM. https://www.researchgate.net/publication/338738691_Catatan_Pada_Uji_Linieritas_Hubungan?channel=doi&linkId=5e27d7ada6fdcc70a140e020&showFulltext=true
- Widyasari, S. D., Prasetyo, R. A. B., & Puspongoro, R. A. (2017). Pengaruh kepribadian openness dan agreeableness terhadap intensi berbagi pengetahuan pada karyawan perum LPPNPI (AirNav Indonesia) cabang Madya Surabaya. *Mediapsi*, 03(02), 39–48. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2017.003.02.5>
- Wiratama, M. Y., & Romadhani, R. K. (2021). Hubungan antara sense of humor dengan stres kerja pada pegawai. *Acta Psychologia*, 3(1), 81–87. <https://doi.org/10.21831/ap.v3i1.40051>
- Wirawan, I. M. (2016). Pendekatan komputasi numerik metode regresi pada penelitian yang mengamati suatu kecenderungan/trends terhadap peningkatan prestasi/hasil belajar. *Tekno*, 25(1), 1–14. <http://journal.um.ac.id/index.php/tekno/article/view/5793>
- Yasdar, M., & Mulyadi. (2018). Penerapan teknik regulasi diri (self-regulation) untuk meningkatkan kemandirian belajar mahasiswa program studi bimbingan konseling STKIP Muhammadiyah Enrekang. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 2(2), 50–60. <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v2i2.9>
- Yu, X., & Zhang, J. (2007). Factor analysis and psychometric evaluation of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) with chinese people. *Social Behavior and Personality*, 35(1), 19–30. <https://doi.org/10.2224/sbp.2007.35.1.19>
- Zulfah. (2021). Karakter: pengendalian diri. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1(1), 28–33.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Uji Coba

Skala 1

No.	Pernyataan	Pilihan			
		STS	TS	S	SS
1.	Saya berusaha segera menyelesaikan masalah yang muncul				
2.	Saya berhati-hati dalam memutuskan segala sesuatu				
3.	Saya yakin bahwa masalah dapat mendewasakan diri				
4.	Saya tetap mengerjakan tugas meski sedang sedih				
5.	Saya berdoa ketika menghadapi kesulitan				
6.	Saya melakukan kegiatan baru agar tidak terlarut dalam masalah keluarga				
7.	Saya senang menggunakan humor untuk menghibur diri				
8.	Saya memilih-milih dalam bercerita kepada teman tentang masalah pribadi				
9.	Saya tidak mau melukai diri sendiri meski menghadapi kondisi sulit				
10.	Saya yakin Tuhan akan membantu saya menyelesaikan masalah				
11.	Saya menyerah ketika tidak kunjung menemukan solusi masalah				
12.	Saya ceroboh dalam bertindak sehingga saya mengalami penyesalan terus-menerus				
13.	Saya merasa bahwa masalah yang saya hadapi telah menghancurkan masa depan saya				
14.	Ketika sedang terpuruk, saya mengurung diri di kamar dalam waktu yang lama				
15.	Saya enggan berdoa meski sedang ada masalah				
16.	Saya merasa kehilangan cita-cita setelah ada masalah dalam keluarga				
17.	Saya sedih selama sehari-hari ketika menghadapi masalah				
18.	Saya menceritakan keluh kesah saya kepada siapa saja				
19.	Ketika saya mengalami kesulitan, saya melukai diri sendiri				

20.	Saya ragu Tuhan mau membantu saya ketika menghadapi kesulitan				
21.	Saya menyelesaikan masalah dengan pertimbangan yang matang				
22.	Saat mengalami masalah, saya dapat memperkirakan seberapa besar dampak masalah tersebut sehingga saya segera mencari penyelesaian masalah yang tepat				
23.	Saya mengambil hikmah dari masalah yang saya alami				
24.	Saya tetap berusaha menjalani aktivitas dengan baik meskipun sedang stress				
25.	Saya melaksanakan ibadah secara rutin				
26.	Saya berusaha meraih impian saya				
27.	Ketika saya menghadapi situasi sulit, saya sedih sewajarnya tanpa berlarut-larut				
28.	Saya tetap berinteraksi dengan teman meski sedang terpuruk				
29.	Saya menahan diri untuk tidak melakukan perilaku yang merugikan diri sendiri				
30.	Saya percaya apapun yang terjadi adalah yang terbaik menurut Tuhan				
31.	Saya tidak peduli jika hidup saya hancur				
32.	Saya tidak tahu bahwa masalah keluarga memiliki dampak sebesar ini sehingga saya mengalami kesedihan yang mendalam				
33.	Saya sulit mencari hikmah dari masalah yang ada				
34.	Saya kehilangan semangat untuk menjalani aktivitas ketika stress				
35.	Saya meninggalkan ibadah kepada Tuhan				
36.	Saya tidak peduli dengan masa depan saya				
37.	Sesuatu yang biasanya lucu bagi saya, sulit membuat saya tertawa ketika sedang mengalami stress				
38.	Saya enggan bertemu siapa saja ketika terpuruk				
39.	Saya membanting benda di sekitar saya saat marah				
40.	Saya menganggap bahwa Tuhan tidak adil kepada saya				

Skala 2

No.	Permyataan	Pilihan			
		STS	TS	S	SS
1.	Saya adalah seorang yang sering dapat ide baru				
2.	Saya adalah seorang yang suka penasaran dengan banyak hal yang berbeda				
3.	Saya adalah seorang yang pemikir yang cerdas				
4.	Saya adalah seorang yang memiliki imajinasi aktif				
5.	Saya adalah seorang yang berdaya cipta				
6.	Saya adalah seorang yang menghargai pengalaman-pengalaman artistik dan estetik				
7.	Saya adalah orang yang lebih suka melakukan tugas yang rutin, yang biasa dilakukan				
8.	Saya adalah seorang yang suka merenung, mengutak atik gagasan				
9.	Saya adalah orang yang mempunyai hanya sedikit minat seni dan berkesenian				
10.	Saya adalah orang yang hebat dalam seni, musik, atau kesusasteraan				

Skala 3

No.	Pernyataan	Pilihan			
		STS	TS	S	SS
1	Saya membuat rencana untuk meraih impian				
2.	Saya bertanya kepada orang lain untuk menilai perilaku saya				
3.	Saya berpikir berulang kali sebelum mengambil keputusan				
4.	Saya memberikan hadiah pada diri sendiri setelah berhasil mengerjakan pekerjaan tertentu				
5.	Saya yakin bahwa saya telah berusaha maksimal untuk mencapai tujuan				
6.	Saya mengikuti berbagai kegiatan yang mendukung tercapainya cita-cita				
7.	Saya tahu tentang hal yang saya kuasai				
8.	Saya senang mengoreksi tindakan saya sehari-hari				

9.	Saya mau mengakui kesalahan ketika terbukti berperilaku salah				
10.	Saya mengganti rencana saya ketika ada masalah pada rencana sebelumnya				
11.	Saya bingung tentang impian saya yang sesungguhnya				
12.	Saya baru tahu bahwa perilaku saya salah setelah diingatkan oleh orang lain				
13.	Saya mengambil keputusan tanpa pertimbangan yang matang				
14.	Saya enggan memberikan hadiah apapun untuk diri sendiri meski telah berhasil menyelesaikan tugas tertentu				
15.	Saya tidak mencari tahu mengapa saya gagal mencapai target saya				
16.	Saya malas mengikuti banyak kegiatan meski hal itu mendukung tercapainya impian				
17.	Saya masih mencari tahu apa saja kelebihan saya				
18.	Saya melakukan kesalahan yang sama secara berulang kali				
19.	Saya enggan mengakui kesalahan				
20.	Saya enggan mengubah apa yang sudah dijalani meski bermasalah				
21.	Saya berusaha melakukan apa saja yang saya mau				
22.	Saya mengetahui ketika saya berperilaku yang melanggar norma				
23.	Saya mempertimbangkan dampak perilaku saya				
24.	Saya berterima kasih pada diri sendiri atas pencapaian saya				
25.	Saya berusaha mengikuti kegiatan yang dapat menambah wawasan				
26.	Saya mencari peluang untuk mencapai impian				
27.	Saya tahu apa yang perlu saya perbaiki dari diri saya				
28.	Saya belajar dari kesalahan saya				
29.	Saya menyesal setelah melakukan kesalahan				
30.	Saya fokus pada rencana yang telah berjalan dengan baik				
31.	Saya bingung apa yang ingin saya raih				

32.	Saya bingung dengan perilaku diri sendiri				
33.	Saya berperilaku sesuka saya tanpa mengetahui dampak perilaku tersebut				
34.	Bagi saya, pencapaian diri sendiri adalah hal biasa yang tidak perlu diistimewakan				
35.	Saya tidak berusaha mengoreksi upaya apa saja yang telah saya lakukan untuk meraih target				
36.	Saya mengabaikan kesempatan untuk meraih impian				
37.	Saya terlalu fokus pada kekurangan diri sendiri tanpa melihat kelebihan yang saya miliki				
38.	Saya tidak peduli meski telah melanggar aturan di lingkungan social				
39.	Meski telah melakukan kesalahan, saya tidak memiliki rasa penyesalan				
40.	Saya hanya memiliki satu rencana dalam mencapai tujuan				

Lampiran 2 Hasil Uji Validitas

1. Validitas Skala Resiliensi

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item -Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y.1	114.19	248.609	.600	.920
Y.2	113.78	255.789	.471	.921
Y.3	113.75	252.903	.463	.921
Y.4	114.34	250.620	.480	.921
Y.5	113.69	253.319	.537	.921
Y.6	113.88	262.565	.101	.924
Y.7	113.97	252.612	.421	.922
Y.8	113.78	267.467	-.109	.927
Y.9	114.34	249.588	.541	.920
Y.10	113.53	250.773	.618	.920
Y.11	114.41	246.055	.725	.918
Y.12	114.59	247.410	.645	.919
Y.13	114.63	256.048	.313	.923
Y.14	114.78	248.370	.501	.921
Y.15	114.06	254.448	.396	.922
Y.16	114.47	253.483	.349	.923
Y.17	114.75	242.774	.682	.918
Y.18	113.66	259.910	.272	.923
Y.19	114.06	256.125	.312	.923
Y.20	113.97	245.257	.663	.919
Y.21	114.13	255.145	.537	.921
Y.22	114.22	255.854	.479	.921
Y.23	113.97	254.096	.459	.921
Y.24	113.97	253.257	.466	.921
Y.25	114.50	251.677	.513	.921
Y.26	113.69	259.835	.228	.923
Y.27	114.44	245.867	.691	.919
Y.28	113.78	259.467	.216	.924

Y.29	113.94	257.609	.381	.922
Y.30	113.75	254.645	.481	.921
Y.31	114.09	252.281	.446	.921
Y.32	115.13	258.371	.226	.924
Y.33	114.47	254.322	.387	.922
Y.34	114.97	246.160	.659	.919
Y.35	114.03	250.354	.580	.920
Y.36	113.72	252.080	.653	.920
Y.37	115.00	248.258	.520	.921
Y.38	114.69	245.899	.645	.919
Y.39	114.44	253.480	.294	.924
Y.40	114.34	241.717	.744	.918

2. Validitas Skala *Openness*

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1.1	24.06	9.093	.517	.525
X1.2	23.34	10.684	.171	.601
X1.3	24.09	8.088	.729	.462
X1.4	23.88	9.081	.433	.540
X1.5	24.28	7.886	.690	.461
X1.6	23.88	9.339	.454	.540
X1.7	24.66	13.975	-.495	.751
X1.8	24.03	9.967	.264	.583
X1.9	24.56	10.964	.019	.641
X1.10	24.53	9.354	.358	.559

3. Validitas Skala Regulasi Diri

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha Item Deleted
X2.1	108.84	167.684	.212	.888
X2.2	109.19	167.512	.147	.890
X2.3	108.94	159.351	.651	.882
X2.4	109.28	158.725	.581	.882
X2.5	109.09	167.959	.169	.889
X2.6	109.34	159.330	.562	.883
X2.7	109.28	164.660	.303	.887
X2.8	109.22	161.402	.497	.884
X2.9	108.94	168.706	.125	.889
X2.10	109.28	164.273	.346	.886
X2.11	109.97	160.612	.460	.884
X2.12	109.94	166.125	.196	.889
X2.13	109.34	160.104	.470	.884
X2.14	109.38	156.758	.569	.882
X2.15	109.31	164.093	.374	.886
X2.16	109.44	157.544	.548	.882
X2.17	110.38	168.242	.180	.888
X2.18	109.41	162.443	.391	.886
X2.19	109.16	160.717	.530	.883
X2.20	109.31	169.060	.084	.890
X2.21	109.06	169.802	.063	.890
X2.22	109.31	174.867	-.311	.893
X2.23	109.03	172.096	-.125	.890
X2.24	108.78	164.112	.368	.886
X2.25	109.09	161.249	.501	.884
X2.26	109.03	158.870	.599	.882
X2.27	109.13	166.758	.230	.888
X2.28	108.81	166.222	.304	.887
X2.29	108.94	164.641	.298	.887
X2.30	109.00	163.226	.448	.885
X2.31	110.06	162.835	.378	.886
X2.32	110.09	158.604	.576	.882
X2.33	109.81	157.770	.562	.882
X2.34	109.59	151.926	.682	.879
X2.35	109.38	159.274	.557	.883

X2.36	109.22	157.789	.657	.881
X2.37	110.03	156.612	.617	.881
X2.38	109.00	162.065	.627	.883
X2.39	108.84	166.975	.197	.889
X2.40	109.63	167.919	.103	.891

Lampiran 3 Skala Penelitian

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Om Swastiastu

Namo Buddhaya

Salam Kebajikan

Perkenalkan, saya Iva Juliaviani, mahasiswi Prodi Psikologi UIN Walisongo Semarang. Saat ini, saya sedang melakukan penelitian untuk memenuhi tugas akhir skripsi yang berjudul "Pengaruh *Openness* dan Regulasi Diri terhadap Resiliensi pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai". Oleh karena itu, apabila Saudara/i memenuhi kriteria responden sebagai berikut:

1. Laki-laki/perempuan
2. Berusia 12 sampai 22 tahun
2. Memiliki orang tua bercerai minimal telah terjadi selama 1 tahun

Saya mohon bantuan kesediaan Saudara/i untuk mengisi kuesioner penelitian ini. Semua data, informasi, maupun jawaban yang diisikan akan dijaga kerahasiaannya oleh peneliti dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian saja.

Apabila memiliki pertanyaan lebih lanjut, silakan menghubungi saya melalui e-mail ivajviani@gmail.com

Atas partisipasi dan kesediaan Saudara/i, saya mengucapkan terima kasih.

Hormat Saya,

Iva Juliaviani

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN

Apakah Saudara/i bersedia melanjutkan pengisian kuesioner ini?

Apakah Saudara/i merupakan anggota grup *facebook BROKEN HOME*:(?)

IDENTITAS

Nama :
Jenis Kelamin :
Usia :
Tahun orang tua bercerai :

PETUNJUK Pengerjaan

Berikut ini merupakan beberapa pertanyaan dan pernyataan yang bisa jadi sesuai maupun tidak dengan diri Saudara/i. Tunjukkan tingkat kesesuaian Saudara/i terhadap setiap pernyataan dengan memilih salah satu jawaban. Dalam pengisian kuesioner ini, tidak ada jawaban BENAR atau SALAH. Silakan menjawab dengan sebenar-benarnya sesuai yang Saudara/i alami.

Adapun pilihan jawaban adalah sebagai berikut:

- a. Sangat Tidak Sesuai
- b. Tidak Sesuai
- c. Sesuai
- d. Sangat Sesuai

Skala 1

No.	Pernyataan	Pilihan			
		STS	TS	S	SS
1.	Saya berusaha segera menyelesaikan masalah yang muncul				
2.	Saya berhati-hati dalam memutuskan segala sesuatu				
3.	Saya yakin bahwa masalah dapat mendewasakan diri				
4.	Saya tetap mengerjakan tugas meski sedang sedih				
5.	Saya berdoa ketika menghadapi kesulitan				
6.	Saya senang menggunakan humor untuk menghibur diri				
7.	Saya tidak mau melukai diri sendiri meski menghadapi kondisi sulit				
8.	Saya yakin Tuhan akan membantu saya menyelesaikan masalah				
9.	Saya menyerah ketika tidak kunjung menemukan solusi masalah				

10.	Saya ceroboh dalam bertindak sehingga saya mengalami penyesalan terus-menerus				
11.	Saya merasa bahwa masalah yang saya hadapi telah menghancurkan masa depan saya				
12.	Ketika sedang terpuruk, saya mengurung diri di kamar dalam waktu yang lama				
13.	Saya enggan berdoa meski sedang ada masalah				
14.	Saya merasa kehilangan cita-cita setelah ada masalah dalam keluarga				
15.	Saya sedih selama sehari-hari ketika menghadapi masalah				
16.	Saya ragu Tuhan mau membantu saya ketika menghadapi kesulitan				
17.	Saya menyelesaikan masalah dengan pertimbangan yang matang				
18.	Saat mengalami masalah, saya dapat memperkirakan seberapa besar dampak masalah tersebut sehingga saya segera mencari penyelesaian masalah yang tepat				
19.	Saya mengambil hikmah dari masalah yang saya alami				
20.	Saya tetap berusaha menjalani aktivitas dengan baik meskipun sedang stress				
21.	Saya melaksanakan ibadah secara rutin				
22.	Ketika saya menghadapi situasi sulit, saya sedih sewajarnya tanpa berlarut-larut				
23.	Saya menahan diri untuk tidak melakukan perilaku yang merugikan diri sendiri				
24.	Saya percaya apapun yang terjadi adalah yang terbaik menurut Tuhan				
25.	Saya tidak peduli jika hidup saya hancur				
26.	Saya sulit mencari hikmah dari masalah yang ada				
27.	Saya kehilangan semangat untuk menjalani aktivitas ketika stress				
28.	Saya meninggalkan ibadah kepada Tuhan				
29.	Saya tidak peduli dengan masa depan saya				
30.	Sesuatu yang biasanya lucu bagi saya, sulit membuat saya tertawa ketika sedang mengalami stress				

31.	Saya enggan bertemu siapa saja ketika terpuruk				
32.	Saya membanting benda di sekitar saya saat marah				
32.	Saya menganggap bahwa Tuhan tidak adil kepada saya				

Skala 2

No.	Pernyataan	Pilihan			
		STS	TS	S	SS
1.	Saya adalah seorang yang sering dapat ide baru				
2.	Saya adalah seorang yang suka penasaran dengan banyak hal yang berbeda				
3.	Saya adalah seorang yang pemikir yang cerdas				
4.	Saya adalah seorang yang memiliki imajinasi aktif				
5.	Saya adalah seorang yang berdaya cipta				
6.	Saya adalah seorang yang menghargai pengalaman-pengalaman artistik dan estetik				
7.	Saya adalah orang yang lebih suka melakukan tugas yang rutin, yang biasa dilakukan				
8.	Saya adalah seorang yang suka merenung, mengutak atik gagasan				
9.	Saya adalah orang yang mempunyai hanya sedikit minat seni dan berkesenian				
10.	Saya adalah orang yang hebat dalam seni, musik, atau kesusasteraan				

Skala 3

No.	Pernyataan	Pilihan			
		STS	TS	S	SS
1.	Saya berpikir berulang kali sebelum mengambil keputusan				
2.	Saya memberikan hadiah pada diri sendiri setelah berhasil mengerjakan pekerjaan tertentu				
3.	Saya mengikuti berbagai kegiatan yang mendukung tercapainya cita-cita				
4.	Saya senang mengoreksi tindakan saya sehari-hari				
5.	Saya mengganti rencana saya ketika ada masalah pada rencana sebelumnya				
6.	Saya bingung tentang impian saya yang sesungguhnya				
7.	Saya baru tahu bahwa perilaku saya salah setelah diingatkan oleh orang lain				
8.	Saya mengambil keputusan tanpa pertimbangan yang matang				
9.	Saya enggan memberikan hadiah apapun untuk diri sendiri meski telah berhasil menyelesaikan tugas tertentu				
10.	Saya tidak mencari tahu mengapa saya gagal mencapai target saya				
11.	Saya malas mengikuti banyak kegiatan meski hal itu mendukung tercapainya impian				
12.	Saya melakukan kesalahan yang sama secara berulang kali				
13.	Saya enggan mengakui kesalahan				
14.	Saya berterima kasih pada diri sendiri atas pencapaian saya				
15.	Saya berusaha mengikuti kegiatan yang dapat menambah wawasan				
16.	Saya mencari peluang untuk mencapai impian				
17.	Saya menyesal setelah melakukan kesalahan				
18.	Saya fokus pada rencana yang telah berjalan dengan baik				

19.	Saya bingung apa yang ingin saya raih				
20.	Saya bingung dengan perilaku diri sendiri				
21.	Saya berperilaku sesuka saya tanpa mengetahui dampak perilaku tersebut				
22.	Bagi saya, pencapaian diri sendiri adalah hal biasa yang tidak perlu diistimewakan				
23.	Saya tidak berusaha mengoreksi upaya apa saja yang telah saya lakukan untuk meraih target				
24.	Saya mengabaikan kesempatan untuk meraih impian				
25.	Saya terlalu fokus pada kekurangan diri sendiri tanpa melihat kelebihan yang saya miliki				
26.	Saya tidak peduli meski telah melanggar aturan di lingkungan sosial				



Lampiran 4 Skor Responden

Responden (N)	<i>Openness</i> (X1)	Regulasi Diri (X2)	Resiliensi (X3)
	Total X1	Total X2	Total X3
N1	13	66	89
N2	14	70	85
N3	19	76	111
N4	13	57	88
N5	19	53	97
N6	16	63	92
N7	13	68	92
N8	17	67	93
N9	14	60	103
N10	8	46	78
N11	13	70	74
N12	18	74	99
N13	23	57	89
N14	24	56	81
N15	18	62	82
N16	16	71	97
N17	18	62	83
N18	19	77	93
N19	16	62	89
N20	21	86	124
N21	12	54	75
N22	19	79	102
N23	17	61	70
N24	16	58	86
N25	16	79	107
N26	17	91	116
N27	18	58	85
N28	13	54	86
N29	18	97	111
N30	24	56	82
N31	15	64	99
N32	18	62	82
N33	19	77	103
N34	8	65	78
N35	21	77	106
N36	14	65	89

N37	14	63	78
N38	16	62	86
N39	17	66	93
N40	16	63	84
N41	22	91	104
N42	16	72	96
N43	14	60	84
N44	13	59	82
N45	13	62	91
N46	15	66	97
N47	16	66	98
N48	14	66	88
N49	17	45	74
N50	18	69	90
N51	19	87	111
N52	22	77	103
N53	16	71	96
N54	18	83	112
N55	6	43	64
N56	19	82	103
N57	21	71	91
N58	14	60	85
N59	12	59	83
N60	16	74	100
N61	16	71	83
N62	17	64	89
N63	11	67	80
N64	13	84	107
N65	16	62	83
N66	18	71	103
N67	15	59	102
N68	14	62	82
N69	18	60	91
N70	17	74	94
N71	17	79	112
N72	15	52	80
N73	19	58	90
N74	15	83	107
N75	18	66	94
N76	12	60	84
N77	6	48	62

N78	13	60	81
N79	19	59	97
N80	18	75	104
N81	14	58	89
N82	8	38	70
N83	14	61	84
N84	11	47	90
N85	14	72	100
N86	14	73	95
N87	14	68	90
N88	14	54	87
N89	16	63	96
N90	17	77	92
N91	16	74	103
N92	13	61	81
N93	13	90	107
N94	22	73	84
N95	22	69	93
N96	14	67	85
N97	18	72	95
N98	15	77	100
N99	18	62	82
N100	16	76	84
N101	17	89	92

Lampiran 5 Surat Izin Riset

	KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN Jl. Prof. Dr. Hamka Kampus III Ngaliyan telp/Fax (024)7608454 Semarang 50185
Nomor	:3129 /Un.10.7/D1/KM.00.01/06/2023
Lamp	: -
Hal	: Permohonan Ijin Riset/ Penelitian
Kepada Yth	
Admin Grup Facebook Broken Home	
Di Tempat	
<p>Dengan hormat,</p> <p>Kami sampaikan bahwa dalam rangka penyusunan Skripsi untuk mencapai gelar kesarjanaan pada Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, dengan ini kami memohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin riset kepada</p>	
Nama	: Iva Juliaviani
NIM	: 1907016129
Program Studi	: Psikologi
Judul Skripsi	: Pengaruh Openness dan Regulasi Diri terhadap Resiliensi pada Remaja dengan Orang Tua Bercera
Pembimbing	: Dr. Nikmah Rochmawati, M Si Dan Nadya Ariyani Hasanah Nuriyyatiningrum, S Psi , M.Psi.,Psikolog
Waktu Penelitian	: Juni s d selesai
Lokasi Penelitian	: Grup Facebook Broken Home
<p>Demikian surat permohonan riset, dan dipergunakan sebagaimana mestinya <i>Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.</i></p>	
<p>Semarang, 6 Juni 2023 Mengetahui An. Dekan Wakil Dekan Bidang Akademik & Kelembagaan  Dr. Baidi Bukhori, S. Ag., M.Si.</p>	
<p>Tembusan :</p> <p>Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang</p>	

Lampiran 6 Daftar Riwayat Hidup

A. Identitas Diri

Nama : Iva Juliaviani
Tempat, Tanggal Lahir : Semarang, 11 Juli 1999
Alamat : Desa Blumbang RT 02 RW 01 Kecamatan Maduran
Kabupaten Lamongan
Email : ivajviani@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
2. SMA Negeri 1 Babat, Lamongan
3. SMP Negeri 1 Maduran, Lamongan
4. MI Islamiyah Blumbang

C. Pengalaman Organisasi, Magang, dan Kerelawanan

1. Pengalaman Organisasi
Anggota UKM KPSR UIN Walisongo
2. Pengalaman Magang
WHPDC UIN Walisongo Semarang Divisi Konseling Psikologi
3. Pengalaman Relawan
Volunteer Mengelola Emosi Indonesia Batch 5

Semarang, 4 September 2023



Iva Juliaviani
NIM. 1907016129