

## **RESILIENSI PADA MAHASISWA YATIM (Studi Kasus tentang Resiliensi pada Mahasiswa Yatim di Universitas Negeri Yogyakarta)**

### ***RESILIENCE IN ORPHANS STUDENTS (Case Study of Resilience to Orphan Students at Yogyakarta State University)***

Oleh: Desy Agustina, Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.  
agustinadesy27@gmail.com

#### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran resiliensi pada mahasiswa yatim. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif jenis studi kasus. Subyek penelitian dipilih menggunakan *purposive sampling* sejumlah tiga subyek. Keabsahan data menggunakan triangulasi sumber. Analisis data menggunakan analisis interaktif Milles dan Huberman. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: 1) regulasi emosi pada ketiga subyek adalah sikap diam dan menyadari dalam menghadapi masalah; 2) pengendalian gerak yang dilakukan TT dan NN mampu menjalani kehidupan tanpa merasa terbebani, sedangkan TW merasa terbebani setelah ayahnya meninggal; 3) TT dan NN memiliki rasa optimis, sedangkan TW belum memiliki rasa optimis dalam dirinya; 4) NN dan TW merasakan kehidupannya lebih berat ketika ayahnya meninggal, sedangkan TT dapat menerima keadaan; 5) rasa empati TT dan NN terlihat melalui sikap membantu orang lain ketika dibutuhkan, sedangkan TW cuek, dan tidak peduli dengan masalah oranglain; 6) Subyek TT dan NN menunjukkan kemampuan efikasi diri melalui cara yang efektif dalam menyelesaikan permasalahan yang menimpanya sedangkan TW cenderung memiliki sikap negatif ketika menyelesaikan permasalahan yang terjadi pada dirinya; dan 7) ketiga subyek sudah mempunyai pencapaian dalam hidup, ditunjukkan melalui adanya tujuan hidup, mampu mengambil hikmah, serta memotivasi untuk kehidupannya.

Kata kunci: *resiliensi, mahasiswa, yatim*

#### **Abstract**

*This research aims to describe resilience of orphan students. This research employed qualitative approach with case study. The subject of this research was selected through purposive sampling technique, and three subjects were selected. Meanwhile, data validity was conducted through source triangulation. The collected data were then analyzed by employing interactive analysis of Milles and Huberman. The research results show that: 1) Emotion regulations of the three subjects are silent behavior and recognition to face problems. 2) Movement control performed by TT and NN help them struggle with life without feeling burdened, while TW feel burdened after her died passed away. 3) TT and NN possess optimism, while TW does not have self-optimism. 4) NN and TW argue that their life becomes more complicated after their fathers passed away, while TT can receive her condition. 5) TT's and NN's empathy is clearly seen from their attitude of assisting each other as needed, while TW are ignorant and do not care with others' problems. 6) TT and NN show their efficacy ability through effective ways to solve problems encountered, while TW tends to show negative attitude in solving her problems. 7) The three subjects have already achieved their life goal, can learn lesson form the problems, and motivate their life.*

*Key words: resilience, students, orphans*

## **PENDAHULUAN**

Keluarga merupakan sebuah organisasi terkecil dalam kehidupan manusia. Sebuah keluarga tentunya memiliki suatu susunan yang terdiri atas kepala keluarga atau ayah, ibu dan anak. Menurut Undang-Undang Nomor 52 tahun 2009

pasal 1 ayat 6, keluarga adalah unit terkecil dalam masyarakat yang terdiri dari suami istri, atau suami, istri dan anaknya, atau ayah dan anaknya, atau ibu dan anaknya.

Lopata (dalam Sholikhah, 2016: 05) menyatakan ketidakutuhan dalam keluarga karena

kematian merupakan sebuah realitas kehidupan manusia yang tidak dapat terelakan. Kehilangan salah satu orang tua karena meninggal dunia merupakan peristiwa yang dapat menimbulkan stres pada seluruh anggota keluarga khususnya anak.

Kehilangan orang tua karena meninggal dunia dapat menyebabkan beberapa perkembangan seorang anak tidak terpenuhi. Salah satunya pada masa dewasa awal yang merupakan masa transisi dari masa remaja ke masa dewasa yaitu berkisar antara 18 – 40 tahun. Pada masa ini, ciri khas perkembangan yaitu usia banyak masalah (*problem age*) (Izzaty, 2013 :156). Persoalan yang pernah dialami pada masa lalu mungkin berlanjut, serta adanya problem baru. Manusia dapat memiliki berbagai jenis masalah, misalnya masalah yang baru saja muncul, masalah pada masa lalu bahkan mungkin saja masalah masa lalu tersebut masih berlanjut hingga masa kini (*unfinished business*).

Kondisi mahasiswa dengan orangtua tunggal dikarenakan meninggal dunia yaitu ayah, menyebabkan sang ibu memiliki peran ganda sebagai ayah dan ibu sekaligus. Mahasiswa yang mengalami hal demikian tentunya memerlukan waktu untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan baru tanpa seorang pendamping (Aprilia, 2013: 269). Tidak semua mahasiswa sebagai anak dari orangtua tunggal dapat dengan mudah menyesuaikan diri dengan kondisi tersebut.

Kemampuan dalam merespon suatu masalah menjadi hal yang positif, terutama pada anak yang latar belakang ayah meninggal (yatim). Dalam menghadapi permasalahan dalam hidup

terdapat cara untuk mengelola masalah tersebut yaitu dengan adanya resiliensi. Dalam kondisi ayah meninggal (yatim), hubungan intim dengan ayah tidak mungkin lagi diperoleh.

Resiliensi merupakan kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupannya. Bertahan dalam keadaan yang tertekan, dan bahkan berhadapan dengan kesengsaraan (*adversit*) atau trauma yang dialami dalam kehidupannya (Reivich K & Shatte.A, 2002). Kemampuan resiliensi penting bagi seseorang untuk mengatasi masalah dan mampu untuk bertahan dalam keadaan tertekan serta kondisi terpuruk yang terjadi dalam kehidupan.

Kehilangan salah satu orang tua seperti ayah dapat membuat seseorang mengalami kondisi yang sangat menyedihkan. Resiliensi sangat penting diteliti untuk mengetahui potensi yang ada di dalam diri dan lingkungan individu ketika menghadapi masalah yang terjadi sehingga ia dapat mengatasi hal-hal buruk dari tekanan yang terjadi. Seseorang yang resilien akan tumbuh menjadi orang dewasa yang resilien pula. Seseorang yang tidak resilien akan sulit untuk bangkit dari masalahnya dan tidak mampu mengontrol dirinya sendiri.

Hasil wawancara awal yang dilakukan peneliti pada bulan (Maret, 2018) dengan beberapa mahasiswa yatim sebgaaian besar menyatakan bahwa kehilangan memang bukanlah sesuatu yang diinginkan atau sesuatu yang mudah untuk dilalui. Seperti yang dialami oleh subyek satu yaitu TT, yang menyatakan ayah meninggal dunia sejak ia baru masuk kuliah karena sakit jantung. Sekarang ini ia hanya tinggal

bersama ibu dan kakak perempuannya saja. Ia mengatakan perasaan yang sangat hancur setelah ayah meninggal dunia. Wawancara kedua dengan subyek NN, ia menyatakan ayahnya meninggal sejak subyek NN masih duduk di bangku SMP kelas VII. Kini ibunya bekerja di luar negeri. Subyek NN menyampaikan bahwa hidup sendiri tanpa keluarga dekat atau keluarga kandung memang hal yang tidak mudah. Wawancara ketiga dengan subyek TW, sekarang ini ia hanya tinggal bersama ibu dan sudaranya di rumah. Ayah subyek TW meninggal dunia sejak subyek TW duduk di bangku SMP.

Berdasarkan wawancara ketiga subyek tersebut, ketiga subyek merasa kehilangan dikarenakan ayahnya meninggal dunia (yatim). Hal itu membuat ketiga subyek bingung bagaimana menjalani kehidupannya tanpa seorang ayah. Individu yang memiliki resiliensi yang baik adalah individu yang mampu mengatasi masalahnya, semangat, tidak menyerah dalam kesulitan, mampu untuk bangkit kembali, kuat, berubah menjadi lebih baik serta mampu bertahan. Jika seseorang yang memiliki resiliensi yang baik maka akan menghasilkan respon serta tindakan yang positif juga, akan tetapi jika individu tidak memiliki resiliensi yang baik maka individu tersebut akan terpuruk dalam setiap masalahnya, tidak mampu bertahan, tidak memiliki semangat hidup dan akan menunjukkan sikap yang negatif.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana gambaran resiliensi pada mahasiswa yatim di Universitas Negeri Yogyakarta. Mahasiswa di universitas ini sebagian besar berasal dari keluarga kelas

ekonomi bawah dan menengah serta berasal dari daerah pinggiran kota. Ketika belajar di kampus ini mereka menghadapi banyak tantangan baik dari segi akademik yang menuntut mereka untuk lebih kreatif, cerdas, dan inovatif, dari segi sosial dimana mereka harus beradaptasi dengan lingkungan baru, serta segi finansial dimana biaya hidup di kampus tersebut terbilang cukup tinggi. Ketiga tantangan tersebut mereka hadapi tanpa kehadiran sosok ayah yang memberikan motivasi, kasih sayang, pengawas, pengayom serta dukungan moral maupun finansial.

Mahasiswa yatim dengan kondisi seperti ini membutuhkan resiliensi atau daya tahan yang sangat kuat untuk bisa tetap hidup tidak seperti mahasiswa dengan orangtua utuh. Kemampuan seseorang untuk bisa mengatasi kondisi seperti ini perlu didukung bantuan pihak lain yang memiliki kemampuan dibidang bimbingan dan konseling. Hal ini disebabkan karena derasnya arus globalisasi dan tekanan di lingkungan Universitas Negeri Yogyakarta dan sekitarnya. Lebih lanjut ahli bimbingan dan konseling dapat membantu memberikan layanan bimbingan maupun konseling khususnya bidang pribadi untuk membantu menghadapi kenyataan hidup dan menyelesaikan masalah yang dialami oleh seluruh civitas akademik kampus terutama mahasiswa yatim di Universitas Negeri Yogyakarta. Tekanan dari penelitiannya adalah: (a) regulasi emosi (b) pengendalian gerak (c) optimis (d) kemampuan menganalisis masalah (e) empati, (f) efikasi diri (g) pencapaian.

## **METODE PENELITIAN**

## Jenis Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan metode studi kasus yang bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran tentang resiliensi pada mahasiswa yatim.

## Setting Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di kampus Universitas Negeri Yogyakarta khususnya di Fakultas Ilmu Pendidikan, data yang diperoleh dari semua jurusan angkatan 2014-2018 terdapat 182 mahasiswa yatim. Melihat ketahanan hidup seseorang yang hidup tanpa sosok ayah, dimana idealnya anak yang seharusnya hidup dengan orang tua utuh, namun harus hidup tanpa satu orang tua yaitu ayah yang menjadikan peran penting untuk anak. Dengan ketimpangannya kondisi tersebut peneliti tertarik bagaimana jauh ketahanan hidupnya. Selain di kampus penelitian juga dilakukan, di kos subyek, atau di tempat lain sesuai dengan yang menjadi kesepakatan bersama subyek. Waktu penelitian ini berlangsung pada bulan Agustus sampai Oktober 2018.

## Sumber Data

Subjek penelitian atau yang biasa disebut informan, adalah orang atau pelaku yang benar-benar tahu serta terlibat langsung dengan masalah penelitian. Dalam hal ini peneliti menentukan informan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu informan diambil karena berkaitan dengan karakteristik tertentu. Menurut Sugiyono (2017: 218-219), *purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Berikut ini adalah beberapa

kriteria informan yang dipertimbangan dalam penelitian ini.

- 1) Bersedia dijadikan subyek penelitian.
- 2) Subyek masih berstatus sebagai mahasiswa aktif di Universitas Negeri Yogyakarta.
- 3) Subjek tidak memiliki ayah atau mahasiswa yatim. Hal ini disebabkan kehilangan sosok ayah karena kematian dan menimbulkan perasaan kehilangan.
- 4) Subyek penelitian terdiri dari tiga mahasiswa yatim berusia 20-23 tahun.

Berdasarkan kriteria yang ditetapkan, didapatkan tiga orang yang memenuhi kriteria untuk dijadikan subyek penelitian. Sedangkan informan pendukung pada penelitian ini adalah kerabat dekat subyek yang berjumlah tiga orang.

## Metode dan Instrumen Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan guna mencapai tujuan penelitian. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara mendalam, dan observasi. Instrumen yang digunakan adalah peneliti sendiri yang berperan sebagai perencana, pengumpul data, penafsir data, penganalisis, dan pelapor hasil penelitian. Dengan kata lain, instrumen penelitian ini berupa manusia, yaitu peneliti sendiri (*human instrument*).

## Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yang dilakukan hingga jenuh mengacu pada konsep (Milles dan Huberman, 2014: 14). Aktivitas dalam analisis data yaitu :

Pengumpulan data, kondensasi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai resiliensi pada mahasiswa yatim, didapatkan tujuh aspek resiliensi yang muncul pada subyek penelitian. Ketujuh aspek tersebut dijelaskan seperti berikut ini.

### a. Regulasi Emosi

Kemampuan mengatur emosi penting untuk menjalin hubungan interpersonal, kesuksesan kerja, dan mempertahankan kesehatan fisik (Danang Pradana, 2013: 35). Berdasarkan deskripsi penelitian, TT sudah mampu meregulasi emosi yang dimilikinya. TT lebih memilih diam ketika mengalami masalah, mendengarkan musik serta menangis untuk meredakan emosinya. TT terkadang akan masuk ke kamar almarhum bapak dan mengunjungi makamnya ketika sedang merasakan rindu. Hal-hal yang dilakukan TT menunjukkan bahwa emosi yang dialaminya sudah mampu ia kelola dengan baik.

Regulasi emosi yang sering dilakukan oleh subjek NN adalah menyembunyikan kesedihannya dari oranglain. NN tidak mau oranglain mengetahui apa yang sedang ia rasakan ketika sedang emosi. NN mampu mengontrol emosinya sehingga dia dapat mengungkapkannya dengan cara yang baik dan tidak meledak-ledak.

Regulasi emosi yang dilakukan TW adalah diam. TW lebih memilih memendam masalahnya sendiri dan menangis, dari pada marah-marah dan meluapkan emosinya secara

berlebihan. Namun, ketika TW sudah tidak sanggup lagi untuk memendam masalahnya sendiri, ia kadang-kadang bercerita tentang apa yang dialami kepada orang terdekat yang ia percaya. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan Grotberg (1995: 15) bahwa kasih sayang dan dukungan dari orang lain terkadang dapat mengimbangi kurangnya kasih sayang dari orangtua maupun orang terdekat. Subjek memiliki orang lain selain orangtuanya untuk dapat dia percaya, karena individu diharapkan dapat mempercayai orang lain dan diri sendiri dalam menghadapi permasalahan atau adversitas yang terjadi dalam dirinya.

Regulasi emosi merupakan hal yang perlu dimiliki oleh individu ketika dibawah tekanan. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Reivich dan Shatte 2002:38) regulasi emosi merupakan kemampuan untuk tetap tenang ketika di bawah tekanan yang akan membantu mereka untuk mengontrol emosi, atensi dan perilaku mereka. *Self regulation* merupakan hal penting untuk pembentukan relasi yang dekat, bisa terus- menerus dalam bekerja, dan menjaga kesehatan fisik.

### b. Pengendalian Gerak

Berdasarkan hasil penelitian, subjek TT mempunyai pengendalian gerak dalam dirinya. Setelah ayahnya meninggal, TT mampu menjalani kehidupannya dengan santai tanpa merasa terbebani. Dulu subjek NN pernah terpikir untuk ikut bersama ayah atau bunuh diri ketika sedang ada masalah dengan keluarga yang lain. Namun, NN mampu berpikir ulang untuk tidak melakukan itu dan ia memikirkan bagaimana nasib ibunya. Sikap yang dilakukan

NN menunjukkan bahwa ia mampu mengendalikan gerak, sehingga ia dapat menjalani kehidupannya tanpa merasa terbebani. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Reivich dan Shatte 2002:39) sosok yang resilien yaitu individu yang mampu mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan atau tidak agresif yang muncul dari dalam diri seseorang.

Pengendalian gerak yang dimiliki TW belum berjalan dengan baik, karena TW belum mampu menahan dorongan untuk tidak bersifat agresif. TW pernah melakukan percobaan bunuh diri sebanyak 2 kali, namun gagal. Selain itu, TW juga sering mengurung diri, tidak makan, tidak mandi, dan jarang masuk kuliah. Perilaku yang ditampakkan ini membuat orang di sekitarnya merasa kurang nyaman sehingga berakibat pada buruknya hubungan sosial individu dengan orang lain (Danang Pradana, 2013: 35).

#### c. Optimis

Grotberg (1999: 128) menyatakan bahwa kepercayaan, optimis dan harapan merupakan faktor yang penting dan sangat dibutuhkan dalam menumbuhkan resiliensi. Hal itu dapat diartikan bahwa ketika subjek dapat optimis dalam menjalani kehidupannya maka subjek mampu untuk menumbuhkan resiliensi yang ada pada dirinya dan subjek mampu menghadapi permasalahan yang menimpa dirinya.

Berdasarkan hasil penelitian, subjek TT dapat menunjukkan rasa optimis yang baik seperti mempunyai target lulus tepat waktu, IPK bisa naik, kerja dan yakin untuk mewujudkan

impiannya demi membahagiakan ibu serta keluarganya. Sedangkan pada subjek NN mempunyai keyakinan bisa mewujudkan harapan dimasa depan demi membahagiakan keluarganya. NN percaya dengan niat dan yakin ia bisa melewati semua dan berubah lebih baik dari sebelumnya. Subyek TW kurang mempunyai keyakinan untuk meraih cita-citanya. TW bingung apa yang akan dilakukan untuk masa yang akan datang. TW tidak memiliki motivasi dalam hidupnya. Sikap dan perilaku yang TW lakukan menunjukkan sikap *optimisme* yang ia miliki masih kurang baik.

Sikap *optimisme* yang ditunjukkan oleh ketiga subjek sesuai dengan pernyataan (Reivich dan Shatte 2002:40) *Optimisme* yaitu keyakinan seseorang memiliki kemampuan untuk menangani kesulitan-kesulitan yang pasti akan muncul dimasa yang akan datang. Seseorang yang memiliki *resilience* yang baik adalah orang yang optimis, karena mereka yakin bahwa segala sesuatu dapat berubah menjadi lebih baik. Mereka memiliki harapan untuk masa yang akan datang dan yakin bahwa mereka dapat mengontrol arah dari hidup mereka.

#### d. Kemampuan menganalisis Masalah

Berdasarkan hasil penelitian, subjek TT menanggapi semua permasalahan yang ia alami dengan sewajarnya tanpa merasa masalah yang ada sangat berat. Sikap tersebut menunjukkan bahwa TT mempunyai kemampuan menganalisis masalah. Sedangkan pada subjek NN merasa bahwa semua permasalahan yang ada di rumah diserahkan semua padanya. Padahal NN sendiri juga mempunyai tanggungjawab dan masalah pribadi yang perlu

ia selesaikan. Dengan sikap yang ditunjukkan oleh NN, menunjukkan bahwa ia merasa lebih berat dalam menganalisis masalah yang ia alami.

Subyek TW menanggapi masalahnya dengan penuh tekanan. TW merasa hidupnya tidak luput dari masalah. Sejak dia masih kecil sampai sekarang selalu mendapatkan masalah yang besar seperti ibu bapaknya berpisah tanpa bercerai dan menikah lagi tanpa sepengetahuan anaknya. Dari berbagai masalah yang muncul dalam hidupnya, TW mengaku stress sehingga ia ingin mengakhiri hidupnya dengan bunuh diri sebagai solusi dalam masalah yang dihadapinya. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Reivich dan Shatte 2002:41) bahwa merujuk pada kemampuan individu untuk secara akurat mengidentifikasi penyebab-penyebab dari permasalahan individu yang dihadapi. Apabila individu tidak mampu memperkirakan dan mengidentifikasi penyebab dari permasalahannya secara akurat, maka individu akan membuat kesalahan yang sama.

e. Empati

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ketika subyek melihat orang lain mendapati masalah dan memerlukan bantuan ia akan siap membantu. Selain ikut membantu TT juga ikut merasakan kesedihan yang dialami oleh orang lain. Sikap-sikap seperti ini menunjukkan bahwa adanya empati dalam diri TT.

Pada subjek NN menemui seseorang yang membutuhkan bantuan ia pasti akan membantunya. Selain itu NN juga tidak tega ketika melihat orang lain membutuhkan bantuan namun tidak memberikan bantuan apa-apa

kepadanya. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Reivich dan Shatte 2002:44) bahwa empati menggambarkan bahwa individu mampu membaca tanda-tanda psikologis dan emosi dari orang lain. Empati mencerminkan seberapa baik individu mengenali keadaan psikologis dan kebutuhan emosi orang lain. Menurut pendapat (Grotberg 1995:16) individu yang resilien mampu merasakan ketidaknyamanan dan penderitaan yang dialami oleh orang lain serta ingin melakukan sesuatu untuk membantu atau memberikan kenyamanan pada orang tersebut. Berbeda dengan TT dan NN subyek TW kurang memiliki rasa empati terhadap orang lain TW lebih memilih untuk tidak ikut mencampuri urusan orang lain. Namun jika dimintai solusi ia juga berusah akan membantu.

f. Efikasi Diri

Berdasarkan hasil penelitian, subjek TT mampu memecahkan masalah dan tidak terburu-buru dalam mengambil keputusan. TT lebih memilih menunggu waktu yang tepat untuk menyelesaikannya. Sikap-sikap ini ditunjukkan TT sebagai bentuk efikasi diri.

Sikap efikasi diri yang dilakukan subjek NN adalah TT memecahkan masalahnya dengan tidak terburu-buru untuk mengambil sebuah keputusan namun lebih dipikirkan terlebih dahulu. NN yakin bahwa masalah yang ia hadapi pasti ada jalan keluarnya. Hal ini sejalan dengan pendapat dari (Reivich dan Shatte 2002:45) bahwa efikasi diri merupakan hasil dari pemecahan masalah yang berhasil. Efikasi diri merepresentasikan sebuah keyakinan bahwa kita mampu memecahkan masalah yang dialaminya. Hal ini penting untuk

dimiliki oleh siswa atau mahasiswa yang sedang berjuang dalam proses belajar. Untuk itu, siswa perlu dilengkapi dengan kemampuan lain berupa efikasi diri atau kemampuan untuk meyakini bahwa usaha yang dilakukan akan membuahkan hasil dan tujuan yang diharapkan dapat dicapai (Chudari, Mashudi, & Fatihaturrosyidah, (2020). Efikasi diri merupakan hal yang sangat penting untuk mencapai resiliensi bagi individu itu sendiri.

Selanjutnya pada subyek TW efikasi diri yang sudah ia lakukan yaitu ketika menyelesaikan masalah TW cenderung memiliki sikap negatif ketika mengalami masalah. TW lebih banyak diam dan akan cenderung menangis. TW berusaha akan memecahkan masalahnya terlebih dahulu, namun jika dia sudah sanggup ia akan meminta bantuan orang lain atau orang terdekatnya. Hal ini sejalan dengan pendapat (Grotberg 1995:16) bahwa individu didorong untuk menjadi otonom, yang berarti individu melakukan sesuatu dengan sendiri dan berusaha mencari bantuan yang diperlukan.

#### g. Pencapaian

Semua subyek telah memiliki pencapaian masing masing dalam kehidupannya. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Reivich dan Shatte (2002). Berdasarkan hasil penelitian, subjek TT sudah memiliki pencapaian dalam dirinya yaitu menjadi pribadi yang lebih dewasa dan bertanggung jawab atas diri dan keluarganya. Hal tersebut merupakan suatu tindakan positif yang dapat TT capai setelah keterpurukan yang menimpanya. Sedangkan pencapaian yang subyek NN capai adalah

menjadi pribadi yang mandiri dan tidak takut jika harus hidup sendiri. Sedangkan pencapaian pada subyek TW yaitu menjadikan pelajaran untuk lebih mensyukuri keadaan keluarga saat ini dan dapat dijadikan pelajaran untuk keluarganya dimasa depan. Pencapaian TT, NN dan TW sejalan dengan pendapat dari (Reivich dan Shatte 2002: 46) yang menyatakan bahwa resiliensi lebih dari sekedar bagaimana seorang individu memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan dan bangkit dari keterpurukan, namun lebih dari itu resiliensi juga merupakan kemampuan individu meraih aspek positif dari kehidupan setelah kemalangan yang menimpa.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Subyek TT, NN dan TW memilih sikap diam ketika mengalami masalah dan menyendiri dalam menghadapi masalah. Hal ini menunjukkan bahwa pada diri setiap subyek memiliki kemampuan untuk meregulasikan emosinya.
2. Bentuk pengendalian gerak yang dilakukan oleh subyek berbeda-beda, seperti subyek TT, NN mampu menjalani kehidupan tanpa merasa terbebani setelah ayahnya meninggal. Sedangkan TW merasa terbebani setelah ayahnya meninggal.
3. Pada subyek TT dan NN memiliki rasa optimis dalam dirinya, mereka memiliki harapan-harapan yang ingin dicapai dalam kehidupannya untuk masa yang akan



mendatang. Sedangkan TW belum memiliki rasa optimis dalam dirinya, ia tidak mempunyai harapan dan pandangan untuk masa depannya.

4. Sikap yang dilakukan subyek dalam menganalisis penyebab masalah sangat bervariasi, seperti pada subyek TT yang bersikap dapat menerima dalam keadaan, sedangkan pada subyek NN dan TW merasa kehidupannya menjadi lebih berat semenjak ayahnya meninggal.
5. Pada subyek TT dan NN memiliki rasa empati yang cukup baik, mereka siap membantu orang lain ketika orang lain membutuhkan bantuan dan peka terhadap orang lain. Namun TW akan lebih cuek dan tidak peduli dalam permasalahan orang lain serta kurangnya kepekaan terhadap lingkungan sekitarnya.
6. Sikap efikasi diri yang muncul pada diri subyek berbeda-beda, seperti pada subyek TT dan NN memilih cara yang efektif dalam menyelesaikan permasalahan yang menimpa hidupnya. Sedangkan subyek TW cenderung memiliki sikap negatif ketika menyelesaikan permasalahan yang terjadi pada dirinya.
7. Ketiga subyek yaitu TT, NN, dan TW memiliki pencapaian sudah cukup baik. Hal tersebut karena mereka sudah memiliki tujuan dalam hidupnya serta mampu mengambil hikmah atau makna meninggalnya ayah juga menjadikan motivasi agar kehidupan yang akan datang lebih baik dari sebelumnya.

## **Saran**

Berdasarkan kesimpulan dalam penelitian ini maka penulis memberikan saran-saran sebagai

berikut:

### 1. Bagi Subyek

Pada subyek TW diharapkan mampu lebih optimis dan yakin dengan kemampuan yang dimiliki serta mampu belajar meningkatkan rasa empati yang ada dalam dirinya dengan cara pendekatan secara individual dan intensif terhadap subyek. Lalu subyek NN diharapkan lebih mau membuka diri atau tidak dipendam ketika sedang ada masalah dalam dirinya dengan cara membuka diri atau mau menceritakan permasalahannya terhadap orang yang dipercaya bisa dengan keluarga atau konseling. Kemudian TT diharapkan mampu untuk memperbaiki regulasi emosi yang dimilikinya dengan cara self talk supaya lebih tenang dalam diri subyek.

### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya jika meneliti hal yang sama tetapi dengan subyek dan lokasi yang berbeda, hendaknya mampu melakukan wawancara mendalam dengan orangtua subyek tentang resiliensi mahasiswa yang bersangkutan agar informasi mengenai subyek tersebut didapat secara lengkap. Peneliti selanjutnya juga dapat memilih subyek yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan agar data penelitian dari keduanya bisa dijadikan pembandingan tentang resiliensi berdasarkan gender.

### 3. Bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling

Program Studi Bimbingan dan Konseling dapat memberikan bantuan layanan bimbingan maupun konseling individu atau konseling kelompok bagi mahasiswa yang mengalami kondisi menjadi mahasiswa yatim guna membantu mengatasi masalah yang

dialami.

Universitas Indonesia Press.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, W. (2013). Resiliensi dan dukungan sosial pada orang tua tunggal (studi kasus pada ibu tunggal di samarinda). *e-Jurnal Psikologi*, 1 (3), 268-279. Diakses di [http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2013/11/ejournal%20wind%20fix%20\(11-21-13-06-26-27\).pdf](http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2013/11/ejournal%20wind%20fix%20(11-21-13-06-26-27).pdf) pada tanggal 07 Desember 2017 pukul 00.30 WIB
- Chudari, I. N. M., Mashudi, E. A., & Fatihaturrosyidah, F. (2020). Achieving ideal career: improving student's career self efficacy through career counseling sessions based on HB Gelatt's decision theory. *ProGCouns: Journal of Professionals in Guidance and Counseling*, 1(2).
- Danang, Pradana. (2013). Pengaruh efikasi diri dan resiliensi diri terhadap sikap kesehatan dan keselamatan kerja (K3) di SMK Muda Patria Kalasan. *Skripsi: Fakultas Teknik UNY* diakses di <http://eprints.uny.aca.id/25002/1/Danang%20Pradana%2010501247004.p> pada tanggal 17 November 2018 pukul 14.00 WIB
- Grotberg, E. (1995). *A guide to promoting resilience in children: strengthening the human spirit. The series early childhood development: practice and reflections*. The Hague: Benard van Leer Voundation.
- \_\_\_\_\_. (1999). *Tapping Your Inner Strenght*. Canada: New Harbinger Publications, Inc.
- Izzaty, R. E., dkk. (2013). *Perkembangan peserta didik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Reivich, K & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitacles obstacles*. New York: Broadway Books.
- Miles, B. M. & Huberman, A. M. (2014). *Analisis Data Kualitatif*. (Penerjemah: Tjetjep Rohendi Rohidi). Jakarta: Solikhah, A. (2016). Problematika dan resiliensi keluarga *single parent* (studi kasus empat keluarga di desa sabdodadi bantul). *Skripsi: Fakultas Tarbiyah UIN* diakses di [http://digilib.uin-suka.ac.id/22651/2/1420410074\\_BAB-I\\_IV-atau-V\\_DAFTAR-PUSTAKA.pdf](http://digilib.uin-suka.ac.id/22651/2/1420410074_BAB-I_IV-atau-V_DAFTAR-PUSTAKA.pdf) pada tanggal 26 November 2017 pukul 10.00 WIB
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Undang-Undang Nomor 52 Tahun 2009 tentang Perkembangan Kependudukan.