

PENGARUH ASERTIVITAS DAN MANAJEMEN KONFLIK TERHADAP RESILIENSI REMAJA PANTI ASUHAN

THE EFFECTS OF ASSERTIVENESS AND CONFLICT MANAGEMENT TOWARD RESILIENCE OF ORPHANAGE ADOLESCENTS

Oleh: Shofiana Tauqiya, Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta,
shofiana.tauqiya2015@student.uny.ac.id

Abstrak

Penelitian mengenai asertivitas dan manajemen konflik sudah banyak dilakukan, akan tetapi pengaruh kedua variabel terhadap resiliensi masih menarik untuk diteliti. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) pengaruh asertivitas dan manajemen konflik bersama sama terhadap resiliensi, (2) pengaruh asertivitas terhadap resiliensi dan (3) pengaruh manajemen konflik terhadap resiliensi remaja panti asuhan. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan metode *ex-post facto*. Penelitian ini merupakan penelitian populasi dengan subyek sejumlah 172 remaja. Teknik pengumpulan data menggunakan skala resiliensi, skala asertivitas, dan skala manajemen konflik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) terdapat pengaruh positif asertivitas dan manajemen konflik terhadap resiliensi dengan $p = 0.000 < 0.05$ dan sumbangan efektif sebesar 51.5%, (2) terdapat pengaruh positif asertivitas terhadap resiliensi dengan $p = 0.000 < 0.05$ dan sumbangan efektif sebesar 23.28%, dan (3) terdapat pengaruh positif manajemen konflik terhadap resiliensi dengan $p = 0.000 < 0.05$ dan sumbangan efektif sebesar 28.23%.

Kata Kunci: asertivitas, manajemen konflik, resiliensi.

Abstract

Research on assertiveness and conflict management has been done a lot, but the influence both of these variable on certain variables is still interesting to study. Therefore, this study aims to determine: (1) the effect of assertiveness and conflict management toward resilience of adolescents living in an orphanage, (2) the effect of assertiveness toward resilience, (2) the effect of conflict management toward resilience. The research is a quantitative research with *ex-post facto* method. This research respondents were 188 adolescents living in an orphanage Nurul Haq Madania. The instruments used for data collection were resilience scale, assertiveness scale, and conflict management scale. The result of this study showed that: (1) there was a positive effect of assertiveness and conflict management toward resilience with $p = 0.000 < 0.05$ and effective contribution as much as 51.5%, (2) there was a positive effect of assertiveness toward resilience with $p = 0.000 < 0.05$ and effective contribution as much as 23.28%, and (3) there was a positive effect of conflict management toward resilience with $p = 0.000 < 0.05$ and effective contribution as much as 28.23%.

Keywords: assertiveness, conflict management, resilience.

PENDAHULUAN

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), panti asuhan diartikan sebagai rumah, tempat, atau kediaman yang digunakan untuk memelihara atau mengasuh anak yatim, piatu, yatim piatu, dan juga termasuk anak terlantar. ereka yang tinggal dan tumbuh di panti asuhan memiliki tantangan hidup yang berbeda dari mereka yang hidup dengan keluarga normal pada umumnya. Remaja yang tinggal di panti asuhan pada hakikatnya harus lebih berjuang dan beradaptasi dengan keadaan yang dihadapinya.

Hartini (dalam Tricahyani dan Putu, 2016) menjelaskan bahwa keadaan-keadaan yang memaksa anak untuk terpisah dari orang tua mereka yaitu karena berbagai faktor diantaranya ekonomi yang rendah, menjadi yatim, piatu, atau bahkan yatim piatu. Panti asuhan merupakan alternatif terakhir bagi mereka untuk dapat memiliki kehidupan yang normal. Keadaan ini juga terjadi di panti asuhan Nurul Haq Madania. Anak panti asuhan merupakan anak yatim, piatu, atau yatim piatu, duafa, korban *broken home*, ditelantarkan, dan tidak memiliki anggota keluarga yang mampu merawat dan memberikan pendidikan selayaknya remaja pada umumnya.

Keadaan lain yang dihadapi remaja panti asuhan yaitu mereka harus mampu menghadapi masalah-masalah dan berbagai tekanan dalam hidup selama tinggal di panti asuhan seperti kurangnya fasilitas fisik, seperti kebutuhan pribadi, ketatnya disiplin dan aturan, dan tuntutan untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan. Selain itu, perhatian dan bimbingan yang dibutuhkan selama masa perkembangan remaja pun pada nyatanya tidak mampu didapatkan secara penuh karena jumlah pengasuh yang tidak seimbang dengan jumlah anak asuh (Rifai, 2014:2). Keadaan-keadaan tersebut membuat remaja remaja ini harus berjuang lebih keras untuk dapat menjalani hidupnya dengan baik. Daya tahan perlu dimiliki agar mereka mampu beradaptasi dengan situasi dan kondisi sulit dalam hidup dan bangkit dari saat-saat sulit (Reivich dan Shatte, 2002:1).

Kemampuan untuk bertahan dan bangkit kembali dari keadaan sulit disebut dengan istilah resiliensi. Resiliensi dianggap sebagai kemampuan yang sangat penting bagi individu untuk mengendalikan tekanan dalam hidup sehari-hari (Reivich dan Shatte, 2002: 2). Individu yang memiliki resiliensi akan cenderung mampu menjalani hidupnya dengan lebih baik, lebih mudah untuk terhindar dari keadaan stress, dapat bersikap realistis dan optimis dalam menghadapi masalah dan cenderung mampu mengekspresikan pikiran dan perasaan dengan nyaman (Reivich dan Shatte, 2002:4). Individu yang resilien akan lebih sedikit mengalami gangguan emosi dan perilaku (Hauser dalam Aisha 2014:3). Kemampuan untuk bertahan dan berjuang ini sangat perlu untuk dimiliki remaja panti asuhan agar mereka mampu *survive* dan bertahan dalam menghadapi permasalahan dalam kehidupannya sehari-hari.

Seringkali setiap individu membutuhkan kemampuan untuk berkomunikasi secara terbuka atau disebut juga asertivitas sehingga dapat menyesuaikan diri di lingkungan dengan lebih baik. Asertivitas ditandai oleh adanya perilaku yang melibatkan aspek kejujuran dan keterbukaan pikiran serta mempertimbangkan perasaan dan kesejahteraan orang lain sehingga individu mampu untuk menyesuaikan diri di lingkungan individu berada (Gunarsa, 2008). Simarmata dan Rahayu (dalam Rohmah, 2019) yang menyebutkan bahwa asertivitas membantu individu mengkomunikasikan apa yang dirasakannya sehingga individu mampu menyesuaikan diri di lingkungannya.

Khan (2012:144) menyebutkan bahwa individu-individu yang tidak asertif biasanya pemalu, tertutup, dan tidak dapat menyatakan keinginannya. Individu yang kurang mampu mengungkapkan perasaan dan pemikirannya secara terbuka dan jujur seringkali merasa tertekan dan bimbang. Mereka memiliki banyak pertimbangan dan seringkali tidak berani membuat keputusan atas dasar keinginan diri sendiri. Alberti dan Emmons (2017) menjelaskan bahwa orang yang tidak asertif cenderung terlalu lama memikirkan jalan keluar yang terbaik dan

seringkali melewatkan kesempatan yang ada. Mereka yang memiliki asertivitas rendah cenderung kurang mampu berinteraksi dengan teman-teman karena mereka kurang mampu berinisiatif, dan tidak berani untuk jujur berekspresi.

Wirawan (2010:1) menjelaskan bahwa individu memiliki perbedaan kepribadian, karakter, latar belakang, pemikiran, dan budaya. Perbedaan-perbedaan tersebut dapat menimbulkan gesekan antara remaja di kesehariannya sehingga dapat menimbulkan kesalahpahaman, dan ketidakcocokan yang memicu timbulnya konflik dalam keseharian. Adanya konflik dalam kehidupan membuat individu membutuhkan kemampuan manajemen konflik agar konflik dapat dikendalikan sehingga tidak berdampak negatif. Seseorang perlu mempunyai kemampuan dan pengetahuan mengenai cara manajemen konflik, agar konflik yang dihadapi dapat terselesaikan.

Agbakwuru dan Stella (2012) menyatakan “*Assertive children as assertive adults, become more happy, honest, healthy and less manipulative*”. Ini menimbulkan pertanyaan apakah orang yang asertif dan lebih mampu untuk terbuka, berani, dan tegas dalam mengungkapkan pemikirannya cenderung lebih resilien, lebih bahagia dan memiliki sedikit beban pikiran dalam menjalani kehidupan sehari-hari dibanding orang yang malu dan tidak berani mengungkapkan pemikiran dan perasaannya

Kemudian Noonan dan Amy (2017) menyebutkan remaja yang menyelesaikan konfliknya dengan efektif menunjukkan kepuasan terhadap hidupnya dan lebih sedikit mengalami gejala tekanan psikologis dibanding remaja yang menghindari konflik. Mereka juga menunjukkan hubungan yang lebih dekat dengan teman sebaya.

Penelitian mengenai variabel asertivitas, manajemen konflik serta resiliensi sudah banyak dilakukan sebelumnya namun belum dilakukan secara bersamaan. Ketiganya dilakukan secara terpisah, dengan fokus yang berbeda-beda dan belum ada yang melakukan penelitian mengenai pengaruhnya secara bersamaan.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti pada 9-15 Oktober 2019, beberapa konflik yang seringkali terjadi yaitu konflik antar teman, dengan pengasuh dan bahkan adanya konflik dari dalam diri sendiri. Setiap dari mereka memiliki respon yang berbeda dalam menghadapi keadaan konflik yang terjadi. Merujuk pada paparan di atas maka peneliti melakukan penelitian mengenai asertivitas dan manajemen konflik serta pengaruhnya terhadap resiliensi pada remaja panti asuhan.

METODE PENELITIAN Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode *ex-post facto*. Penelitian ini merupakan penelitian *ex-post facto* karena variabel yang akan diukur telah ada pada diri responden sebelum penelitian dilaksanakan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh asertivitas dan manajemen konflik terhadap resiliensi remaja panti asuhan di Panti Asuhan Nurul Haq Madania.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus 2019 di Panti Asuhan Nurul Haq Madania yang beralamat di Wonocatur, Banguntapan, Bantul, Yogyakarta.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah seluruh remaja Panti Asuhan Nurul Haq Madania yang berjumlah 188 orang. Jumlah remaja laki-laki dan perempuan masing-masing sebanyak 71 dan 117 orang.

Namun data yang didapat yaitu berjumlah 172.

Metode Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala resiliensi, skala asertivitas, dan skala manajemen konflik. Terdapat empat alternatif pilihan jawaban yaitu sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Keempat alternatif pilihan jawaban tersebut

menunjukkan tingkat kesesuaian diri remaja dengan pernyataan yang diajukan.

Validitas dan Reliabilitas

Penelitian ini menggunakan validitas isi. Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap kelayakan atau relevansi isi instrumen melalui *expert judgement* (Azwar, 2013: 42). Setelah instrumen dinyatakan valid oleh ahli, maka dilakukan uji coba terpakai terhadap 30 remaja di Panti Asuhan Nurul Haq Madania. Uji reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* melalui program SPSS 25.0 for

Windows. Dari uji reliabilitas tersebut didapatkan hasil sebagai berikut

Tabel 1. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Skala	Kofisien Reliabilitas
Resiliensi	0,901
Asertivitas	0,879
Manajemen Konflik	0.875

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji prasyarat analisis dan uji hipotesis. Uji prasyarat analisis berupa uji normalitas dan uji linearitas, selanjutnya dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan uji regresi linear berganda melalui program SPSS 25.0 for Windows.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

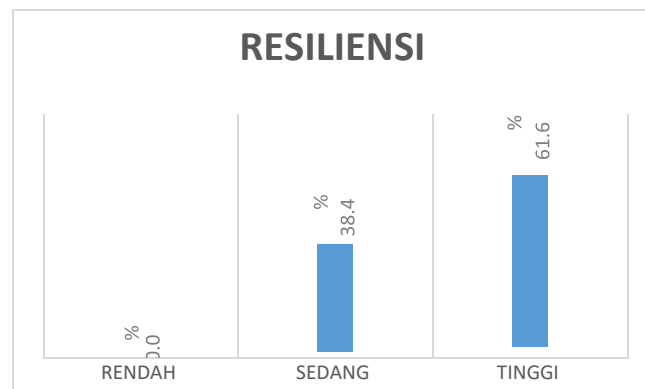
Hasil penelitian mencakup persebaran data yang meliputi skor tertinggi, skor terendah, rata-rata, median, modus, dan standar deviasi disertai histogram dari masing-masing variabel.

Pertama, resiliensi. Berdasarkan hasil pengambilan data skala resiliensi diperoleh skor tertinggi sebesar 140 dan skor terendah sebesar 80. Hasil perhitungan data penelitian menunjukkan nilai rata-rata sebesar 110.35, median sebesar 112, modus sebesar 118, dan standar deviasi sebesar 12.608.

Tabel 2. Distribusi Data Kategorisasi Resiliensi

No.	Rentang Skor	Frekuensi	Kategori
1.	< 72	0	Rendah
2.	72 -108	66	Sedang
3.	> 108	106	Tinggi
Jumlah		172	

Distribusi data kategorisasi resiliensi juga dapat digambarkan dalam bentuk histogram sebagai berikut:



Gambar 1. Persentase Resiliensi

Pada penelitian ini, resiliensi dilihat dari sumber resiliensi yang dimiliki oleh setiap individu. Sumber resiliensi ada tiga, yaitu *I Have*, *I Am*, dan *I Can* sebagaimana dijelaskan oleh Grotberg (1995:11). Distribusi rerata sumber resiliensi yaitu berikut.

Tabel 3. Rerata Sumber Resiliensi

Sumber Resiliensi	<i>I Have</i>	<i>I Am</i>	<i>I Can</i>
Rata-rata	41	47	22

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa sumber *I Am* (kekuatan dalam diri individu) merupakan sumber yang memiliki kontribusi paling tinggi dalam membentuk resiliensi individu. Kemudian dilanjutkan dengan sumber *I Have* (sumber dukungan eksternal) dan sumber *I Can* (kemampuan sosial dan interpersonal). Hal ini mendukung pendapat Grafton dan Henderson (2010:700) yang menjelaskan bahwa resiliensi merupakan *inner strength* atau kekuatan dari dalam diri individu atau sumber dari dalam diri. *Inner strength* ini memungkinkan munculnya respon stress yang positif, yang dapat ditingkatkan dan didorong oleh sumber daya eksternal.

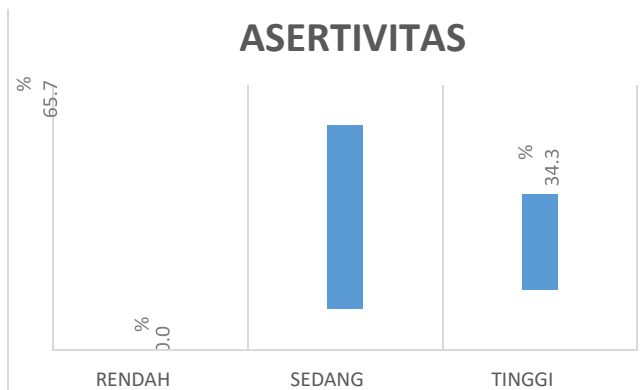
Resiliensi merupakan “*ordinary magic*”, yaitu kekuatan yang muncul dari proses adaptasi manusia yang bersumber dari diri individu, keluarga, dan komunitas (Masten dalam Grafton dan Henderson, 2010:700).

Kedua, asertivitas. Berdasarkan hasil pengambilan data skala asertivitas diperoleh skor tertinggi sebesar 109 dan skor terendah sebesar 69. Hasil perhitungan data penelitian menunjukkan nilai rata-rata sebesar 88.01, median sebesar 87, modus sebesar 84, dan standar deviasi sebesar 9.045.

Tabel 4. Distribusi Data Kategorisasi Asertivitas

No.	Rentang Skor	Frekuensi	Kategori
1.	< 62	0	Rendah
2.	62 – 93	113	Sedang
3.	> 93	59	Tinggi
Jumlah		172	

Distribusi data kategorisasi asertivitas juga dapat digambarkan dalam bentuk histogram sebagai berikut:



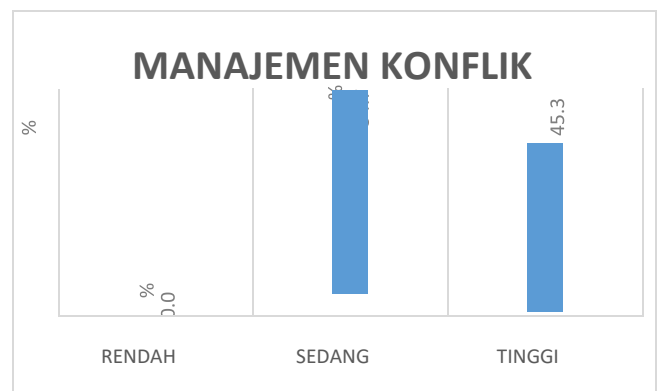
Gambar 2. Persentase Asertivitas

Ketiga, manajemen konflik. Berdasarkan hasil pengambilan data skala manajemen konflik diperoleh skor tertinggi sebesar 108 dan skor terendah sebesar 61. Hasil perhitungan data penelitian menunjukkan nilai rata-rata sebesar 82.64, median sebesar 82, modus sebesar 76, dan standar deviasi sebesar 9.937.

Tabel 5. Sebaran Data Kategorisasi Manajemen Konflik

No.	Rentang Skor	Frekuensi	Kategori
1.	< 56	0	Rendah
2.	56 – 84	94	Sedang
3.	> 84	78	Tinggi
Jumlah		172	

Distribusi data kategorisasi manajemen konflik juga dapat digambarkan dalam bentuk histogram sebagai berikut:



Gambar 3. Persentase Manajemen Konflik

Pengaruh Asertivitas dan Manajemen Konflik terhadap Resiliensi Remaja Panti Asuhan Nurul Haq Madania

Berdasarkan hasil uji regresi linear berganda didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 dan nilai F_{hitung} sebesar 89.871. Nilai konstanta (a) yaitu sebesar 21.577, nilai koefisien regresi X_1 (b_1) yaitu sebesar 0.503, dan nilai koefisien regresi X_2 (b_2) yaitu sebesar 0.538. Persamaan regresi berganda dari hasil tersebut yaitu $Y = 21.577 + 0.503X_1 + 0.538X_2$. Model regresi tersebut mempunyai arti bahwa jika tidak ada asertivitas (X_1) maupun manajemen konflik (X_2) atau X_1 dan X_2 bernilai 0, maka nilai resiliensi (Y) konsisten sebesar 21.577. Sedangkan nilai koefisien regresi memiliki arti bahwa setiap 1-digit kenaikan asertivitas (X_1) akan berdampak pada kenaikan resiliensi (Y) sebesar 0.503, begitupun dengan manajemen konflik (X_2) dimana setiap manajemen konflik memiliki kenaikan 1-digit, maka naik pula resiliensi (Y) sebesar 0.538. Berdasarkan hasil analisis data tersebut, dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan asertivitas dan manajemen konflik

secara bersama-sama terhadap resiliensi. Semakin tinggi asertivitas dan kemampuan manajemen konflik yang dimiliki remaja panti asuhan, maka semakin tinggi resiliensi yang dimiliki remaja.

Hasil penelitian menunjukkan Apex LeadershipLtd (dalam Widyastuti, 2017) menjelaskan bahwa menjadi asertif dapat meningkatkan kesempatan terpenuhinya kebutuhan, tercapainya tujuan, terutama dalam situasi sulit, mengurangi frustrasi dan stress dan meningkatkan kepercayaan diri. Individu asertif yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi lebih yakin dalam mengambil keputusan dan bertindak ketika dihadapkan pada konflik.

Maccoby dan Scudder (2011:50) menjelaskan bahwa mampu mengambil keputusan dan bertindak dengan tepat ketika dihadapkan dengan konflik merupakan salah satu aspek manajemen konflik *manage* dan *resolve*. Individu asertif akan berhati-hati ketika menghadapi konflik, dengan menghargai pendapat, keinginan serta kebutuhan orang lain namun tidak membiarkan dirinya sendiri terjebak dalam keadaan yang tidak menyenangkan dan tetap mempertahankan haknya. Individu asertif mampu mengendalikan diri dan keadaan berkonflik dengan ketegasan yang dimiliki.

Widyastuti (2017) menjelaskan bahwa tingkah laku asertif mencakup aspek seseorang dalam menghadapi konflik dan permasalahan dimana aspek-aspek yang dimaksud yaitu mendengarkan, menyatakan harapan dengan jelas, memperhatikan, kompromi dan negosiasi, gigih dan sabar, serta memberikan kritik yang efektif dan membangun. Irsyadi (dalam Widyastuti, 2017) menjelaskan bahwa memiliki asertivitas akan membuat individu dengan mudah membina hubungan yang komunikatif. Individu asertif memiliki taktik dan strategi pengelolaan konflik *win-win solution* dan melihat masalah dua arah secara bijaksana. Reivich dan Gilliam (2010) juga menjelaskan bahwa asertivitas akan membuat *self-esteem*, *self-worth* dan *self-confidence* meningkat. Hal ini membuat individu percaya diri dalam mengambil keputusan dan *speak up* untuk dirinya sendiri. Individu menjadi lebih percaya diri

dalam menyelesaikan masalahnya yang kemudian membuat individu semakin resilien.

Pengaruh Asertivitas terhadap Resiliensi Remaja Panti Asuhan Nurul Haq Madania

Berdasarkan hasil analisis tersebut, dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan asertivitas terhadap resiliensi. Semakin tinggi asertivitas yang dimiliki remaja panti asuhan, maka semakin tinggi resiliensi.

Reivich dan Gilliam (2010) menjelaskan bahwa asertivitas membantu remaja menjadi lebih percaya diri dalam berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain. Asertivitas membuat remaja mampu mengungkapkan kekhawatiran, kebutuhan atau permintaan mereka dan meningkatkan resiliensi individu dalam menghadapi dinamika sosial yang kompleks dan seringkali menantang.

Ditilik dari perspektif resiliensi, asertivitas mendorong remaja untuk mampu *reaching out* kepada orang lain. Asertivitas membantu individu untuk lebih mampu terhubung dan memahami satu sama lain sehingga memperbesar kemungkinan kebutuhan, kekhawatiran serta permintaan mereka didengar orang lain. Memiliki asertivitas akan membuat individu menambah sumber resiliensi mereka pada sumber *I Can*, dimana individu mampu mengungkapkan kekhawatiran dan hal-hal yang mengganggu, serta meminta bantuan kepada orang lain ketika membutuhkan (Grotberg, 1995:11). *Speaking up* dan meminta bantuan kepada orang lain merupakan salah satu *coping strategies* dalam menghadapi kesulitan-kesulitan dan trauma. (Reivich dan Gilliam, 2010).

Agbakwuru dan Stella (2012) mengungkapkan bahwa asertivitas dan resiliensi merupakan sifat-sifat yang saling terkait dan saling berhubungan. Menjadi pribadi asertif akan membuat individu lebih percaya diri sehingga meningkatlah resiliensi mereka. Disisi lain, ketika seorang individu memiliki kepercayaan diri yang tinggi, maka dirinya akan mampu menghadapi *adversities* atau kesulitan dari kehidupan dan oleh karena itu, individu mampu menjadi lebih resilien. Semakin individu asertif atau semakin tinggi asertivitas yang dimiliki individu, maka semakin

resilienlah individu dalam menghadapi kesulitan hidup atau semakin tinggi lah tingkat resiliensinya.

Pengaruh Manajemen Konflik terhadap Resiliensi Remaja Panti Asuhan Nurul Haq Madania

Berdasarkan hasil analisis tersebut, dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan manajemen konflik terhadap resiliensi remaja panti asuhan. Semakin tinggi kemampuan remaja dalam memanajemen konflik, maka semakin tinggi resiliensi.

Reivich dan Gilliam (2010) yang menjelaskan bahwa kemampuan individu dalam membuat keputusan dan memecahkan masalah secara kreatif dapat meningkatkan efikasi diri, optimism, impuls kontrol, dan empati individu. Faktor tersebut merupakan bagian dari tujuh faktor resiliensi yang dijelaskan oleh Reivich dan Shatte (2002) yaitu regulasi emosi, impuls kontrol, efikasi diri, empati, causal-analisis, *optimism* dan *reaching out*.

Kemampuan individu dalam membuat keputusan dan memecahkan masalah merupakan bagian dari manajemen konflik dimana dua kemampuan tersebut merupakan bagian dari upaya mengendalikan (*prevent dan manage*) dan menyelesaikan (*resolve*) konflik. Kemampuan individu dalam mengambil keputusan dan memecahkan masalah pada dasarnya merupakan sumber individu untuk menjadi resilien yaitu sumber *I Can* dimana individu mampu menemukan cara untuk memecahkan masalah yang dihadapinya dan mengambil keputusan yang tepat disetiap keadaan yang dihadapi (Grotberg, 1995:11). Oleh karena itu semakin individu mampu memanajemen konfliknya atau mengendalikan konfliknya, maka semaikin individu menjadi resilien.

Pada dasarnya, kemampuan manajemen konflik dan resiliensi merupakan variabel yang saling terkait dan berhubungan. Individu yang menggunakan pendekatan *problem-solving* dan lebih proaktif dalam menyelesaikan masalahnya seringkali lebih sehat dibandingkan mereka yang pasif dan penurut (de Dreu dalam Corts et al.,

2015). Mereka cencerung lebih mampu belajar membaca peluang, beradaptasi dengan konflik dengan lebih cepat, dan mampu *bounce back* atau memantul dari keadaan negative. Hal ini menggambarkan bahwa individu yang mampu mengendalikan konfliknya akan mampu menjadi individu yang lebih resilien dalam kehidupan. Corts et al. (2015:334) menemukan bahwa meningkatkan kemampuan manajemen konflik interpersonal akan membantu individu dalam meningkatkan resiliensinya. Meningkatkan resiliensi individu akan mengurangi konsekuensi negative dari situasi konflik yang terjadi.

Sumbangan Efektif

Sumbangan efektif merupakan ukuran sumbangan variabel independent terhadap variabel dependen. Sumbangan efektif dihitung menggunakan rumus sebagai berikut:

$$SE(X)\% = \text{Beta}_x \times \text{Koefisien korelasi}_x \times 100\%$$

Atau

$$SE(X)\% = \text{Beta}_x \times r_{xy} \times 100\%$$

Tabel 6. Ringkasan Hasil Analisis Regresi

Variabel	Koefisien Regresi (Beta)	Koefisien Korelasi (r)	R Square
X ₁	0.361	0.645	0.515
X ₂	0.424	0.666	

Sumbangan efektif variabel asertivitas (X₁) terhadap resiliensi (Y) $SE(X_1)\% = \text{Beta}_{x1} \times r_{xy} \times 100\%$

$$= 0.361 \times 0.645 \times 100\% \\ = 23.28\%$$

Sumbangan efektif variabel manajemen konflik (X₂) terhadap resiliensi (Y) $SE(X_2)\% = \text{Beta}_{x2} \times r_{xy} \times 100\%$

$$= 0.424 \times 0.666 \times 100\% \\ = 28.23\%$$

Sumbangan efektif total kedua variabel (X₁ dan X₂) terhadap resiliensi (Y)

$$SE \text{ total} = SE(X_1)\% + SE(X_2)\% \\ = 23.28\% + 28.23\%$$

= 51.51%

Berdasarkan hasil perhitungan di atas dapat diketahui bahwa sumbangan efektif asertivitas terhadap resiliensi adalah sebesar 23.28% dan sumbangan efektif manajemen konflik terhadap resiliensi adalah sebesar 28.23%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa manajemen konflik memiliki pengaruh yang lebih dominan terhadap resiliensi dibandingkan dengan asertivitas. Total sumbangan efektif keduanya sama dengan 51.51% dimana nilai ini sesuai dengan koefisien determinasi (*R square*) analisis regresi berganda yakni 51.5%

SIMPULAN DAN SARAN **Simpulan**

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan pengaruh antara asertivitas dan manajemen konflik dengan resiliensi remaja di panti asuhan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh positif asertivitas dan manajemen konflik bersama sama terhadap resiliensi remaja panti asuhan Nurul Haq Madania.
2. Terdapat pengaruh positif asertivitas dengan mengontrol manajemen konflik terhadap resiliensi remaja panti asuhan Nurul Haq Madania.
3. Terdapat pengaruh positif manajemen konflik dengan mengontrol asertivitas terhadap resiliensi remaja panti asuhan Nurul Haq Madania.

Saran

1. Bagi Remaja Panti Asuhan

Remaja panti asuhan yang memiliki asertivitas dan manajemen konflik yang sedang diharapkan mampu meningkatkan kemampuan tersebut dengan berlatih untuk jujur dan terbuka dalam mengungkapkan pikiran dan perasaannya terhadap orang lain, serta belajar untuk tenang dan mengendalikan emosi di segala situasi dan kondisi sehingga mereka mampu berpikir sebelum bertindak dalam menghadapi suatu keadaan yang memungkinkan terjadinya konflik ataupun keadaan berkonflik itu sendiri. Sedangkan untuk remaja panti asuhan yang memiliki

asertivitas dan manajemen konflik yang tinggi diharapkan mampu mempertahankan kemampuan tersebut sehingga tetap dapat menjalani kehidupannya dengan normal dan bahagia.

2. Bagi Pengasuh

Pengasuh sebaiknya membantu remaja panti asuhan dalam mempertahankan dan meningkatkan kemampuan berkomunikasi secara asertif dan manajemen konflik mereka dengan melatih remaja panti asuhan untuk mampu lebih percaya diri dalam mengungkapkan dan mengekspresikan diri, menyatakan rasa suka maupun tidak suka dan melatih mereka untuk mampu mengendalikan diri dan berfikir sebelum bertindak, serta menyelesaikan masalah dengan cara kekeluargaan sehingga remaja mampu menjalani kehidupan di panti asuhan dengan baik tanpa terkena dampak negatif dari konfliknya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat melibatkan responden dari beberapa panti asuhan sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasikan di wilayah yang lebih luas dan mengungkap lebih dalam mengenai variabel asertivitas, manajemen konflik, dan resiliensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Agbakwuru, C. dan Stella, U. (2012) Effect of Assertiveness Training on Resilience Among Early-Adolescents. *European Scientific Journal* vol 8. No 10. 69-84.
- Aisha, D. L. (2014). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Resiliensi Pada Remaja Di Panti Asuhan Keluarga Yatim Muhammadiyah Surakarta. (Skripsi). Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta: Surakarta.

- Alberti, R dan Emmons, M. (2017). *Your Perfect Right*, 10th Edition: Assertiveness and Equality in Your Life and Relationships. United State: New Harbinger Publications.
- Azwar, S. (2013). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Corts, I.M., Bakker, A.B., Demerouti, E. dan Boz, M. (2015). Spillover of Interpersonal Conflicts from Work into Nonwork: A Daily Diary Study. *Journal of Occupational Health Psychology*, vol. 20, no. 3, 326-337.
- Grafton, E. dan Henderson, S. (2010). Resilience: The Power Within. Article. *Oncology Nursing Forum*. Vol 37, no 6, 698-705.
- Grotberg, E. (1995). *A Guide to Promoting Resilience in Children*. Bernard van Leer Foundation.
- Gunarsa, S.D. (2008). *Psikologi Anak: Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia
- Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). (Online). Diakses pada tanggal 25 Februari 2020 di kbbi.kemdikbud.go.id/entri/panti%20asuhan
- Khan, R.I. (2012). Perilaku Asertif, Harga Diri, dan Kecenderungan Depresi. *Jurnal Psikologi Indonesia*. 1, 143-154.
- Maccoby, M. dan Scudder, T. (2011). Leading in the Heat of Conflict. Dec 2011; 65, 12;
- Noonan, P.M. dan Amy, S.G.E. (2017) *The Skills That Matter: Teaching Interpersonal and Intrapersonal Competencies in Any Classroom* 1st Edition. Kansas: Corwin.
- Rohmah, S.D.B. (2019). Hubungan antara Asertivitas dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Tahun Pertama. Naskah Publikasi Skripsi. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Tricahyani, I.A.R., dan Putu, N.W. (2016). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Remaja Awal di Panti Asuhan Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, Edisi Khusus Cultural Health Psychology, 168-176.
- Rifai, N. (2014). Penyesuaian Diri pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan (Studi Kasus pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan Yatim Piatu Muhammadiyah Klaten). Skripsi. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Reivich, K dan Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor*. United States of America: Broadway Books.
- Reivich, K dan Gilliam, J. (2010). *Building Resilience in Youth: The Penn Resiliency Program*. Bethesda Vol. 38, Iss. 6: 1,17-19.
- Widyastuti, T. (2017). Pengaruh Komunikasi Asertif terhadap Pengelolaan Konflik. *Jurnal Sekretari dan Manajemen* vol 1. No. 1
- Wirawan. (2010). *Konflik dan Manajemen Konflik Teori, Aplikasi dan Penelitian*. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.