

**HUBUNGAN KONSEP DIRI DENGAN RESILIENSI
PADA SURVIVOR BULLYING DI KOMUNITAS
DISABILITAS TUNA DAKSA
DI MEDAN**

SKRIPSI

OLEH:

Mutiara Rahayu

198600055



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2025**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 10/2/26

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repositori.uma.ac.id)10/2/26

**HUBUNGAN KONSEP DIRI DENGAN RESILIENSI
PADA SURVIVOR BULLYING DI KOMUNITAS
DISABILITAS TUNA DAKSA
DI MEDAN**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Di Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area*



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2025**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 10/2/26

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repositori.uma.ac.id)10/2/26

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Konsep Diri Dengan Resiliensi Pada *Survivor Bullying* Di Komunitas Disabilitas Tuna Daksa Di Medan
Nama Mahasiswa : Mutiara Rahayu
Nim : 198600055
Bagian : Psikologi Klinis

Disetujui Oleh
Komisi Pembimbing



Tanggal disetujui : 05 Agustus 2025

HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 05 Agustus 2025



HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mutiara Rahayu
NPM : 19.860.0055
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi
Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul Hubungan Konsep Diri Dengan Resiliensi Pada *Survivor Bullying* Di Komunitas Disabilitas Tuna Daksa Di Medan, beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Medan, 05 Agustus 2025
Yang menyatakan



Mutiara Rahayu

ABSTRAK

Hubungan Konsep Diri Dengan Resiliensi Pada *Survivor Bullying* Di Komunitas Disabilitas Tuna Daksa Di Medan

Mutiara Rahayu

198600055

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan resiliensi pada *Survivor Bullying* yang tergabung dalam komunitas disabilitas tuna daksa di Kota Medan. Subjek penelitian berjumlah 100 orang anggota komunitas tuna daksa yang pernah mengalami perundungan, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan desain korelasional. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua skala, yaitu skala konsep diri dan skala resiliensi. Teknik analisis data dilakukan dengan menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment*. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dan resiliensi, dengan nilai koefisien korelasi (r) = 0,390 dan signifikansi $p < 0,05$. Artinya, semakin positif konsep diri yang dimiliki individu, maka semakin tinggi tingkat resiliensinya, dan sebaliknya. Hasil ini menunjukkan bahwa penerimaan terhadap diri sendiri dan persepsi positif terhadap kemampuan diri memainkan peran penting dalam membantu individu bangkit dari pengalaman negatif seperti bullying, khususnya pada kelompok rentan seperti penyandang disabilitas fisik. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan intervensi psikologis yang bertujuan memperkuat daya lenting psikologis (resiliensi) melalui pembentukan konsep diri yang positif.

Kata kunci: Konsep Diri; Resiliensi; *Survivor Bullying*

ABSTRACT

The Correlation Between Self-Concept and Resilience in Survivors of Bullying Within the Physically Disabled Community in Medan

Mutiara Rahayu
198600055

This study aims to examine the relationship between self-concept and resilience among bullying survivors who are members of the physical disability (tuna daks) community in Medan. The participants were 100 individuals with physical disabilities who had experienced bullying, selected through purposive sampling. Using a quantitative correlational design, data were collected with the Self-Concept Scale and the Resilience Scale. Analysis with the Pearson Product Moment correlation revealed a significant positive relationship between self-concept and resilience ($r = 0.390, p < 0.05$). These findings suggest that individuals with a more positive self-concept tend to demonstrate higher resilience, while those with a negative self-concept are more vulnerable to the adverse effects of bullying. The results emphasize the importance of self-acceptance and positive self-perception in helping individuals recover from negative experiences, particularly among vulnerable groups such as persons with physical disabilities. This research is expected to provide a foundation for developing psychological interventions aimed at strengthening resilience by fostering a positive self-concept.

Keywords: Self-Concept; Resilience; Bullying Survivors

RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Sei Sengkol Pada tanggal 17 oktober 2001 dari Alm bapak Muliadi,ST dan ibu Sri Hartati. Penulis merupakan anak terakhir dari empat bersaudara.

Penulis memulai pendidikan formalnya di SD MIS Alwasliyah Medan Krio dan lulus pada tahun 2013. Kemudian melanjutkan pendidikan menengah pertama di SMP Yayasan Pendidikan Supriyadi Medan dan lulus pada tahun 2016. Setelah itu, penulis melanjutkan pendidikan menengah atas di SMA Negeri 4 Medan dan lulus pada tahun 2019 sekaligus terdaftar sebagai mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Berkat Izin dari Allah SWT serta usaha, perjuangan, kesabaran dan dukungan dari orang-orang terdekat menguatkan penulis untuk terus berjuang dan berusaha, Alhamduulillah penulis telah berhasil menyelesaikan tugas akhir skripsi ini mampu memberikan kontribusi yang positif untuk dunia Pendidikan dan ilmu psikologi.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT yang senantiasa telah melimpahkan rahmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini yang berjudul “Hubungan Konsep Diri Dengan Resiliensi Pada *Survivor Bullying* Di Komunitas Disabilitas Tuna Daksa Di Medan”. Penulis menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan, dan kerjasama yang baik dari beberapa pihak.

Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Dr. Risyadah Fadilah, S.Psi, M.Psi, selaku dosen pembimbing, atas waktu, perhatian, dan bimbingan yang telah diberikan selama penyusunan proposal ini. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada Kedua Orang Tua Alm Bapak Muliadi, S.T. & Ibu Sri Hartati serta Kakak pertama Musti Eka Apni yang menjadi sumber semangat dan cinta bagi penulis . Tak lupa, kepada sahabat-sahabat terbaik: Ridho Rahman, Ahdad Alwi, dan Dinal terima kasih atas semangat dan kebersamaan yang selalu menguatkan. Seseorang yang sangat berarti dan selalu setia mendampingi di setiap langkah, Dandi Damara, terima kasih telah menjadi sumber kekuatan dan ketenangan, serta atas kesabaran dan perhatianmu yang selalu hadir, bahkan saat tak diminta.

Penulis menyadari bahwa masih terdapat kekurangan dalam pembuatan proposal ini.Untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang dapat membangun agar penulis dapat memperbaikinya.

Medan, 05 Agustus 2025



Mutiara Rahayu

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
RIWAYAT HIDUP	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Perumusan Masalah.....	10
1.3 Tujuan Penelitian.....	10
1.4 Hipotesis Penelitian	10
1.5 Manfaat Penelitian.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
2.1 Resiliensi	12
2.1.1 Pengertian Resiliensi.....	12
2.1.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Resiliensi.....	14
2.1.3 Aspek-Aspek Resiliensi	18
2.1.4 Fungsi Relisiensi	24
2.1.5 Karaktersitik Individu yang Memiliki Kemampuan Resiliensi	26
2.2 Konsep Diri	28
2.2.1 Pengertian Konsep Diri	28
2.2.2 Jenis-Jenis Konsep Diri.....	30
2.2.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Konsep Diri.....	33
2.2.4 Aspek-Aspek Konsep Diri	36
2.3 Bullying (Survivor)	39
2.3.1 Pengertian <i>Bullying</i>	39
2.3.2 Faktor Faktor yang mempengaruhi <i>Bullying</i>	40
2.4 Tugas Perkembangan Usia Dewasa.....	41

2.4.1	Tugas – Tugas Perkembangan Dewasa Awal	42
2.4.2	Konsep Diri pada Dewasa Awal	43
2.5	Hubungan Konsep Diri Dengan Resiliensi Pada <i>Survivor Bullying</i>	44
2.6	Kerangka Konseptual	46
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		47
3.1	Waktu dan Tempat Penelitian	47
3.2	Alat dan Bahan	47
3.3	Metodologi Penelitian	47
3.3.1	Metode Pengumpulan Data	48
3.3.2	Metode Uji Coba Alat Ukur	49
3.3.3	Metode Analisis Data	51
3.4	Populasi dan Sampel	52
3.4.1	Populasi	52
3.4.2	Sampel	52
3.5	Prosedur Kerja	53
3.5.1	Persiapan Penelitian	53
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		53
4.1	Analisis Data	53
4.1.1	Uji Validitas dan Uji Reliabilitas	53
4.1.2	Hasil Uji Asumsi Klasik	56
4.1.3	Hasil Perhitungan Korelasi <i>Product Moment</i>	58
4.1.4	Perhitungan Mean Hipotek dan Mean Empirik	59
4.2	Pembahasan	62
BAB V		66
5.1	Simpulan	62
5.2	Saran	63
DAFTAR PUSTAKA		65

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Total Tuna Daksa di Komunitas Masyarakat Peduli Disabilitas Indonesia	52
Tabel 4. 1 Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran	57
Tabel 4. 2 Hasil Perhitungan Uji Linearitas	57
Tabel 4. 3 Hasil Perhitungan Korelasi Product Moment.....	58
Tabel 4. 4 Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Empirik	61



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual.....	46
Gambar 4. 1 Grafik Konsep Diri	61
Gambar 4. 2 Grafik Resiliensi	61



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Penganiayaan terhadap individu yang mengalami disabilitas fisik sering kali memiliki aspek khusus. Ini mencakup ejekan terhadap penampilan mereka, kesulitan dalam aksesibilitas dan peluang, serta perasaan tidak dihargai sebagai individu yang berharga. Hal ini menciptakan suasana yang tidak ramah dan dapat merugikan bagi kesejahteraan mereka. Istilah *bullying* berasal dari kata *bull* yang berarti "banteng" dalam bahasa Inggris, yang sering kali menggambarkan perilaku menyerang dan menindas. *Bullying* merupakan situasi di mana kekuatan atau kekuasaan disalahgunakan oleh individu atau kelompok tertentu. Keberadaan kekuatan tidak hanya terkait dengan kekuatan fisik, tetapi juga kekuatan mental. Dalam konteks ini, korban *bullying* sering kali tidak mampu membela diri atau melawan karena kelemahan baik secara fisik maupun mental (Yayasan Sejiwa, 2008).

Survivor Bullying dengan disabilitas fisik sering kali mengalami dampak psikologis yang serius. Mereka mungkin mengalami penurunan harga diri, kecemasan, depresi, dan bahkan trauma psikologis yang berkepanjangan. Perasaan terisolasi dan tidak diterima oleh masyarakat dapat memperburuk kondisi ini, menciptakan lingkaran setan yang sulit diputuskan. Individu dengan disabilitas fisik yang telah menjadi *Survivor Bullying* sering kali mengalami tingkat diskriminasi yang tinggi apalagi pasa masa dewasa. Diskriminasi ini dapat berupa perlakuan tidak setara dalam lingkungan sekolah, kesulitan mendapatkan pekerjaan, atau stigma sosial yang menyebabkan isolasi. Ini dapat berdampak

negatif pada kesejahteraan emosional mereka dan memperburuk pengalaman trauma masa lalu (Shah & Giannasi, 2015). Bagi mereka, bullying bukan hanya tentang ejekan verbal atau intimidasi fisik, tetapi juga tentang perasaan tidak berdaya dan isolasi yang mendalam. Dalam konteks ini, "*Survivor Bullying*" mengacu pada individu yang menghadapi dan bertahan dari berbagai bentuk pelecehan dan perlakuan tidak menyenangkan yang terus-menerus atau yang biasa disebut sebagai resiliensi.

Resiliensi merupakan konsep yang menggambarkan kemampuan individu untuk beradaptasi secara positif dalam menghadapi kesulitan, tekanan, maupun trauma yang dialami dalam kehidupan. Dalam psikologi, resiliensi tidak hanya dipahami sebagai karakter bawaan, melainkan sebagai proses dinamis yang dapat berkembang melalui pengalaman dan pembelajaran. McEwen (2011) menyatakan bahwa resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk mengatasi kesulitan dan peristiwa yang tidak menyenangkan, serta beradaptasi terhadap perubahan yang tidak terduga. Pendapat ini menekankan bahwa resiliensi adalah bentuk respons aktif yang melibatkan kemampuan individu dalam mengelola stres dan tantangan yang muncul dalam kehidupan sehari-hari.

Lebih lanjut, Masten (2011) menjelaskan bahwa resiliensi melibatkan proses pemulihan serta penyesuaian terhadap pengalaman yang menyakitkan, dan individu yang memiliki resiliensi yang baik mampu tumbuh dan berkembang meskipun berada dalam kondisi sulit. Pandangan ini menegaskan bahwa resiliensi bukan merupakan sifat bawaan atau tetap, melainkan dapat dibentuk dan diperkuat melalui interaksi individu dengan lingkungan sosial serta melalui pengalaman hidup. Dalam hal ini, dukungan dari lingkungan sosial menjadi faktor penting

yang memungkinkan individu merasa tidak sendirian dalam menghadapi beban psikologis.

Dalam praktiknya, resiliensi membutuhkan pola pikir dan mentalitas yang positif. Survivor bullying, misalnya, yang membangun resiliensi akan mampu melihat kehidupan dari sudut pandang yang lebih optimis. Mereka dapat menemukan makna serta tujuan hidup dari pengalaman pahit yang mereka alami dan menjadikannya sebagai pijakan untuk pertumbuhan pribadi. Mancini (2019) menekankan bahwa resiliensi adalah proses multidimensional yang mencakup aspek kognitif, emosional, dan sosial yang saling berinteraksi. Dengan demikian, seseorang yang resilient biasanya memiliki kecakapan untuk mencari dan menggunakan dukungan dari orang-orang terdekat, serta memanfaatkan sumber daya yang tersedia di sekitarnya.

Bentuk semangat dan dukungan dari lingkungan sekitar, seperti keluarga, teman, atau komunitas, memberikan kontribusi penting dalam membangun ketahanan psikologis. Rasa diterima dan didukung membantu individu mengembangkan rasa percaya diri dan keteguhan dalam menghadapi rintangan. Hal ini didukung oleh temuan dari Southwick, Bonanno, Masten, Panter-Brick, dan Yehuda (2014) dalam jurnal mereka *Resilience: A New Paradigm of Coping and Survival*, yang menyatakan bahwa resiliensi melibatkan beberapa faktor utama, termasuk kemampuan dalam menyelesaikan masalah, regulasi emosi, serta kualitas relasi sosial yang suportif. Mereka menekankan bahwa resiliensi tidak hanya berkaitan dengan aspek psikologis semata, tetapi juga berkaitan erat dengan kemampuan individu dalam menyesuaikan diri secara positif terhadap perubahan dan tekanan kehidupan.

Studi terkini oleh Kalisch et al. (2017) menegaskan bahwa resiliensi merupakan hasil dari interaksi kompleks antara faktor-faktor neurobiologis, psikososial, serta kondisi lingkungan. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa resiliensi tidak semata-mata ditentukan oleh karakteristik individu, melainkan juga dipengaruhi oleh mekanisme biologis dan konteks sosial yang saling berkaitan. Mereka memperkenalkan pendekatan integratif dalam memahami resiliensi sebagai hasil dari interaksi antara predisposisi genetik, pengalaman masa lalu, serta kemampuan kognitif dalam menilai dan merespons stres. Di sisi lain, Ungar (2018) juga menyoroti pentingnya konteks budaya dan sosial dalam membentuk resiliensi, terutama pada individu yang berasal dari kelompok rentan. Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi bukan sekadar hasil dari kekuatan pribadi, melainkan dipengaruhi oleh sistem sosial yang memungkinkan individu mengakses sumber daya yang dibutuhkan untuk bangkit kembali.

Dengan demikian, resiliensi merupakan hasil dari proses kompleks yang dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Individu yang resilient tidak hanya mampu bertahan dalam situasi sulit, tetapi juga mampu berkembang dan menemukan makna baru dari pengalaman negatif yang mereka alami. Oleh karena itu, dalam memahami perkembangan resiliensi, tidak dapat dilepaskan dari peran konsep diri sebagai aspek fundamental yang turut membentuk bagaimana individu memandang dan merespons tantangan hidup.

Konsep diri merupakan gambaran yang dimiliki seseorang tentang dirinya, yang dibentuk melalui pengalaman-pengalaman yang diperoleh dari interaksi dengan lingkungan. Konsep diri bukan merupakan faktor bawaan, melainkan berkembang dari pengalaman yang terus-menerus. Dasar dari konsep diri individu

ditanamkan pada saat dini kehidupan anak dan menjadi dasar yang mempengaruhi tingkah lakunya di kemudian hari. William D. Brooks, sebagaimana dijelaskan oleh Jalaluddin Rakhmat (2005:99), menggambarkan konsep diri sebagai “persepsi fisik, sosial, dan psikologis tentang diri kita yang diperoleh dari pengalaman dan interaksi psikologis dengan orang lain.” Dengan kata lain, konsep diri mencakup pandangan dan perasaan kita tentang diri sendiri, yang bersifat psikologis, sosial, dan fisik, dan diperoleh melalui pengalaman serta persepsi terhadap interaksi dengan orang lain.

Menurut Desmita (2014), konsep diri merujuk pada gagasan mengenai diri sendiri yang meliputi keyakinan, pandangan, dan penilaian pribadi seseorang terhadap dirinya. Konsep diri ini mencerminkan bagaimana individu melihat dan menilai diri mereka sendiri. Sementara itu, menurut Hamdi (2016), konsep diri dapat dipahami sebagai persepsi, keyakinan, perasaan, atau sikap seseorang tentang diri mereka sendiri. Dengan kata lain, ini adalah cara seseorang memahami dan merasa tentang dirinya berdasarkan pandangan dan sikap pribadi. Sejalan dengan pemikiran ini, Mohamad Surya menambahkan bahwa konsep diri adalah pandangan mengenai diri sendiri yang bersumber dari kumpulan keyakinan dan sikap individu terhadap diri mereka. Ini mencakup bagaimana seseorang memandang dan memahami diri mereka melalui berbagai keyakinan dan sikap yang telah terbentuk dalam diri mereka.

Secara mendalam, konsep diri mencerminkan bagaimana seseorang merasakan nilai dan identitas mereka. Ini mencakup berbagai elemen penting yang membentuk pandangan mereka tentang diri mereka sendiri. Misalnya, individu memiliki keyakinan tertentu mengenai kemampuan mereka, nilai diri, dan sejauh

mana mereka diterima dalam masyarakat. Keyakinan ini sering kali berasal dari pengalaman pribadi, interaksi sosial, dan umpan balik dari lingkungan sekitar. Pandangan tentang diri sendiri juga melibatkan citra fisik dan sosial seseorang. Citra fisik berkaitan dengan bagaimana seseorang melihat penampilan dan kondisi fisik mereka, sementara citra sosial berhubungan dengan bagaimana mereka merasa diterima atau dihargai dalam hubungan sosial mereka. Keduanya saling mempengaruhi dan membentuk persepsi menyeluruh tentang diri mereka.

Konsep diri yang mencakup pemahaman dan penilaian seseorang terhadap nilai dan identitas mereka, mempengaruhi cara mereka merespons stres dan kesulitan. Individu dengan konsep diri yang positif cenderung memiliki keyakinan yang kuat tentang kemampuan mereka dan merasa lebih diterima dalam masyarakat. Keyakinan ini memberi mereka dasar emosional dan mental yang kokoh untuk menghadapi tantangan dengan lebih baik sehingga membuat individu mampu untuk bangkit dari kesulitan yang ada. Hal ini biasa disebut dengan resiliensi atau keterampilan dan kekuatan mental yang memungkinkan individu untuk mengatasi tantangan, mengelola tekanan, dan pulih dari kegagalan atau krisis.

Fenomena yang muncul dari pengalaman individu yang menghadapi ejekan dan penolakan karena kecacatan fisik menggambarkan kompleksitas dampak psikososial dari bullying selama masa dewasa, yang secara langsung memengaruhi konsep diri dan resiliensi mereka. Observasi menunjukkan bahwa pengalaman tersebut sering kali melibatkan tantangan signifikan yang membentuk proses perkembangan identitas dan sikap yakin pada diri sendiri individu. Ketika individu dengan tuna daksa belum sepenuhnya menerima kecacatan fisik mereka,

hal ini dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka dan menyebabkan sejumlah kesulitan dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Mereka mungkin mengalami ketidakpastian mengenai identitas diri dan merasa terasing dari masyarakat akibat perbedaan fisik yang mencolok.

Berdasarkan pengamatan di komunitas disabilitas di Kota Medan, masih banyak individu yang menunjukkan kesulitan dalam menerima kondisi fisik mereka. Hal ini terlihat dari ekspresi ragu ketika berinteraksi, kecenderungan menghindari keramaian, serta sikap tertutup saat membicarakan pengalaman pribadi. Dalam wawancara, salah satu partisipan, Y (28 tahun), mengungkapkan: “Saya sering merasa malu keluar rumah. Bukan karena saya tidak bisa jalan seperti orang lain, tapi karena pandangan mereka yang seperti merasa kasihan atau aneh. Saya jadi sering tanya ke diri sendiri, apakah saya pantas berada di tengah mereka?”

Pernyataan di atas mencerminkan adanya pergumulan internal dan konflik nilai diri yang dapat menghambat proses penerimaan diri, konsep diri yang sehat, dan kepercayaan terhadap kemampuan pribadi. Hal ini selaras dengan temuan Lee et al. (2024), yang menyatakan bahwa penerimaan terhadap disabilitas (disability acceptance) adalah komponen penting dalam adaptasi psikososial dan hubungan positif terhadap citra diri dan self-esteem pada individu penyandang disabilitas fisik. Dalam konteks observasi oleh peneliti, individu yang mengalami kecacatan fisik sering kali menunjukkan kecenderungan untuk merasa malu dan tidak nyaman dalam menyampaikan perasaan mereka saat ini. Mereka mungkin menghindari interaksi atau enggan diwawancara, mencerminkan

ketidaknyamanan yang mendalam dan kekhawatiran tentang bagaimana mereka dipersepsikan oleh orang lain.

Pengalaman ejekan atau perlakuan diskriminatif yang dialami dalam masyarakat sering memperburuk situasi ini. Ketika individu dengan tuna daksa berusaha menyesuaikan diri dengan kecacatan mereka, interaksi sosial yang negatif—termasuk stigma, diskriminasi, atau perlakuan tidak adil—dapat memperkuat perasaan ketidakmampuan atau ketidakpuasan terhadap diri mereka sendiri. Hal ini berpotensi memicu siklus stres dan ketidakbahagiaan yang berkepanjangan, serta menghambat proses berdamai dengan diri sendiri. Banyak individu dalam komunitas ini menunjukkan adanya penarikan diri dari lingkungan sosial. Seorang responden lain, S (32 tahun), mengatakan: “Waktu kecil saya sering dibully karena cara saya jalan beda. Tapi ternyata sampai sekarang pun, orang masih suka komentar. Akhirnya saya juga merasa lelah, lebih baik di rumah saja. Saya capek jelasin terus.”

Kedua kutipan tersebut memperlihatkan bahwa beberapa individu dengan disabilitas fisik masih berada dalam kondisi konsep diri negatif, yang ditandai dengan perasaan rendah diri, pesimis, dan kurang percaya diri dalam menghadapi lingkungan sosial. Mereka cenderung menginternalisasi pengalaman bullying dan diskriminasi, sehingga sulit untuk menerima kondisi dirinya secara utuh. Fenomena ini mengindikasikan bahwa konsep diri negatif bukan sekadar bentuk penilaian kognitif terhadap diri, melainkan berhubungan erat dengan perilaku sehari-hari dan kemampuan mereka dalam membangun resiliensi. Oleh karena itu, penting untuk meneliti lebih jauh bagaimana konsep diri yang terbentuk pada

individu dengan disabilitas memengaruhi tingkat resiliensi mereka dalam menghadapi tekanan sosial maupun pengalaman bullying yang berulang.

Ketidakmampuan ini juga dapat mengarah pada penurunan harga diri dan dampak negatif pada kesehatan mental, termasuk risiko tinggi mengalami depresi, kecemasan, atau gangguan stres pasca-trauma (PTSD). Untuk mengatasi fenomena ini, penting untuk menyediakan dukungan yang memadai bagi individu dalam komunitas tuna daksa. Dukungan ini dapat mencakup terapi psikologis yang fokus pada rekonsiliasi dengan diri sendiri dan peningkatan harga diri, serta menciptakan lingkungan yang inklusif dan mendukung. Program pendidikan dan advokasi yang menekankan pentingnya inklusi dan menghargai perbedaan fisik juga dapat membantu mengurangi stigma dan diskriminasi, serta mendukung individu dalam proses rekonsiliasi dengan diri sendiri mereka.

Penelitian yang dilakukan oleh Hartati dan Rahmandani (2024) dengan judul "Hubungan Antara Konsep Diri dengan Resiliensi pada Mahasiswa Perantau Universitas Diponegoro" menemukan adanya hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dan resiliensi pada mahasiswa perantau Universitas Diponegoro. Hasil analisis menunjukkan bahwa konsep diri memberikan kontribusi sebesar 51,1% terhadap resiliensi. Temuan ini mengindikasikan bahwa individu dengan konsep diri yang baik memiliki kemampuan resiliensi yang lebih tinggi, sehingga lebih mampu beradaptasi dan mengatasi berbagai tekanan serta tantangan dalam kehidupan mereka.

Berdasarkan hasil observasi dan temuan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang bagaimana Hubungan Konsep Diri dengan Resiliensi pada *Survivor Bullying* di Komunitas Disabilitas Tuna Daksa di Medan.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan dari uraian batasan masalah diatas, maka penulis dapat memaparkan perumusan masalah pada penelitian ini, yaitu Bagaimana Hubungan Konsep Diri dengan Resiliensi pada *Survivor Bullying* di Komunitas Disabilitas Tuna Daksa di Medan.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi dan menganalisis hubungan Konsep Diri dengan Resiliensi pada sruvivor *bullying*

1.4 Hipotesis Penelitian

Berdasarkan pemaparan diatas, maka Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu “Ada hubungan positif antara konsep diri dengan resiliensi pada *Survivor Bullying* di Komunitas Disabilitas Tuna Daksa di Medan”, dengan asumsi semakin baik konsep diri, maka semakin tinggi resiliensi, sebaliknya semakin buruk konsep diri, maka semakin rendah resiliensi.

1.5 Manfaat Penelitian

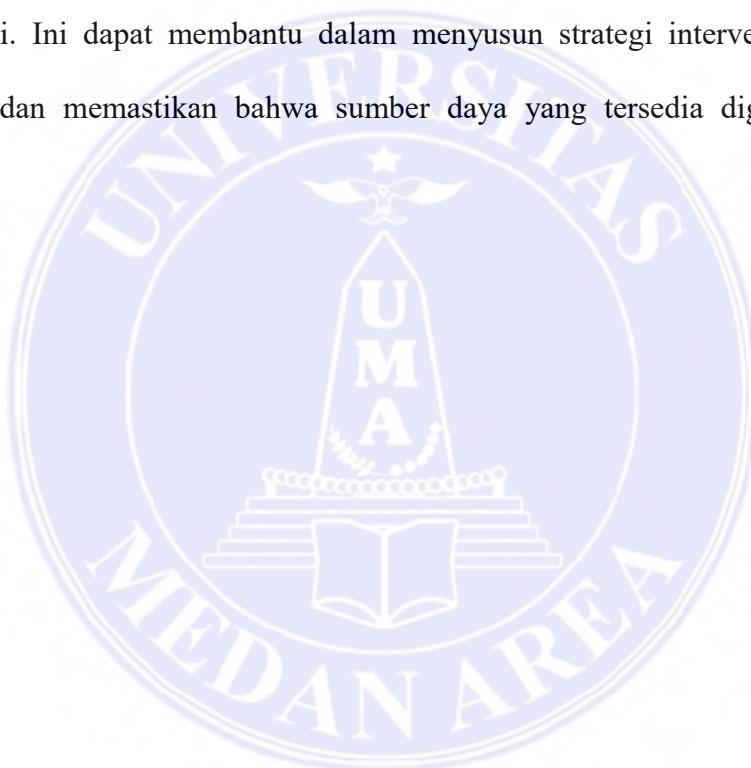
Penelitian dilakukan dengan harapan mampu memberikan manfaat secara teoritis dan praktis, sebagai berikut:

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan ilmiah yang bermanfaat bagi ilmu Psikologi dan khususnya di bidang Psikologi Klinis yang dimanfaatkan sebagai sumber informasi terkait memahami Bagaimana Hubungan Konsep Diri dengan Resiliensi pada *Survivor Bullying*

1.5.2 Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi segenap pembaca penelitian ini, mampu memberikan panduan berharga bagi pengembangan program intervensi yang lebih efektif dalam membantu *Survivor Bullying* untuk mengatasi trauma dan memperkuat keterampilan konsep diri serta resiliensi. Ini dapat membantu dalam menyusun strategi intervensi yang lebih terarah dan memastikan bahwa sumber daya yang tersedia digunakan secara optimal.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Resiliensi

2.1.1 Pengertian Resiliensi

Resiliensi (daya lentur) merupakan sebuah istilah yang cenderung baru dalam khasanah psikologi, terutama psikologi perkembangan (Desmita, 2010). Secara bahasa resiliensi merupakan istilah bahasa inggris yang berasal dari kata “recilience” yang berarti daya pegas, daya kenyal atau kegembiraan. Resiliensi secara psikologi dapat diartikan sebagai kemampuan untuk merespon secara fleksibel atau kemampuan untuk bangkit dari pengalaman emosional yang negatif. Menurut Tugade dan Fredrickson (2004) terdapat individu yang mampu bertahan dan pulih dari situasi negatif secara efektif sedangkan ada individu lain yang gagal karena mereka tidak berhasil keluar dari situasi yang tidak menguntungkan, kemampuan untuk melanjutkan hidup setelah ditimpa kemalangan atau setelah mengalami tekanan yang berat dikenal dengan istilah resiliensi.

Resiliensi merupakan sebuah konseptual yang relatif baru dalam ranah psikologi. Istilah resiliensi pada mulanya didasari oleh pandangan yang kontemporer yang berasal dari lapangan, psikiatri, psikologi, dan sosiologi mengenai anak, dewasa dan individu yang telah dewasa yang berhasil bangkit kembali dan bertahan dalam kondisi stress, trauma, serta resiko yang ada dalam kehidupannya. (Intan, Rusmana, & Budiman, 2019). Resiliensi pada individu menurut Grotbreg (dalam Schoon, 2006) ialah kapasitas manusia untuk menghadapi, mengatasi, dan bahkan berubah akibat pengalaman traumatis tersebut. Ketika individu yang resilien mendapatkan gangguan dalam kehidupan,

individu mengatasi perasaan dengan cara yang sehat. Resiliensi merupakan proses mengatasi masalah seperti gangguan, kekacauan, tekanan atau tantangan hidup, yang pada akhirnya membekali individu dengan perlindungan tambahan dan kemampuan untuk mengatasi masalah sebagai hasil dari situasi yang dihadapi (dalam Suyasa & Wijaya, 2006).

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk dapat beradaptasi dengan masalah, bertahan, mengatasi stres dan berkembang di tengah kesulitan hidup (Connor & Davidson, 2003). Resiliensi adalah proses adaptasi baik dalam hal menghadapi kesulitan, trauma, tragedi, ancaman, atau bahkan sumber stres yang signifikan(APA Dictionary of Psychology: 2007). Resiliensi adalah kemampuan individu dalam bergerak melepaskan trauma, keputusasaan, masalah, dan kemalangan serta terus bergerak maju dalam kehidupan (Hiew, 2004). Reivich dan Shatte (2002) juga menjelaskan bahwa resiliensi berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk beradaptasi dari permasalahan hidup yang berat kemudian mampu bangkit dari keterpurukan. Sedangkan Grotberg (2003) mendefinisikan resiliensi adalah kemampuan manusia untuk menghadapi, mengatasi, menjadi kuat saat menghadapi rintangan dan hambatan dalam hidup yang tak terhindarkan (Grotberg, 2003).

Berdasarkan penjelasan di atas, resiliensi merupakan kemampuan individu untuk merespons secara fleksibel terhadap pengalaman emosional yang negatif dan mampu bangkit kembali setelah menghadapi stres, trauma, atau kesulitan hidup. Konsep resiliensi relatif baru dalam psikologi, namun telah menjadi fokus penelitian yang signifikan dalam bidang psikologi perkembangan. Individu yang resilien mampu mengatasi tantangan hidup dengan cara yang sehat, adaptif, dan

mampu berkembang bahkan setelah mengalami pengalaman traumatis. Resiliensi melibatkan proses adaptasi dalam menghadapi berbagai kesulitan dan stres, serta kemampuan untuk bangkit dari keterpurukan dan terus bergerak maju dalam kehidupan. Dengan demikian, resiliensi menjadi kunci penting dalam membantu individu menghadapi dan mengatasi rintangan serta hambatan yang tidak terhindarkan dalam kehidupan.

2.1.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Resiliensi

Menurut Everall, Allrows dan Paulson (2006) faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi terdiri dari tiga faktor, yakni faktor individu, keluarga, komunitas.

1. Faktor Individu Yang dimaksud faktor individu adalah faktor-faktor yang berasal dari dalam diri yang mampu membuat seseorang menjadi resilien. Hal-hal yang termasuk dalam faktor individu ini antara lain:

a. Fungsi kognitif atau intelegensi

Individu dengan intelegensi yang baik memiliki kemampuan resiliensi yang lebih baik. Levin (2002) menyatakan kecerdasan yang dimaksud tidak selalu intelligence quotient (IQ) yang baik, namun bagaimana seseorang dapat mengaplikasikan kecerdasannya untuk dapat memahami orang lain maupun diri sendiri dalam banyak situasi.

b. Strategi coping

Penelitian mengindikasikan bahwa dewasa yang resilien memiliki kemampuan pemecahan masalah yang lebih baik dan menggunakan problem focused coping atau fokus terhadap permasalahan sebagai strategi mengatasi masalahnya.

c. Locus of Control

Individu menjadi resilien adalah yang cenderung ke dalam diri yaitu internal locus of control, di mana dengan begitu individu memiliki keyakinan dan rasa percaya, cenderung memiliki tujuan, harapan, rencana pada masa depan dan ambisi bahwa dirinya memiliki kemampuan.

d. Konsep Diri

Konsep diri adalah gambaran yang dimiliki tentang dirinya secara fisik, psikologis, moral dan sosial (Berzonsk, 1981 dalam Everall, Altrows & Paulson, 2006). Konsep diri yang positif mendukung penguasaan diri dan memiliki performa lebih baik karena telah mengerti dirinya (Howard & Johnson, dalam Everall, Altrows & Paulson, 2006).

Beberapa penelitian juga menemukan bahwa konsep diri yang positif dan harga diri yang baik membuat individu menjadi resilien.

2. Faktor Keluarga yang dimaksud meliputi dukungan dari orang tua, ataupun anggota keluarga lain yang berpengaruh terhadap tumbuhnya resiliensi seseorang individu (Everall, Altrows & Paulson, 2006). Karena keluarga terdekatlah yang mengerti karakter anak, sehingga respon dan dukungan terhadap anak akan lebih tepat ketika keluarga yang melakukan peran penting ini (Everall, Altrows & Paulson, 2006). Beberapa penelitian serupa menjelaskan bahwa individu yang menerima secara langsung arahan dan dukungan dari orang tua dalam keadaan yang buruk akan lebih merasa termotivasi, optimis dan yakin bahwa individu tersebut mampu untuk menjadi sukses.

3. Faktor Komunitas atau Eksternal yang memperngaruhi resiliensi individu adalah kondisi sosial dan ekonomi yang dapat mempengaruhi kemampuan kognitif, afeksi, dan perilaku individu untuk menyikapinya (Everall, Altrows & Paulson, 2006). Kondisi sosial dan ekonomi sangat mempengaruhi akses yang didapatkan, pemerataan fasilitas, pertumbuhan kemampuan resiliensi individu dalam lingkup lebih luas. Pada situasi yang buruk, individu yang resilien lebih sering mencari dan menerima dukungan juga kepedulian dari orang dewasa selain orang tua, seperti guru, pelatih, konselor sekolah, kepala sekolah dan tetangga. Begitu pula dengan memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, juga lingkungan yang baik.

Suryadi (2018) juga mengatakan pendapat Grotberg yang menyebutkan faktor-faktor resiliensi diantaranya adalah,

1) *I am*

I am merupakan suatu kekuatan yang berasal dalam diri individu itu sendiri. Hal ini meliputi; perasaan, perilaku, serta keyakinan yang melekat dalam diri individu. Individu yang resilien mempunyai sebuah pandangan yang positif mengenai dirinya serta dapat bersikap tenang ketika menghadapi sebuah permasalahan.

2) *I Can*

I can merupakan suatu kemampuan yang dipunyai individu dalam mengungkapkan perasaan serta pikiran ketika berkomunikasi dengan orang lain atau orang sekitarnya dalam memecahkan masalah kehidupan yang dihadapinya, seperti permasalahan pribadi, akademik, pekerjaan,

atau-pun permasalahan sosial. Dalam hal ini individu mengelola tingkah lakunya dan mendapatkan bantuan ketika saat membutuhkannya. Terdapat beberapa aspek yang mempengaruhi faktor I Can antara lain: berkomunikasi, pemecahan masalah, mengatur perasaan serta rangsangan yang timbul, dan mencari serta mempertimbangkan hubungan yang dapat dipercainya.

3) *I Have*

I Have merupakan sebuah dukungan eksternal atau dukungan yang berasal dari lingkungan sekitar individu. Dukungan ini dapat meliputi hubungan yang baik yang dapat diciptakan dari keluarga, teman atau guru di lingkungan sekolah, atau-pun hubungan dengan orang lain yang diluar keluarga atau-pun lingkungan sekolah. Dengan dukungan eksternal individu akan merasakan serta memiliki hubungan yang penuh dengan kepercayaan.

Berdasarkan pendapat yang dikemukakan di atas dapat disimpulkan bahwa resiliensi individu dipengaruhi oleh faktor-faktor individu, keluarga, dan komunitas. Faktor individu mencakup fungsi kognitif, strategi coping, locus of control, dan konsep diri yang positif. Keluarga memberikan dukungan dan arahan yang penting dalam mengembangkan resiliensi individu. Faktor komunitas mencakup kondisi sosial dan ekonomi serta dukungan dari orang dewasa di sekitar, seperti guru dan tetangga. Menurut Grotberg, faktor resiliensi melibatkan "I am" (pandangan positif tentang diri), "I Can" (kemampuan berkomunikasi dan mengatasi masalah), dan "I Have" (dukungan eksternal dari lingkungan sekitar).

Resilensi individu melibatkan kekuatan internal, kemampuan individu, dan dukungan eksternal untuk menghadapi dan mengatasi tantangan hidup.

2.1.3 Aspek-Aspek Resiliensi

Menurut Reivich K. & Shatte A. (dalam Hendriani, 2018), terdapat tujuh aspek kemampuan dalam resiliensi. Adapun tujuh aspek kemampuan tersebut yaitu sebagai berikut :

1. Emotion Regulation (Konsep diri)

Konsep diri adalah kemampuan untuk tetap tenang di bawah kondisi yang menekan (Reivich & Shatte, 2002). Hasil penelitian menunjukkan bahwa individu yang kurang mampu mengatur emosi dapat mengalami kesulitan dalam membangun dan menjaga hubungan dengan orang lain. Sebaliknya kemampuan yang baik dalam meregulasi akan berkontribusi terhadap kemudahan dalam mengelola respons saat berinteraksi dengan orang lain maupun berbagai kondisi lingkungan.

Reivich dan Shatte (2002) mengungkapkan dua keterampilan yang dapat memudahkan individu dalam mekonsep diri yaitu, calming dan focusing.

a. Calming

Calming merupakan keterampilan untuk meningkatkan control individu terhadap respon tubuh dan pikiran ketika berhadapan dengan stres dengan cara relaksasi. Melalui relaksasi individu dapat mengontrol jumlah stress yang dialami. Ada beberapa cara yang dapat digunakan untuk melakukan relaksasi dan membuat diri berada dalam keadaan tenang, yaitu dengan mengontrol

pernapasan, relaksasi otot serta dengan menggunakan teknik positive imagery membayangkan suatu tempat yang tenang, damai, dan menyenangkan.

b. Focusing

Focusing keterampilan untuk fokus pada permasalahan yang ada untuk memudahkan individu untuk menemukan solusi dari permasalahan tersebut. Setiap permasalahan yang ada akan berdampak pada timbulnya permasalahan-permasalahan yang baru. Individu yang mampu fokus pada masalah akan dapat menganalisis dan membedakan antara sumber permasalahan yang sebenarnya dengan masalah-masalah yang timbul sebagai akibat dari sumber permasalahan. Pada akhirnya individu juga dapat mencari solusi yang tepat untuk mengatasinya dengan demikian stress dan emosi negatif yang dialami individu berangsor akan berkurang.

2. *Impulse Control* (Pengendalian Impuls)

Pengendalian impuls adalah kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan serta tekanan yang muncul dari dalam diri. Individu yang memiliki kemampuan pengendalian impuls yang rendah, cepat mengalami perubahan emosi yang pada akhirnya mengendalikan pikiran dan perilaku mereka. Mereka menampilkan perilaku mudah marah, kehilangan kesabaran, impulsif, dan berlaku agresif.

Tentunya perilaku yang ditampilkan ini akan membuat orang disekitarnya merasa kurang nyaman sehingga berakibat pada buruknya

hubungan sosial individu dengan orang lain. Individu akan dapat mengendalikan impulsivitasnya dengan mencegah terjadinya kesalahan pemikiran, sehingga dapat memberikan respon yang tepat terhadap permasalahan yang ada. Kemampuan individu dalam mengendalikan impuls sangat terkait dengan kemampuan konsep dirinya.

3. *Optimism* (optimisme)

Individu yang resilien adalah individu yang optimis (Reivich & Shatte, 2002). Optimisme yang dimiliki oleh seseorang individu menandakan bahwa individu tersebut percaya bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan yang mungkin terjadi di masa depan. Hal ini juga merefleksikan efikasi diri yang dimiliki yakni kepercayaan bahwa ia mampu menyelesaikan permasalahan yang ada dan mengendalikan hidupnya.

Optimisme akan menjadi hal yang sangat bermanfaat untuk individu jika diiringi dengan efikasi diri. Optimisme yang dimaksud adalah optimisme realistik, yaitu sebuah kepercayaan akan terwujudnya masa depan yang lebih baik dengan segala usaha untuk mewujudkan hal tersebut. Perpaduan antara optimisme yang realistik dan self-efficacy adalah salah satu kunci dari resiliensi dan kesuksesan.

4. *Causal Analysis* (Analisis Penyebab)

Causal analysis adalah kemampuan individu untuk mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang sedang dihadapi. Individu yang tidak mampu mengidentifikasi penyebab dari permasalahan yang sedang dihadapi secara akurat. Individu

yang tidak mampu mengidentifikasi penyebab permasalahan yang dihadapinya dengan tepat akan melakukan kesalahan yang sama lagi. Dalam hal ini individu yang resilien adalah individu yang mampu mengidentifikasi penyebab dari kemalangan. Individu yang resilien tidak akan menyalahkan orang lain atas kesalahan yang diperbuatnya untuk membebaskan dirinya dari rasa bersalah. Individu memegang kendali penuh pada pemecahan masalah sehingga individu tersebut dapat bangkit dan meraih kesuksesan.

5. *Empathy* (Empati)

Empati adalah pemahaman pikiran dan perasaan orang lain dengan cara menempatkan diri ke dalam kerangka psikologis orang tersebut. Empati sangat erat kaitannya dengan kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain Reivich & Shatte (2002). Beberapa individu memiliki kemampuan yang cukup mahir dalam menginterpretasikan bahasan-bahasan nonverbal yang ditunjukkan oleh orang lain, seperti ekspresi wajah, intonasi suara, bahasa tubuh dan mampu menangkap apa yang dipikirkan dan dirasakan orang lain. Oleh karena itu, seseorang yang memiliki kemampuan berempati cenderung memiliki hubungan sosial yang positif Reivich & Shatte (2002).

Ketidakmampuan berempati dapat berpotensi menimbulkan kesulitan dalam hubungan sosial. Individu yang tidak membangun kemampuan untuk peka terhadap tanda-tanda nonverbal tersebut tidak mampu untuk menempatkan dirinya sebagai orang lain, merasakan apa yang dirasakan orang lain dan memperkirakan maksud dari orang tersebut.

Ketidakmampuan individu untuk membaca tandatanda nonverbal orang lain dapat merugikan baik dalam konteks hubungan kerja maupun hubungan personal. Hal ini disebabkan kebutuhan dasar manusia untuk dipahami dan dihargai. Individu dengan rasa empati yang rendah cenderung menyamaratakan semua keinginan dan emosi orang lain.

6. *Self Efficacy* (Efikasi Diri)

Self-efficacy menjelaskan sebuah kemampuan bahwa individu dapat mampu memecahkan masalah yang dialami dan mencapai kesuksesan. *Self-efficacy* merupakan salah satu faktor kognitif yang menentukan sikap dan perilaku seseorang dalam sebuah permasalahan. memiliki keyakinan dan kemampuan dalam menyelesaikan permasalahan, individu mampu mencari penyelesaian yang tepat dari permasalahan yang ada dan tidak akan mudah menyerah terhadap berbagai kesulitan.

7. *Reaching Out* (Pencapaian)

Resiliensi lebih dari sekedar bagaimana seorang individu memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan dan bangkit dari keterpurukan, namun juga merupakan kemampuan individu untuk meraih aspek positif atau mengambil hikmah dari kehidupan setelah kemalangan yang menimpanya. Banyak individu yang tidak mampu melakukan *reaching out*, hal ini dikarenakan adanya kecenderungan sejak kecil untuk lebih banyak menghindari kegagalan dan situasi yang memalukan dibandingkan berlatih untuk menghadapinya.

Selain itu menurut Connor dan Davidson (2003) menunjukkan terdapat beberapa aspek-aspek resiliensi yaitu sebagai berikut:

- 1) Kompetensi pribadi, standar tinggi dan keuletan, yakni individu tetap gigih, tidak mudah kehilangan keberanian meskipun terdapat kemunduran, dan menerima tantangan serta berjuang yang terbaik mencapai tujuan yang direncanakan meskipun terdapat rintangan dan kejadian sulit atau traumatis.
- 2) Kepercayaan pada naluri, memiliki toleransi pada pengaruh negatif dan penguatan efek stres, yakni individu memiliki kemampuan untuk mengatur emosi, memiliki kapasitas terus mengerjakan tugas, berfikir dengan jernih dan ulet sehingga dapat berkinerja dengan baik di saat kondisi stres. Individu dalam mengatasi masalah menggunakan rasa humor dan dapat menyesuaikan diri terhadap berbagai jenis pengalaman emosional yang negatif.
- 3) Rekonsiliasi dengan diri sendiri yang positif terhadap perubahan dan hubungan yang aman dengan orang lain, individu dapat beradaptasi secara positif terhadap perubahan atau stres bahkan cenderung menganggap hal tersebut sebagai tantangan bahkan peluang. Oleh karena itu, dalam merespon situasi yang sulit individu cenderung sabar, hal ini dapat mengakibatkan individu dalam menghadapi kondisi sulit sehari-hari dapat diatasi.
- 4) Kontrol, yakni individu memiliki kemampuan untuk mengendalikan situasi, namun pada saat yang sama mereka sadar bahwa dalam setiap kehidupan mereka tidak akan berjalan sesuai dengan yang telah

direncanakan. Individu dapat menghadapi peristiwa secara positif dan dapat mengarahkan kehidupan mereka sendiri karena adanya tujuan yang kuat.

- 5) Pengaruh Spiritual, yakni seseorang percaya terhadap takdir tuhan dan nilai-nilai tentang keyakinan individu dapat dilihat dalam perilaku sehari-hari berdasarkan tuntutan sehari-hari, dapat membantu mereka mengatasi kondisi sulit sehingga dapat membawa hasil positif bagi kehidupan mereka. Individu yang tahan banting menaruh kepercayaan bahwa ada tujuan yang lebih besar untuk hal-hal yang terjadi pada mereka.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat aspek-aspek yang dapat mengungkapkan kemampuan resiliensi pada individu. Setiap aspek menjelaskan kemampuan dari dalam individu yang dapat membantu menunjukkan sikap resiliensi. Teori yang dikemukakan oleh Connor dan Davidson (2003) ini akan dijadikan acuan dalam pembuatan skala penilaian resiliensi.

2.1.4 Fungsi Relisiensi

Reivich & Shatte (2002) juga menjelaskan bahwa resiliensi memiliki empat fungsi dasar dalam kehidupan manusia, yaitu :

- a. Bangkit kembali setelah mengalami kejadian traumatic

Bangkit kembali setelah mengalami kejadian traumatis atau kesulitan besar. Kesulitan tertentu dapat membuat trauma dan membutuhkan resiliensi yang lebih tinggi. Pengalaman buruk yang sangat ekstrim dapat membuat seseorang merasa hancur secara emosional seperti beberapa orang mengalami pengalaman pahit di masa kecil, kemiskinan, kekerasan, atau broken home. Dalam hal ini resiliensi dapat bermanfaat

untuk meninggalkan akibat buruk dari pengalaman-pengalaman pahit tersebut dengan lebih memusatkan pada tanggung jawab pribadi untuk mewujudkan masa dewasa yang diinginkan. Keadaan seperti ini sangat membutuhkan resiliensi untuk dapat segera kembali pulih. Hatkoff, dkk. (2006) menyebutkan resiliensi menyiratkan dua hal, yaitu: 1) orang mengalami kesulitan dan 2) bahwa mereka telah bangkit kembali atau pulih dan beraktivitas dengan cara yang mirip seperti bagaimana mereka beraktivitas sebelum trauma.

b. Melewati kesulitan-kesulitan dalam kehidupan sehari-hari

Misalnya menghadapi konflik dengan rekan atau keluarga dan menghadapi kejadian yang tidak diinginkan. Seseorang dengan resiliensi yang baik tidak akan membiarkan kesulitan yang dihadapinya sehari-hari mempengaruhi produktivitas atau kesejahteraannya.

c. Mengatasi hambatan-hambatan pada masa kecil

Melewati masa kecil yang sulit memerlukan usaha keras, membutuhkan kemampuan untuk tetap fokus dan mampu membedakan mana yang dapat dikontrol dan mana yang tidak.

d. Mencapai prestasi terbaik

Resiliensi dapat membantu untuk mengoptimalkan segala potensi diri untuk mencapai seluruh cita-cita dalam hidup. Resiliensi sebagaimana dibutuhkan untuk mengatasi pengalaman negatif, mengatasi stress dan pulih dari trauma. Resiliensi juga dibutuhkan untuk memperkaya arti kehidupan, hubungan yang dalam, terus belajar dan mencari pengalaman baru untuk mencapai tujuan hidup.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa resiliensi memiliki fungsi bagi individu dalam mengatasi kejadian traumatis, mengatasi hambatan dalam kehidupan masa kecil, resiliensi juga berfungsi untuk membantu manusia dalam belajar dan mencari pengalaman baru.

2.1.5 Karakteristik Individu yang Memiliki Kemampuan Resiliensi

Menurut Wolin (1999), terdapat tujuh karakteristik utama yang dimiliki oleh individu resilien. Karakteristik inilah yang membuat individu mampu beradaptasi dengan baik saat menghadapi masalah. Mengatasi berbagai hambatan, serta mengembangkan potensi yang dimilikinya secara maksimal, yaitu:

a. Insight

Insight adalah mental untuk bertanya pada diri sendiri dan menjawab dengan jujur. Hal ini untuk membantu individu dapat memahami diri sendiri dan orang lain, serta dapat menyesuaikan diri dalam berbagai situasi.

b. Kemandirian

Kemandirian adalah kemampuan untuk mengambil jarak secara emosional maupun fisik dari sumber masalah dalam hidup seseorang. Kemandirian melibatkan kemampuan untuk menjaga keseimbangan antara jujur pada diri sendiri dan peduli pada orang lain.

c. Hubungan

Seorang yang resilien dapat mengembangkan hubungan yang jujur, saling mendukung dan berkualitas bagi kehidupan, atau memiliki role model yang sehat.

d. Inisiatif

Inisiatif melibatkan yang kuat untuk bertanggung jawab atas kehidupansendiri atau masalah yang dihadapi.Individu yang resilien bersikap proaktif bukan reaktif bertanggung jawab dalam pemecahan masalah, selalu berusaha memperbaiki diri ataupun situasi yang dapat diubah serta meningkatkan kemampuan untuk menghadapi hal-hal yang tidak dapat diubah.

e. Kreativitas

Kreativitas melibatkan kemampuan memikirkan berbagai pilihan, konsekuensi dan alternatif dalam menghadapi tantangan hidup. Individu yang resilien tidak terlibat dalam perilaku negatif sebab ia mampu mempertimbangkan konsekuensi dari setiap perilaku dan membuat keputusan yang benar. Kreativitas juga melibatkan daya imajinasi yang digunakan untuk mengekspresikan diri dalam seni, serta membuat seseorang mampu menghibur dirinya sendiri saat menghadapi kesulitan.

f. Humor

Humor adalah kemampuan untuk melihat sisi terang dari kehidupan menertawakan diri sendiri dan menemukan kebahagiaan dalam situasi apapun. Individu yang resilien menggunakan rasa humornya untuk memandang tantangan hidup dengan cara yang baru dan lebih ringan.

g. Moralitas

Moralitas atau orientasi pada nilai-nilai ditandai dengan keinginan untuk hidup secara baik dan produktif. Individu yang resilien dapat mengevaluasi berbagai hal dan membuat keputusan yang tepat tanpa rasa

takut akan pendapat orang lain. Mereka juga dapat mengatasi kepentingan diri sendiri dalam membantu orang lain yang membutuhkan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa karakteristik individu yang memiliki kemampuan resiliensi yaitu; insight, kemandirian, hubungan, inisiatif, kreativitas, humor dan moralitas.

2.2 Konsep Diri

2.2.1 Pengertian Konsep Diri

Konsep diri merupakan pondasi bagi pertumbuhan pribadi seseorang. Dengan memahami konsep diri, individu dapat mengeksplorasi potensi diri, menetapkan tujuan yang dapat dicapai, dan menghadapi tantangan kehidupan dengan ketangguhan dan tekad. Konsep diri yang sehat dapat memberikan tanah subur bagi individu untuk berkembang dan tumbuh. Salah satu komponen dari konsep diri yang sehat adalah ketangguhan, yang dapat membantu individu menghadapi tantangan hidup dengan tekad dan keteguhan hati. Selain itu, harga diri juga merupakan bagian penting dari konsep diri yang sehat. Dengan memiliki harga diri yang baik, individu dapat memahami nilai dirinya dan merasa percaya diri dalam mengambil keputusan dan bertindak. Oleh karena itu, memahami konsep diri merupakan langkah awal yang penting dalam pengembangan pribadi seseorang (Hattie, 2014).

Menurut Sukron M (2023) Konsep diri adalah gambaran yang ada pada diri individu yang berisi tentang bagaimana individu melihat dirinya sendiri sebagai pribadi yang disebut dengan pengetahuan diri, bagaimana individu merasa atas dirinya yang merupakan penilaian atas dirinya sendiri serta bagaimana individu menginginkan dirinya sendiri sebagai manusia yang diharapkan. Konsep

diri tidak hanya mempengaruhi individu dalam karakter tetapi juga tingkat kepuasan yang diperoleh dalam hidupnya. Setiap individu pasti memiliki konsep diri dan dapat berkembang menjadi konsep diri positif maupun negatif, namun demikian kita pada umumnya tidak tahu apakah konsep diri yang dimiliki itu negatif atau positif. Individu yang memiliki konsep diri positif akan memiliki dorongan untuk mengenal dan memahami dirinya sendiri. Dalam hal ini individu dapat menerima dirinya secara apa adanya dan akan mampu menginstropeksi diri atau lebih mengenal dirinya melalui kelebihan dan kelemahan yang dimiliki, Sedangkan individu yang memiliki konsep diri negatif, ia tidak memiliki kestabilan perasaan dan keutuhan diri, juga tidak mampu mengenal diri sendiri baik kelebihan maupun kelemahan serta potensi yang dimiliki. Individu yang memiliki konsep diri negatif adalah individu yang pesimis, merasa dirinya tidak berharga, dan tidak tahan dengan kritikan yang diberikan kepadanya.

Selanjutnya menurut Calhaoun dan Acocella (M. Nur Ghufron dan Rini Risnawati S, 2012), mendefinisikan konsep diri sebagai gambaran mental diri seseorang. Hurlock mengatakan bahwa konsep diri adalah gambaran seseorang mengenai dirinya sendiri yang merupakan gabungan dari keyakinan fisik, psikologis, sosial, emosional aspiratif, dan prestasi yang mereka capai. Burn mengartikan konsep diri sebagai kesan tentang diri sendiri secara keseluruhan yang meliputi pendapat tentang gambaran diri sendiri di mata orang lain, dan pendapatnya tentang sesuatu yang dicapai.

Dapat disimpulkan menurut para ahli konsep diri adalah fondasi penting dalam pertumbuhan pribadi individu, yang mencakup bagaimana seseorang memandang, menilai, dan memahami dirinya sendiri. Memiliki konsep diri yang

positif membantu individu mengenali potensi, menetapkan tujuan, dan menghadapi tantangan hidup dengan ketangguhan dan harga diri yang kuat. Sebaliknya, konsep diri yang negatif dapat menyebabkan perasaan pesimis, tidak berharga, dan rentan terhadap kritikan. Konsep diri mencakup dimensi fisik, psikologis, sosial, dan emosional, yang mempengaruhi kesejahteraan dan kepuasan hidup seseorang. Dengan pemahaman yang baik akan konsep diri, individu dapat mencapai perkembangan pribadi yang lebih sehat dan stabil.

2.2.2 Jenis-Jenis Konsep Diri

Setiap manusia termasuk dewasa memiliki kecenderungan untuk menetapkan nilai-nilai pada saat mempersepsikan sesuatu. Setiap individu dapat saja menyadari keadaan atau identitas yang dimilikinya, akan tetapi yang lebih penting adalah menyadari seberapa baik dan buruknya keadaan yang dimiliki serta bagaimana harus bersikap terhadap keadaan tersebut. Tingkah laku individu sangat bergantung pada kualitas konsep diri yaitu:

1. Konsep Diri Positif Menurut Brooks dan Emmart (dalam Bashori dan Hidayat, 2016), orang yang memiliki konsep diri positif menunjukkan karakteristik sebagai berikut:
 - a. Merasa mampu mengatasi masalah. Pemahaman diri terhadap kemampuan subjektif untuk mengatasi persoalan-persoalan objektif yang dihadapi.
 - b. Merasa setara dengan orang lain. Pemahaman bahwa manusia dilahirkan tidak dapat membawa pengetahuan dan kekayaan didapatkan dari proses belajar dan bekerja sepanjang hidup.

Pemahaman tersebut menyebabkan individu tidak merasa lebih atau kurang dibandingkan dengan orang.

- c. Menerima pujian tanpa rasa malu. Pemahaman terhadap pujian, atau penghargaan layak diberikan terhadap individu berdasarkan dari hasil apa yang telah dikerjakan sebelumnya.
- d. Merasa mampu memperbaiki diri. Kemampuan untuk melakukan proses refleksi diri untuk memperbaiki perilaku yang dianggap kurang.

2. Konsep Diri Negatif

Sedangkan orang yang memiliki konsep diri yang negatif menunjukkan karakteristik sebagai berikut:

- a. Peka terhadap kritik. Orang ini sangat tidak tahan kritik yang diterimanya, dan mudah marah atau pitam. Bagi orang ini, koreksi seringkali dipersepsikan sebagai usaha untuk menjatuhkan harga diri.¹⁴Kurangnya kemampuan untuk menerima kritik dari orang lain sebagai proses refleksi diri.
- b. Bersikap responsif terhadap pujian. Bersikap berlebihan terhadap tindakan yang telah dilakukan, sehingga merasa segala tindakannya perlu mendapat penghargaan.
- c. Cenderung merasa tidak disukai orang lain. Perasaan subjektif bahwa setiap orang disekitarnya memandang dirinya negatif.
- d. Mempunyai sikap hiperkritik. Suka melakukan kritik negatif secara berlebihan terhadap orang lain.

- e. Mengalami hambatan dalam interaksi dengan lingkungan sosialnya. Merasa kurang mampu dalam berinteraksi dengan orang-orang lain di sekitarnya.

Menurut Caulhoun dalam Ritandiyono dan Retnaningsih (2006), konsep diri memiliki tiga dimensi, yaitu pengetahuan tentang diri sendiri, harapan terhadap diri sendiri, dan evaluasi diri. Orang yang memiliki konsep diri negatif umumnya memiliki pengetahuan yang sangat sedikit tentang dirinya. Terdapat dua jenis konsep diri negatif. Pertama, individu memiliki pandangan tentang dirinya yang tidak teratur, tidak memiliki kestabilan dan keutuhan diri, sehingga benar-benar tidak tahu siapa dirinya, apa kekuatan dan kelemahannya, serta apa yang dihargai dalam hidupnya. Kondisi ini biasanya dialami oleh dewasa, namun pada orang dewasa, hal ini menandakan ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri. Jenis kedua adalah konsep diri yang terlalu stabil dan teratur, yang mungkin dipengaruhi oleh didikan orang tua yang keras, sehingga individu menciptakan citra diri yang kaku dan tidak menerima penyimpangan dari aturan-aturan yang dianggap benar. Konsep diri negatif juga terkait dengan evaluasi diri yang negatif, di mana individu merasa bahwa pencapaianya tidak berharga dibandingkan dengan orang lain, yang dapat menyebabkan kelemahan emosional.

Sebaliknya, dasar dari konsep diri positif adalah Rekonsiliasi dengan diri sendiri. Orang dengan konsep diri positif mengenal dirinya dengan baik dan memiliki pandangan yang stabil namun bervariasi tentang dirinya. Tidak seperti konsep diri negatif, konsep diri positif mencakup informasi positif dan negatif tentang diri seseorang, dan individu dengan konsep diri ini mampu menerima dan memahami berbagai realitas tentang dirinya. Karena konsep diri positif mampu

menampung seluruh pengalaman diri, evaluasi diri pun bersifat positif, di mana individu dapat menerima dirinya apa adanya. Meskipun ia mungkin kecewa terhadap kesalahannya, ia tidak merasa bersalah secara berlebihan atas keberadaannya. Dengan menerima dirinya sendiri, individu juga lebih mampu menerima orang lain (Ritandiyono dan Retnaningsih, 2006).

2.2.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Konsep Diri

Konsep diri yang dimiliki seseorang bukan didapat semata-mata sejak lahir, akan tetapi dibentuk dari pengalaman-pengalaman yang didapat selama masa kehidupan. Konsep diri seseorang berkembang dengan dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Hurlock, konsep diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain:

a) Usia Kematangan

Semakin matang usia seseorang, semakin baik ia mengenal dirinya sendiri. Dengan bertambahnya usia, individu cenderung lebih mampu mengelola perasaan dan refleksi diri, sehingga konsep dirinya menjadi lebih stabil.

b) Penampilan

Penampilan fisik sangat mempengaruhi bagaimana individu melihat dirinya sendiri. Orang dengan penampilan yang menarik, sesuai standar masyarakat, biasanya memiliki konsep diri yang lebih positif, sementara mereka yang merasa tidak sesuai dengan standar bisa memiliki konsep diri yang negatif.

c) Kesesuaian Jenis Kelamin

Penerimaan terhadap identitas gender juga memengaruhi konsep diri. Jika individu merasa nyaman dengan jenis kelamin biologis dan peran

gendarnya dalam masyarakat, hal ini bisa memperkuat konsep diri yang positif.

d) Nama Dan Nama Panggilan

Nama atau panggilan yang diberikan kepada seseorang dapat mempengaruhi bagaimana ia dipersepsikan oleh orang lain dan juga oleh dirinya sendiri. Nama yang baik dan panggilan yang positif dapat membangun citra diri yang baik.

e) Hubungan Dengan Keluarga

Keluarga adalah faktor utama yang mempengaruhi konsep diri. Dukungan, kasih sayang, dan perhatian dari keluarga dapat membentuk konsep diri yang positif, sedangkan konflik atau penolakan dapat menciptakan konsep diri yang negatif.

f) Teman Sebaya

Pengaruh teman sebaya menjadi penting, terutama di masa dewasa. Teman yang mendukung dapat meningkatkan Sikap yakin pada diri sendiri, sedangkan teman yang merendahkan atau mengkritik dapat menurunkan konsep diri.

g) Kreativitas

Kreativitas mendorong individu untuk mengekspresikan diri secara unik dan mandiri. Orang yang kreatif biasanya memiliki konsep diri yang kuat karena mereka merasa mampu menghasilkan sesuatu yang bernilai.

h) Cita-Cita.

Cita-cita memberi arah dalam hidup seseorang. Memiliki tujuan yang jelas membuat individu lebih percaya diri dalam meraih prestasi, yang kemudian memperkuat konsep diri yang positif.

Jalaludin Rakhmat (2014) menyatakan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi konsep diri, yaitu:

a) Orang Lain

Penilaian, sikap, atau respon orang lain terhadap keberadaan seseorang akan berpengaruh terhadap konsep dirinya. Respon positif dari orang lain, seperti penghargaan dan pujian, akan membentuk konsep diri yang positif. Sebaliknya, respon negatif dari orang lain, seperti cemoohan atau penolakan, juga akan membentuk konsep diri yang negatif.

b) Kelompok Rujukan

Suatu kelompok mempunyai norma-norma tertentu yang secara emosional akan mengikat dan berpengaruh terhadap pembentukan konsep diri karena seseorang akan mengarahkan perilakunya dan menyesuaikan dirinya dengan ciri-ciri kelompoknya.

Sedangkan Fitts (dalam Refika Aditama, 2006) mengemukakan pendapat bahwa konsep diri dipengaruhi oleh tiga faktor, yaitu:

- a) Pengalaman, terutama pengalaman interpersonal yang memunculkan perasaan positif dan berharga.
- b) Kompetensi dalam area yang dihargai oleh individu dan orang lain.
- c) Aktualisasi diri atau implementasi dan realisasi dari potensi pribadi yang sebenarnya.

Berdasarkan beberapa pendapat dan paparan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa konsep diri dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdapat dalam diri seseorang. Faktor internal meliputi kondisi fisik, kematangan biologis, penampilan fisik, kesesuaian jenis kelamin, kegagalan, depresi, kritik internal, usia kematangan, pengalaman ajaran agama, dan cita-cita seseorang. Sedangkan faktor eksternal berasal dari luar diri seseorang. Faktor eksternal meliputi pengalaman dan perlakuan yang didapat dari keluarga, teman bermain, lingkungan sekitar, dan kelompok rujukan.

2.2.4 Aspek-Aspek Konsep Diri

Menurut Nurhaini (2018), aspek-aspek konsep diri dapat dibedakan menjadi empat kategori utama:

a. Aspek Fisik

Aspek ini merujuk pada evaluasi individu terhadap karakteristik fisiknya, termasuk penilaian terhadap warna kulit, tinggi dan berat badan, tingkat daya tarik, serta kondisi fisik, baik yang normal maupun memiliki keterbatasan.

b. Aspek Sosial

Aspek sosial mencakup peran yang dijalankan individu dalam lingkungan sosialnya, serta bagaimana kualitas peran tersebut dinilai oleh orang-orang di sekitarnya, seperti keluarga, teman, dan lingkungan pendidikan atau kerja.

c. Aspek Moral

Aspek ini mengacu pada nilai-nilai etika dan prinsip-prinsip yang dipegang oleh individu, yang berfungsi sebagai panduan dalam memberikan makna serta arah bagi kehidupannya.

d. Aspek Psikis

Aspek psikis mencakup pandangan individu terhadap dirinya sendiri yang mencakup dimensi pemikiran, perasaan, dan sikap yang dimiliki terhadap diri pribadinya.

Menurut Darmawan (2015) aspek-aspek dari konsep diri meliputi:

a. Aspek Fisik

Aspek fisik meliputi penilaian individu terhadap segala sesuatu yang dimilikinya, seperti tubuh, pakaian, dan benda yang dimilikinya.

b. Aspek Psikis

Aspek psikis mencakup pikiran, perasaan, dan sikap yang dimiliki individu terhadap diri sendiri.

c. Aspek Sosial

Aspek sosial meliputi bagaimana peranan individu dalam lingkup sosial dan sejauh mana penilaian individu terhadap peran tersebut.

d. Aspek Keluarga

Aspek keluarga meliputi perasaan individu sebagai anggota keluarga dan harga diri sebagai anggota keluarga

e. Aspek Moral.

Aspek ini meliputi nilai-nilai dan prinsip yang memberikan arti dan arah dalam hidup individu dalam memandang nilai etika moral diri, seperti

kejujuran, tanggung jawab atas kegagalan yang dialami, religiusitas, serta kesesuaian perilakunya dengan norma-norma masyarakat yang ada.

Menurut Gross (2013) konsep diri terbagi menjadi tiga aspek, yaitu:

- a. Self-image, aspek ini berfokus pada bagaimana individu berpikir serta memandang diri dalam berbagai aspek yang ada pada individu tersebut.
- b. Self-esteem, aspek ini berfokus pada sejauh mana individu menghargai, menyetujui apa yang dimiliki oleh individu tersebut.
- c. Ideal-self, aspek ini berfokus pada segala hal yang diinginkan oleh seorang individu yang mana disesuaikan dengan standar pribadi yang individu tersebut bangun.

Surya (2013) menyatakan bahwa konsep diri memiliki tiga aspek, yaitu:

- a. Perseptual, yang mana merupakan bentuk pengamatan mengandung makna yang dimiliki oleh seorang individu terhadap penampilan tubuhnya serta kesan yang dibuat oleh individu lain.
- b. Konseptual, yang mana merupakan sebuah pemikiran atau konsepsi individu terhadap karakteristik khas yang dimiliki individu tersebut, latar belakang dan asal-usulnya, kemampuan serta ketidakmampuannya, masa depan.
- c. Attitudinal, yang mana merupakan sikap serta perasaan individu mengenai dirinya sendiri yang mencakup nilai, keyakinan, pendirian, cita-cita, aspirasi.

Berdasarkan pemaparan diatas, konsep diri merupakan gambaran menyeluruh tentang bagaimana seseorang memahami dan mengevaluasi dirinya sendiri dari berbagai aspek, yaitu fisik, sosial, moral, dan psikis. Aspek fisik

mencakup penilaian terhadap kondisi tubuh dan penampilan, sementara aspek sosial berkaitan dengan peran dan penilaian dari lingkungan sekitar. Aspek moral meliputi nilai dan prinsip yang dipegang sebagai panduan hidup, sedangkan aspek psikis mencakup perasaan, pikiran, dan sikap terhadap diri sendiri. Selain itu, konsep diri juga dipengaruhi oleh harapan akan diri ideal yang ingin dicapai serta evaluasi personal terhadap kesesuaian antara diri nyata dan ideal tersebut. Proses pemahaman dan penilaian ini berjalan secara simultan dan membentuk bagaimana individu berinteraksi dengan lingkungannya serta memandang dirinya secara keseluruhan.

2.3 Bullying (Survivor)

2.3.1 Pengertian *Bullying*

Istilah *bullying* diilhami dari kata *bull* (bahasa Inggris) yang berarti “banteng” yang suka menanduk. *Bullying* adalah sebuah situasi di mana terjadinya penyalahgunaan kekuatan/kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok. Pihak yang kuat di sini tidak hanya kuat dalam fisik, tetapi bisa juga kuat secara mental. Dalam hal ini sang korban *bullying* tidak mampu membela atau mempertahankan dirinya karena lemah secara fisik dan mental (Yayasan Sejiwa, 2008). Priyatna (2010) mengemukakan perilaku *bullying* merupakan problem yang nampaknya harus ditanggung oleh semua pihak. Baik itu si pelaku, korban, ataupun yang menyaksikan tindakan tersebut. *Bullying* merupakan tindakan yang disengaja oleh pelaku kepada korban-korbannya bukan merupakan suatu kelalaian. Memang betul-betul disengaja. Wiyani (2013) menyimpulkan bahwa *bullying* adalah perilaku agresif dan negative seseorang atau sekelompok orang secara berulang kali yang menyalahgunakan

ketidakseimbangan kekuatan dengan tujuan menyakiti targetnya (korban) secara mental atau secara fisik.

Berdasarkan beberapa teori diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku *bullying* adalah sebagai perilaku agresif yang dilakukan secara berulang-ulang oleh seseorang atau sekelompok siswa yang memiliki kekuasaan, terhadap siswa/siswi lain yang lebih lemah, dengan tujuan menyakiti orang tersebut secara sengaja dan terjadi secara berulang-ulang.

2.3.2 Faktor Faktor yang mempengaruhi *Bullying*

Tidak ada faktor tunggal penyebab munculnya perilaku *bullying*, menurut Limber (dalam Purwasih, 2009) ada banyak hal yang menyebabkan dewasa menjadi pelaku *bullying*, faktor-faktor penyebabnya ialah:

- a. Faktor keluarga, anak yang melihat orang tuanya atau saudaranya melakukan *bullying* sering akan mengembangkan perilaku *bullying* juga. Ketika anak menerima pesan negatif berupa hukuman fisik dirumah, mereka akan mengembangkan konsep diri dan harapan yang negative pula, yang kemudian dengan pengalaman tersebut mereka cenderung akan lebih dulu menyerang orang lain sebelum mereka diserang. Pola asuh yang terlalu permisif juga mempengaruhi anak untuk melakukan *bullying* karena anak bebas melakukan tindakan apapun yang dia mau, hal ini juga kurangnya pengawasan dari orang tua.
- b. Faktor sekolah, karena pihak sekolah sering mengabaikan keadaan *bullying* ini, anak-anak sebagai pelaku *bullying* akan mendapat penguatan terhadap perilaku mereka untuk melakukan intimidasi anak-anak yang lain. *Bullying* berkembang pesat dalam lingkungan sekolah yang sering

memberikan masukan yang negatif pada siswanya, misalnya berupa hukuman yang tidak membangun sehingga tidak mengembangkan rasa menghargai dan menghormati antar anggota sekolah.

- c. Faktor teman sebaya, dewasa ketika berintegrasi didalam sekolah dan dengan teman sekitar rumah kadang kala terdorong untuk melakukan *bullying*. Kadangkala beberapa dewasa melakukan *bullying* kepada dewasa lainnya dalam usaha untuk membuktikan bahwa mereka bisa masuk dalam kelompok tertentu, meskipun mereka sendiri merasa tidak nyaman dengan perilaku tersebut.
- d. Media dan teknologi, peran-peran dalam media juga bisa mempengaruhi cara dewasa dalam memandang perilaku *bullying*.

Coloroso (dalam Hasan 2013) menambahkan salah satu faktor yang mempengaruhi *bullying* yaitu pola asuh orangtua, sehingga pada dasarnya pola asuh orangtua sangatlah dominan dalam membentuk karakter anak.

Dari teori diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan perilaku *bullying* adalah adanya faktor dari keluarga, sekolah, kelompok sebaya, media dan teknologi, dan pola asuh orangtua.

2.4 Tugas Perkembangan Usia Dewasa

Menurut Papalia (2023) dalam *Human Development*, usia dewasa awal adalah periode antara 20 hingga 30 tahun yang ditandai dengan pencapaian berbagai tugas perkembangan. Tugas-tugas perkembangan adalah pencapaian-pencapaian yang diharapkan untuk diraih individu pada tahap kehidupan tertentu sebagai bagian dari proses adaptasi sosial dan personal.

Pada masa dewasa awal, individu telah melewati fase dewasa di mana pembentukan identitas dan konsep diri menjadi fokus utama. Dalam tahap ini, konsep diri yang stabil menjadi landasan bagi individu untuk menghadapi tuntutan dan tanggung jawab yang lebih kompleks.

Penelitian Martín Quintana et al. (2023) menunjukkan bahwa rasa aman secara emosional sejak kecil berpengaruh besar terhadap cara seseorang memandang dirinya di masa dewasa. Hal ini terjadi karena rasa aman itu membantu seseorang tumbuh menjadi pribadi yang tangguh (resilien) dan punya kepercayaan diri yang positif. Bagi orang dewasa yang sudah memiliki resiliensi, hasil ini menegaskan bahwa kemampuan untuk bangkit dari kesulitan turut memperkuat cara mereka menghargai dan mengenal diri sendiri dengan lebih baik.

Penelitian Masten (2011) menunjukkan bahwa resiliensi bukan bakat khusus, tapi hasil dari proses belajar dan dukungan sejak kecil. Orang dewasa yang tumbuh di lingkungan yang mendukung dan belajar mengatasi masalah sejak muda biasanya jadi pribadi yang tangguh, mampu menghadapi tekanan, dan punya hubungan sosial yang baik. Ini artinya, resiliensi bisa dibangun dan sangat penting untuk kehidupan dewasa yang sehat secara mental.

2.4.1 Tugas – Tugas Perkembangan Dewasa Awal

1. Membangun Hubungan Intim

Pada masa dewasa awal, salah satu tugas penting adalah membangun hubungan yang dekat dan bermakna dengan orang lain. Hal ini mencakup hubungan persahabatan, romantis, hingga pernikahan. Keberhasilan dalam

menciptakan hubungan erat ini sangat dipengaruhi oleh stabilitas konsep diri individu.

2. Mengembangkan Karir atau Melanjutkan Pendidikan

Tahap dewasa awal ditandai dengan usaha untuk mengembangkan karir profesional atau melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi. Pilihan yang diambil dalam karir atau pendidikan umumnya mencerminkan nilai-nilai, minat, serta tujuan hidup yang telah terbentuk pada individu.

3. Mengambil Peran Sosial Dewasa

Individu mulai memainkan peran baru dalam kehidupan bermasyarakat, seperti menjadi pasangan hidup, orang tua, atau anggota aktif dalam komunitas. Peran-peran ini menjadi cerminan dari identitas sosial yang dimiliki oleh individu.

4. Mencapai Kemandirian Finansial

Masa dewasa awal juga ditandai dengan upaya individu untuk mencapai kemandirian finansial. Hal ini melibatkan penggunaan kemampuan sumber daya yang dimiliki untuk memenuhi kebutuhan hidup secara mandiri.

2.4.2 Konsep Diri pada Dewasa Awal

1. Internalisasi Pengalaman Masa Lalu

Individu pada tahap dewasa awal telah berhasil menyerap dan mengintegrasikan nilai-nilai yang diperoleh selama masa kanak-kanak dan dewasa, sehingga membentuk landasan yang kuat untuk proses pengambilan keputusan di masa dewasa.

2. Kemampuan Konsep dirisional yang Lebih Stabil

Pada masa dewasa awal, individu menunjukkan peningkatan dalam kemampuan untuk mengatur emosi secara efektif, termasuk dalam menghadapi tekanan atau situasi yang menantang, sehingga mendukung keseimbangan psikologis.

3. Perkembangan Kemampuan Berpikir Abstrak

Tahap dewasa awal ditandai oleh kemajuan signifikan dalam kapasitas berpikir abstrak, yang memungkinkan individu untuk melakukan analisis kritis, merumuskan strategi, dan merencanakan tujuan jangka panjang secara lebih terarah dan rasional

2.5 Hubungan Konsep Diri Dengan Resiliensi Pada *Survivor Bullying*

Konsep diri dan resiliensi adalah dua aspek psikologis yang berperan penting dalam membentuk bagaimana individu, termasuk *Survivor Bullying*, menghadapi tantangan hidup. Menurut Rosenberg (2020), konsep diri adalah pandangan atau persepsi individu terhadap dirinya sendiri, yang meliputi pengetahuan, penilaian, serta perasaan yang dimiliki tentang dirinya. Sementara itu, Luthar dan Cicchetti (2021) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan individu untuk bangkit dan beradaptasi dengan baik di tengah kesulitan atau tekanan.

Pada *Survivor Bullying*, hubungan antara konsep diri dan resiliensi sangat erat. Bullying sering kali menyebabkan seseorang memiliki citra diri yang negatif, karena korban kerap menghadapi penghinaan, kekerasan verbal, atau fisik, yang mempengaruhi persepsi mereka tentang diri sendiri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa individu dengan konsep diri yang negatif cenderung lebih sulit bangkit dari pengalaman bullying, karena mereka cenderung meragukan kemampuan dan nilai

dirinya (Smith & Johnson, 2022). Sebaliknya, individu dengan konsep diri yang positif cenderung lebih kuat secara emosional dan lebih mampu menavigasi dampak bullying.

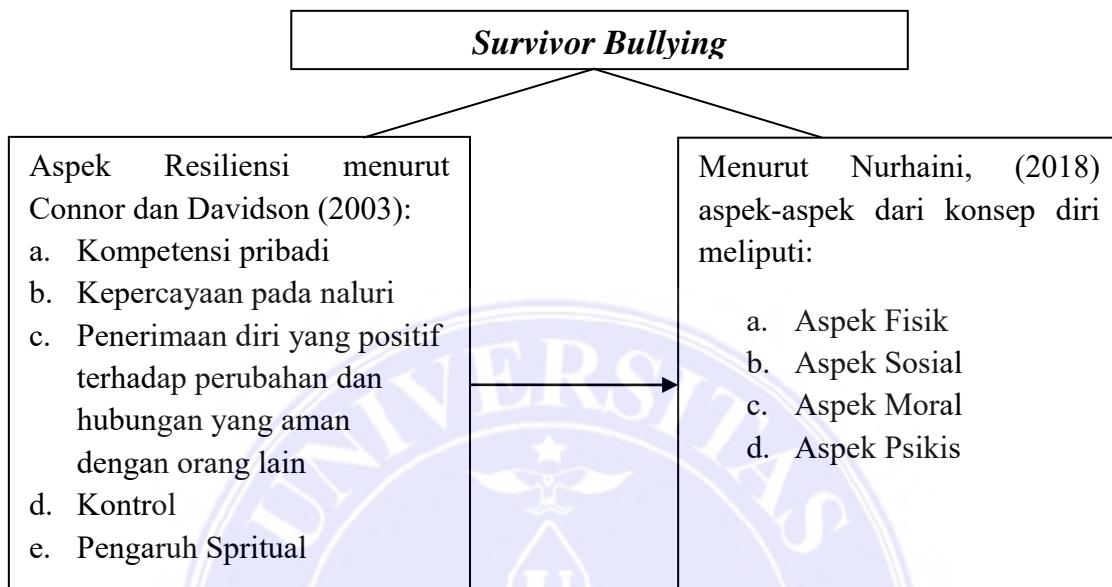
Menurut Walker et al. (2022), konsep diri yang positif memfasilitasi resiliensi karena individu yang memiliki penilaian diri yang baik mampu melihat tantangan sebagai bagian dari pertumbuhan, bukan sebagai sesuatu yang merusak. Hal ini memperkuat kemampuan mereka untuk beradaptasi dan mengembangkan strategi coping yang lebih efektif. *Survivor Bullying* yang memiliki konsep diri yang kuat lebih mampu mengembangkan resiliensi, menerima pengalaman buruk tanpa membiarkannya mendefinisikan keseluruhan identitas diri mereka.

Selain itu, Relasi yang suportif juga mempengaruhi hubungan antara konsep diri dan resiliensi. Menurut Garmezy (2021), individu yang mendapatkan Relasi yang suportif dari keluarga, teman, atau komunitas cenderung lebih mudah memulihkan konsep diri mereka setelah pengalaman bullying, yang pada gilirannya meningkatkan resiliensi. Relasi yang suportif dapat memberikan validasi positif yang membantu individu merombak citra diri mereka ke arah yang lebih positif dan mendukung kemampuan mereka untuk menghadapi trauma atau pengalaman buruk.

Secara keseluruhan, konsep diri yang positif dapat menjadi faktor pelindung dalam meningkatkan resiliensi pada *Survivor Bullying*. Sebaliknya, konsep diri yang negatif dapat menjadi penghambat dalam proses penyembuhan, yang berpotensi memperpanjang dampak psikologis dari pengalaman bullying. Dengan demikian, intervensi yang berfokus pada peningkatan konsep diri dapat

menjadi strategi efektif untuk memperkuat resiliensi pada individu yang pernah menjadi korban bullying.

2.6 Kerangka Konseptual



Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada komunitas Masyarakat Peduli Disabilitas Indonesia - MPDI yang beralamat di Jl. Ar Hakim gg.kantil no.36 C, Medan, Indonesia, 20216 Penelitian dilaksanakan selama 2 minggu.

3.2 Alat dan Bahan

Bahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis skala penelitian yang berfungsi untuk mendapatkan data dari sampel penelitian. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan Skala Resiliensi dan skala Konsep Diri. Pada skala Resiliensi menurut Connor dan Davidson (2003) yaitu: kompetensi pribadi, kepercayaan seorang pada naluri dan toleransi pada pengaruh negatif, Rekonsiliasi dengan diri sendiri positif terhadap perubahan dan mempunyai hubungan baik dengan orang lain, kontrol, dan pengaruh spiritual.

Serta aspek-aspek konsep diri dalam penelitian ini menggunakan aspek menurut Nurhaini (2018) menyatakan bahwa konsep diri memiliki tiga aspek, yaitu: Aspek Fisik, Aspek Sosial, Aspek Moral, Aspek Psikis.

3.3 Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiono (2013) Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

3.3.1 Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah cara bagaimana peneliti memperoleh data mengenai variabel-variabel dalam penelitian (Arikunto, 2006). Pengumpulan data adalah hal yang penting dalam penelitian, hal ini dikarenakan tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data untuk menjawab permasalahan penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan skala untuk mendapatkan dan mengumpulkan data. Selain itu, penggunaan skala dalam penelitian ini merupakan upaya untuk mengungkap kondisi psikologis subjek melalui pernyataan tertulis dalam skala.

Hal ini sesuai dengan pendapat dari Azwar (2015) yang mengatakan bahwa skala adalah perangkat pertanyaan yang disusun untuk mengungkap atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan tersebut. Bentuk skala yang digunakan dalam penelitian adalah skala likert. Instrumen dalam penelitian ini terdiri dari dua skala, yaitu skala resiliensi dan skala performa kerja.

1) Skala Konsep Diri

Variabel Konsep Diri diukur dengan menggunakan aspek menurut Nurhaini (2018) menyatakan bahwa konsep diri memiliki tiga aspek, yaitu: Aspek Fisik, Aspek Sosial, Aspek Moral, Aspek Psikis. Skala ini disusun berdasarkan format likert dengan 4 (empat) alternatif. Sistem penilaian beban kerja untuk item favorable berdasarkan skala likert adalah nilai 1 untuk jawaban sangat tidak sesuai (STS), nilai 2 untuk jawaban tidak sesuai (TS), nilai 3 untuk jawaban sesuai (S), nilai 4 untuk jawaban sangat sesuai (SS). Sedangkan untuk item unfavourable nilai 1 untuk jawaban sangat sesuai (SS), nilai 2 untuk

jawaban sesuai (S), nilai 3 untuk jawaban tidak sesuai(TS), nilai 4 untuk jawaban sangat tidak sesuai (STS).

2) Skala Resiliensi

Variabel resiliensi diukur dengan skala yang telah dipersiapkan oleh penulis berdasarkan aspek-aspek resiliensi menurut Connor dan Davidson (2003) yaitu:kompetensi pribadi, kepercayaan seorang pada naluri dan toleransi pada pengaruh negatif, Rekonsiliasi dengan diri sendiri positif terhadap perubahan dan mempunyai hubungan baik dengan orang lain, kontrol, dan pengaruh spiritual. Respons subjek diberikan pada 4 alternatif jawaban dari SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju) sampai dengan STS (Sangat Tidak Setuju). Pernyataan yang positif (favorabel) akan diberi skor tertinggi pada jawaban SS = 5, Selanjutnya S = 3, TS = 2, dan terendah adalah STS = 1. Pada pernyataan yang negatif (Unfavorable), skor tertinggi diberikan pada jawaban STS= 4, selanjutnya TS = 3, S =2 dan terendah SS = 1.

3.3.2 Metode Uji Coba Alat Ukur

Menurut Sugiyono (2013) instrument yang valid dan reliabel dalam pengumpulan data, maka diharapkan hasil penelitian akan menjadi valid dan reliabel. Validitas dan reliabilitas menjadi syarat yang harus dipenuhi agar mendapatkan hasil penelitian yang valid serta reliabel. Alat ukur yang baik harus memiliki kriteria valid dan reliabel.

1. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

a. Uji Validitas

Validitas adalah sejauh mana alat ukur benar dan akurat dalam menjalankan fungsi ukurnya (Azwar, 2021). Sugiyono (2023) mengatakan bahwa derajat ketepatan antara data yang sesungguhnya terjadi pada objek dengan data yang dikumpulkan oleh penulis. Uji validitas ini dilakukan untuk mengukur apakah data yang telah didapat setelah penelitian merupakan data yang valid atau tidak, dengan menggunakan alat ukur yang digunakan (kuesioner). Dalam penelitian ini untuk mengetahui validitas instrumen, digunakan korelasi antara skor setiap item dengan skor total keseluruhan item yang perhitungannya menggunakan *SPSS Viewer 24.01*.

b. Uji Reliabilitas

Menurut Sugiyono (2023), uji reliabilitas menentukan sejauh mana pengukuran pada objek yang sama memberikan data yang sama. Uji reliabilitas indera ukur pada penelitian ini memakai pendekatan internal consistensi yang hanya memerlukan satu kali penggunaan tes tunggal dalam sekelompok individu menjadi subjek menggunakan tujuan buat melihat konsistensi pada pada tes itu sendiri. Teknik ini pandang ekonomis, praktis, & berfesiensi tinggi, sebagai akibatnya output penelitian bisa digeneralisasikan dalam populasi (Azwar, 2021).

3.3.3 Metode Analisis Data

Metode analisis data ialah kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Berdasarkan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, maka teknik analisis data yang dilakukan adalah analisis korelasi product moment (Uji Hubungan) dengan menggunakan analisis statistic dengan menggunakan program komputer Statistical Package for Social Science (SPSS) versi 24. Dengan tujuan utama penelitian ini yakni ingin melihat hubungan antara satu variabel bebas (X) dengan satu variabel terikat (Y).

Sebelum data dianalisis dengan menggunakan regresi linear sederhana, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data penelitian yang meliputi:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah sampel data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan statistik uji *Kolmogrov- Smirnov Goodness*.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah ada data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linear dengan variabel terikat. Uji linearitas dianalisis menggunakan SPSS. Apabila nilai $P \geq 0,05$ maka dikatakan linier, namun apabila nilai $P \leq 0,05$ maka dikatakan tidak linier.

3.4 Populasi dan Sampel

3.4.1 Populasi

Menurut Sugiyono (2013) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi adalah keseluruhan objek/subyek yang akan diteliti yang nantinya akan digeneralisasikan untuk ditarik kesimpulan berdasarkan data yang diperoleh. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan dari anggota yang termasuk dalam Komunitas Disabilitas Tuna Daksa di Masyarakat Peduli Disabilitas Indonesia dengan jumlah 600 di Kota Medan.

Kriteria dari populasi ini adalah komunitas Disabilitas Tuna Daksa di Masyarakat Peduli Disabilitas Indonesia.

Tabel 3. 1 Total Tuna Daksa di Komunitas Masyarakat Peduli Disabilitas Indonesia

No.	Umur	Jumlah
1.	15 sampai 19 Tahun	50 Orang
2.	20 sampai 30 Tahun	100 Orang
3.	31 sampai 55 Tahun	450 Orang
TOTAL		600 Orang

3.4.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono 2013). Sampel yang diambil dari populasi haruslah yang benar-benar mewakili sehingga pengambilan sampel harus dilaksanakan dengan teknik- teknik tertentu agar mendapatkan hasil yang efektif dan dapat dipertanggung jawabkan. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*.

Menurut Sugiyono (2013) sampling purposive adalah teknik penentuan sampel

dengan pertimbangan atau kriteria tertentu. Adapun karakteristik sampel yang dibutuhkan yaitu :

- 1) Anggota komunitas yang berusia di *range* 20 – 30 tahun dikarenakan pada usia dewasa ini umumnya individu sudah terbentuk konsep diri
- 2) Anggota komunitas yang memiliki disabilitas khusus pada tuna daksa.

Berdasarkan karakteristik yang telah diajukan, maka terdapatlah sampel penelitian ini sebanyak 100 orang.

3.5 Prosedur Kerja

3.5.1 Persiapan Penelitian

Persiapan penelitian dilakukan agar penelitian yang akan dilakukan berjalan dengan baik dan lancar, sehingga tidak terjadi banyak kendala ketika pengambilan data. Persiapan yang dilakukan berupa persiapan administrasi dan persiapan alat ukur dalam pengambilan data.

1. Persiapan Administrasi

Sebelum penelitian dilaksanakan, terlebih dahulu dilakukan persiapan-persiapan yang berkaitan dengan administrasi penelitian, yaitu peneliti mempersiapkan surat izin penelitian yang diperoleh dari Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

2. Persiapan Alat Ukur

Setelah melakukan persiapan administrasi, seperti membuat surat izin, persiapan alat ukur penelitian yang akan digunakan untuk mempermudah penulis dalam memperoleh data yang sesuai dengan tujuan penelitian. Dalam penelitian ini menggunakan skala reliensi menurut Connor dan Davidson (2003) yaitu: kompetensi pribadi, kepercayaan

seorang pada naluri dan toleransi pada pengaruh negatif, Rekonsiliasi dengan diri sendiri positif terhadap perubahan dan mempunyai hubungan baik dengan orang lain, kontrol, dan pengaruh spiritual. Serta Aspek Aspek konsep diri dalam penelitian ini menggunakan aspek menurut Nurhaini (2018) menyatakan bahwa konsep diri memiliki tiga aspek, yaitu: Aspek Fisik, Aspek Sosial, Aspek Moral, Aspek Psikis.



BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil-hasil yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dan resiliensi pada subjek penelitian. Hasil ini ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi $r = 0,390$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$), yang berarti semakin positif konsep diri seseorang, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensinya.
2. Terdapat hubungan linear antara konsep diri dan resiliensi, sebagaimana ditunjukkan oleh hasil uji linearitas, dengan nilai signifikansi $p = 0,338$ (lebih besar dari 0,05) dan F hitung = 1,077, yang lebih kecil dari F tabel. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel berlangsung secara linear tanpa deviasi yang signifikan.
3. Konsep diri memberikan sumbangan sebesar 15,20% terhadap resiliensi, yang ditunjukkan oleh nilai koefisien determinasi $r^2=0,152$. Artinya, masih terdapat 84,80% faktor lain yang mempengaruhi resiliensi dan belum dibahas dalam penelitian ini.
4. Penelitian ini menguatkan temuan dalam literatur psikologi yang menyatakan bahwa konsep diri merupakan salah satu faktor penting dalam pembentukan resiliensi. Skala yang digunakan dalam penelitian ini telah terbukti valid dan reliabel, serta dapat digunakan untuk mengukur kedua variabel secara akurat. Penelitian ini juga memberikan kontribusi praktis

bagi pihak sekolah, konselor, dan orang tua dalam membantu pengembangan psikologis siswa, khususnya dalam meningkatkan ketahanan (resiliensi) melalui penguatan konsep diri yang positif.

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian ini, pembahasan serta kesimpulan yang didapat, maka peneliti memberikan saran seperti berikut :

1. Bagi Penyintas Tuna Daksa

Disarankan untuk terus mengembangkan konsep diri yang positif melalui kegiatan yang mendukung Rekonsiliasi dengan diri sendiri, peningkatan harga diri, dan keterlibatan sosial yang sehat. Bagi penyintas tuna daksa, pengembangan konsep diri yang positif dapat difasilitasi melalui kegiatan yang mendukung Rekonsiliasi dengan diri sendiri, seperti pentas seni, pameran karya, lomba keterampilan, pelatihan kemandirian, atau kegiatan komunitas inklusif lainnya yang menonjolkan keunikan dan potensi diri.

Pengalaman bullying yang dialami dapat melemahkan pandangan individu terhadap diri mereka sendiri, sehingga penting bagi mereka untuk memperoleh dukungan emosional, baik dari diri sendiri, lingkungan sekitar, maupun melalui kegiatan penguatan psikologis seperti konseling atau terapi kelompok yang menumbuhkan rasa berharga dan keberdayaan diri. Dengan demikian, kemampuan untuk bangkit dari trauma (resiliensi) dapat lebih mudah berkembang karena adanya landasan konsep diri yang kokoh.

2. Bagi Pengurus Panti

Penting untuk menciptakan lingkungan yang tidak hanya aman secara fisik, tetapi juga suportif secara emosional dan psikologis. Program pembinaan yang terstruktur seperti pelatihan keterampilan sosial, pembentukan kelompok dukungan sebaya, dan keterlibatan dalam kegiatan masyarakat sangat dianjurkan agar anggota komunitas merasa diterima, dihargai, dan memiliki peran sosial yang berarti.

Selain itu, diperlukan adanya kerja sama dengan tenaga profesional seperti psikolog untuk memberikan pendampingan dan penguatan terhadap aspek-aspek resiliensi, khususnya dalam membantu individu mengatasi trauma masa lalu serta membangun harapan positif terhadap masa depan. Untuk mewujudkan proses tersebut, akan sangat baik apabila terdapat dukungan dari para donatur guna membantu pembiayaan program-program tersebut, sehingga pelaksanaannya dapat berjalan secara berkelanjutan dan menjangkau lebih banyak penerima manfaat.

3. Penelitian Selanjutnya

Penelitian selanjutnya, disarankan agar menambahkan pendekatan kualitatif agar pengalaman personal *Survivor Bullying* dapat tergali lebih dalam, serta memperluas variabel yang diteliti, seperti peran Relasi yang suportif atau efikasi diri sebagai mediator dalam hubungan antara konsep diri dan resiliensi.

Penelitian juga dapat dilakukan dengan populasi yang lebih beragam dan menggunakan rancangan eksperimen untuk menguji efektivitas intervensi peningkatan konsep diri terhadap resiliensi. Dengan

begitu, hasil penelitian akan semakin bermanfaat secara praktis maupun teoritis dalam pengembangan intervensi psikologis pada kelompok disabilitas yang rentan mengalami bullying.



DAFTAR PUSTAKA

- American Psychological Association. (2007). APA dictionary of psychology.* American Psychological Association.
- Alfita, L., & Fadilah, R. (2024). Proses Rekonsiliasi dengan diri sendiri pada ibu dengan anak *down syndrome*. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 11(2), 77–88.
- Arikunto, S. (2006). Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik (Edisi Revisi). Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2015). Reliabilitas dan validitas. Pustaka Pelajar.
- Bashori, K., & Hidayat, R. (2016). Psikologi perkembangan dan konsep diri dewasa. UIN-Malang Press.
- B. S. (2011). *Effects of stress on the developing brain. Cerebrum: The Dana Forum on Brain Science*, 14.
- 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. (2010). Psikologi perkembangan peserta didik. Dewasa Rosdakarya.
- Everall, R. D., Altrows, K. J., & Paulson, B. L. (2006). *Creating a future: A study of resilience in suicidal female adolescents. Journal of Counseling & Development*, 84(4), 461–470. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2006.tb00430.x>
- Garmezy, N. (2021). *Resilience and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. American Behavioral Scientist*, 34(4), 416–430.
- Ghufron, M. N., & Risnawati, R. S. (2012). Teori-teori psikologi. Ar-Ruzz Media.
- Grotberg, E. H. (2003). *Resilience for today: Gaining strength from adversity*. Praeger.
- Hamdi. (2016). *Psikologi konsep diri dan aktualisasi diri*. UIN Suska Press.
- Hartati, & Rahmandani, R. (2024). Hubungan antara konsep diri dengan resiliensi pada mahasiswa perantau Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 12(1), 15–25.

- Hasan, S. (2013). *Bullying dan dampaknya terhadap perkembangan anak*. Pustaka Pelajar.
- Hattie, J. (2014). *Self-concept*. Psychology Press.
- Hendriani, W. (2018). *Psikologi positif: Konsep dan aplikasi*. Kencana.
- Hiew, C. C. (2004). Building resilience in children: The role of protective factors. *Early Child Development and Care*, 174(1), 9–17.
- Jalaluddin, R. (2005). *Psikologi komunikasi*. Dewasa Rosdakarya.
- Kalisch, R., Müller, M. B., & Tüscher, O. (2017). *A conceptual framework for the neurobiological study of resilience*. *Behavioral and Brain Sciences*, 38, e92. <https://doi.org/10.1017/S0140525X1400082X>
- Levine, M. (2002). *A mind at a time*. Simon and Schuster.
- Lee, H.-J., Lee, U., Kim, Y., & Harley, D. A. (2024). *The relationship between stress, disability acceptance, and quality of life of people with physical disabilities in South Korea: Focused on the psychosocial adaptation model*. *Journal of Applied Rehabilitation Counseling*. DOI: 10.1891/JARC-2024-0002
- Limber, S. P. (2009). Addressing youth bullying behaviors. *American Journal of Orthopsychiatry*, 79(4), 451–460.
- Luthar, S. S., & Cicchetti, D. (2021). The construct of resilience: Implications for interventions and social policies. *Development and Psychopathology*, 12(4), 857–885.
- Mancini, A. D. (2019). *When acute adversity improves psychological health: A social-contextual framework*. *Psychological Inquiry*, 30(1), 1–6.
- Martín-Quintana, J. C., Pulido-Martos, M., & López-Zafra, E. (2023). *The influence of perceived security in childhood on adult self-concept: The mediating role of resilience and self-esteem*. *Healthcare*, 11(17), 2435. <https://doi.org/10.3390/healthcare11172435>
- Masten, A. S. (2011). *Resilience in development: A synthesis of research across five decades*. In D. Cicchetti (Ed.), *Developmental psychopathology: Vol. 3. Risk, disorder, and adaptation* (2nd ed., pp. 739–795). Wiley. <https://doi.org/10.1002/9780470939406.ch20McEwen>,

- Nurhaini, N. (2018). Hubungan konsep diri dan Sikap yakin pada diri sendiri dengan penyesuaian diri mahasiswa perantau. *Jurnal Psikologi Insight*, 1(1), 12–21.
- Papalia, D. E., Feldman, R. D., & Martorell, G. (2023). *Human development* (14th ed.). McGraw-Hill Education.
- Priyatna, A. (2010). *Psikologi sosial dan bullying*. Universitas Pendidikan Indonesia Press.
- Purwasih, D. (2009). *Bullying dan kekerasan di sekolah*. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 keys to finding your inner strength and overcoming life's hurdles*. Broadway Books.
- Ritandiyono, S., & Retnaningsih, W. (2006). *Psikologi perkembangan*. UGM Press.
- Rosenberg, M. (2020). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Shah, R., & Giannasi, P. (2015). Disability hate crime: Understanding vulnerability and support. *Journal of Learning Disabilities and Offending Behaviour*, 6(4), 189–198.
- Smith, J. A., & Johnson, K. L. (2022). The long-term psychological effects of bullying: A meta-analysis. *Journal of Adolescent Health*, 70(1), 12–20.
- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: Interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 5(1), 25338. <https://doi.org/10.3402/ejpt.v5.25338>
- Sinulingga, E., Darmayanti, R., & Fadilah, R. (2024). Peran ayah dalam membentuk resiliensi dewasa: Studi pada SMA Negeri di Medan. *Jurnal Psikologi Dewasa*, 6(1), 22–38
- Shinta, D., Fadilah, R., & Murad, A. (2022). Hubungan antara resiliensi dan perilaku penundaan akademik pada mahasiswa psikologi. *Jurnal Psikologi Kognitif*, 9(1), 45–53
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

- Sukron, M. (2023). *Psikologi konsep diri dan pengembangan personal*. Deepublish.
- Surya, M. (2013). *Psikologi untuk keperawatan*. Kencana.
- Suyasa, I. K., & Wijaya, I. N. M. (2006). Resiliensi dalam menghadapi tekanan hidup. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(1), 20–30.
- Tarigan, V., Fadilah, R., & Murad, A. (2022). Kecerdasan emosional dan pola asuh demokratis sebagai prediktor stabilitas emosi mahasiswa. *Jurnal Psikologi Sosial*, 8(3), 120–135.
- Ungar, M. (2018). *Systemic resilience: Principles and processes for a science of change in contexts of adversity. Ecology and Society*, 23(4), 34. <https://doi.org/10.5751/ES-10385-230434>
- Walker, S. C., Raval, V. V., & Rakow, A. (2022). The role of self-concept in adolescent adjustment: A resilience perspective. *Journal of Youth and Adolescence*, 51(3), 523–536.
- Wiyani, N. A. (2013). *Manajemen pendidikan anak usia dini*. Gava Media.
- Wolin, S. J., & Wolin, S. (1999). *The resilient self: How survivors of troubled families rise above adversity*. Villard.
- Yayasan Sejiwa. (2008). *Panduan anti bullying*. Yayasan Sejiwa.



NO	KD3	KD5	KD6	KD7	KD8	KD9	KD11	KD14	KD15	KD17	KD18	KD19	KD21	KD22	KD23	KD24	KD25	KD26	KD27	KD28	KD29	KD30	KD31	KD32	total	
1	3	3	3	2	3	2	3	2	2	1	3	1	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	62	
2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	55	
3	1	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	4	1	2	2	3	4	1	3	2	2	49		
4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	4	3	2	2	3	3	2	3	3	2	56	
5	3	3	4	3	1	1	2	3	2	2	1	3	1	2	2	3	4	3	1	2	2	3	2	3	58	
6	2	1	2	1	1	1	4	2	1	1	1	2	1	3	2	4	3	2	1	3	3	1	3	2	50	
7	3	1	1	3	2	1	4	2	2	1	1	2	1	3	1	4	3	1	2	4	2	2	4	3	2	55
8	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	1	4	3	2	2	3	4	1	4	3	1	49	
9	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	3	4	1	1	4	1	3	4	1	47	
10	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	4	3	1	1	4	3	1	4	3	1	46
11	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	4	3	2	1	4	4	1	3	4	3	46	
12	3	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	3	3	1	2	4	3	1	4	4	2	49
13	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	4	4	2	1	4	3	1	3	4	1	51
14	4	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	4	3	1	2	4	3	2	3	2	2	50
15	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	3	2	3	2	1	1	4	4	1	4	3	1	52
16	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	3	2	3	1	4	3	3	45
17	1	4	4	2	1	3	2	4	4	2	4	1	3	2	4	3	1	3	2	4	1	2	4	2	1	64
18	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	1	3	4	2	2	3	4	1	4	3	2	52
19	3	2	2	4	2	3	3	3	4	4	3	2	2	4	1	1	2	1	2	3	4	1	2	3	1	62
20	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	3	4	2	2	4	4	2	3	4	2	50
21	4	1	3	2	4	4	1	3	4	3	1	3	3	2	1	3	4	2	3	1	2	4	3	1	3	65
22	2	4	3	2	2	1	4	2	4	3	1	4	4	3	1	3	2	4	1	3	4	1	4	2	2	66
23	1	2	2	4	1	1	4	2	3	1	2	3	4	3	2	3	1	3	2	4	1	1	4	4	2	60
24	3	2	4	4	1	2	3	3	2	4	2	2	3	4	3	1	4	3	2	1	4	4	3	2	1	67
25	1	1	3	2	1	3	1	3	1	2	3	1	4	3	2	4	1	3	2	4	1	2	1	3	2	54
26	3	3	2	1	3	4	2	3	3	4	1	1	4	3	1	3	2	3	1	2	3	2	1	3	2	61
27	1	3	1	3	4	2	3	3	2	4	2	3	4	3	2	1	2	3	3	1	4	1	3	2	60	
28	1	3	4	2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	41
29	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	3	4	1	2	1	3	2	3	1	2	46
30	1	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	3	2	4	2	45
31	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	3	2	1	2	1	2	4	2	1	41	
32	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	3	4	2	1	2	1	1	2	1	2	42
33	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	3	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4	3	43
34	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	3	1	4	3	39	
35	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	3	41	
36	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	4	3	1	2	1	2	1	4	1	2	42
37	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	3	4	1	1	3	1	2	1	2	39	
38	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	38
39	3	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	3	4	2	2	3	4	2	3	3	1	53
40	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	2	2	4	3	2	4	1	2	3	76
41	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	2	2	3	4	2	2	3	1	2	77
42	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	3	4	1	2	3	1	4	3	2	50
43	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	2	1	3	4	2	1	3	3	1	4	1	47
44	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	2	1	2	4	3	1	2	3	2	1	3	74
45	3	2	1	2	2	1	3	2	2	2	2	2	1	3	3	3	1	2	2	4	4	2	3	4	2	58
46	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	2	2	4	4	2	4	1	2	80
47	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	3	4	2	2	3	4	1	3	4	2	51	
48	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	1	1	2	3	2	4	1	2	4	78	
49	3	2	1	1	2	1	3	1	1	2	2	2	1	3	3	4	3	2	2	3	3	2	1	1	2	51
50	1	1	2	2	1	1	3	2	1	2	1	2	1	2	3	2	1	1	1	2	1	3	3	2	1	42
51	3	1	2	2	2	1	3	2	1	1	1	2	1	3	3	2	2	1	2	3	4	2	3	3	2	53
52	1	2	2	1	2	1	4	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	1	2	3	3	2	2	1	1	48
53	2	1	1	2	1	1	3	2	2	1	2	1	1	2	3	2	1	1	2	3	1	2	1	1	40	
54	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	3	1	2	2	1	1	3	4	2	1	1	2	43
55	3	2	1	1	2	2	3	2	2	1	2	1	2	3	2	1	1	2	2	2	1	2	1	3	246	
56	3	2	1	2	3	2	4	1	1	1	2	2	2	4	2	2	1	1	3	4	4	2	1	2	1	53
57	2	1	2	1	1	3	2	2	2	1	2	1	2	3	2	2	2	1	2	2	2	3	1	3	2	50
58	3	2	1	3	1	1	2	2	1	2	2	2	1	3	2	1	1	2	1	3	1	1	1	1	47	
59	3	1	2	2	1	2	4	2	1	2	2	1	2	3	4	3	3	2	1	3	4	2	3	4	2	59
60	3	1	2	1	1	2	4	2	2	1	2	2	2	1	3	4	3	3	2	1	3	3	2	3	57	
61	3	2	1	2	1	1	3	2	1	2	2	2	1	3	4	3	3	2	1	4	3	2	3	4	2	57
62	4	2	1	2	1	1	4	2	2	2	1	3	4	3	3	2	1	3	4	2	4	3	2	60		
63	4	1	2	1	2	2	3	1	2	1	1	1	2	4	2	3	3	1	2	4	3	2	4	3	2	56
64	3	2	1	2	1	1	4	2	2</																	

NO	RS1	RS2	RS3	RS4	RS5	RS6	RS7	RS8	RS9	RS10	RS11	RS12	RS13	RS14	RS15	RS16	RS17	RS18	RS19	RS20	RS21	RS22	RS23	RS24	RS25	total
1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	47	
2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	53	
3	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	40	
4	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	46	
5	2	3	1	2	2	2	1	3	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	3	2	1	44	
6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	51	
7	1	3	2	1	1	3	2	4	2	1	1	3	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	42	
8	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	4	2	2	1	1	2	2	1	1	1	41	
9	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	4	2	2	1	2	1	3	1	1	2	2	1	1	40	
10	1	2	1	1	2	3	1	2	1	2	1	4	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	38	
11	2	3	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	2	1	39	
12	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	3	2	1	3	2	1	2	1	1	1	36	
13	1	1	2	2	1	4	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	40	
14	4	2	3	3	4	1	4	1	2	3	1	4	2	4	4	2	3	2	3	1	2	3	1	2	63	
15	2	3	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	45	
16	4	2	1	3	2	2	4	4	1	2	4	3	1	1	3	3	3	4	1	4	4	2	1	4	65	
17	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	35	
18	4	1	2	2	3	4	2	1	3	4	3	2	4	1	3	2	4	3	2	2	4	1	2	2	64	
19	2	1	2	1	2	3	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	2	2	1	2	38	
20	2	1	4	3	3	2	1	3	2	2	4	1	3	1	2	1	2	3	4	1	3	2	3	4	59	
21	1	2	3	3	4	1	1	2	4	3	2	1	4	3	1	3	2	2	4	1	1	3	2	4	58	
22	1	2	4	1	4	3	2	1	4	2	3	3	1	4	3	2	1	3	4	4	1	2	3	3	62	
23	4	1	2	1	2	2	4	3	1	4	3	2	2	1	3	4	1	2	3	1	4	3	1	4	59	
24	1	3	4	1	1	4	2	1	3	2	1	2	1	3	4	1	2	1	3	4	3	1	3	2	56	
25	3	1	2	3	1	4	3	2	1	4	3	2	1	2	1	3	1	4	1	3	2	1	3	1	55	
26	4	2	1	3	4	1	3	2	1	3	1	4	3	1	2	3	1	3	4	4	1	3	2	1	61	
27	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	3	2	4	2	1	1	2	2	1	2	1	42	
28	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	38	
29	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	38	
30	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	38	
31	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	3	1	2	39	
32	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	37	
33	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	40	
34	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	34		
35	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	37		
36	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	37		
37	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	37		
38	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	36	
39	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	87	
40	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	87		
41	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	40		
42	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	39		
43	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	85		
44	3	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	39	
45	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	87	
46	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	39	
47	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	90		
48	2	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	37	
49	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	37	
50	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	38	
51	1	2	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	36	
52	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	36	
53	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	36	
54	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	35	
55	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	36	
56	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	2	4	4	2	4	3	4	4	4	2	3	4	3	85	
57	2	4	2	3	1	3	4	2	4	3	3	3	3	4	2	4	3	2	4	2	3	4	4	2	74	
58	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	39	
59	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	37	
60	2	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	38	
61	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	38		
62	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	35	
63	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	39	
64	2	1	2	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	37	
65	1	2	2	1	3	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	36	
66	2	1	2																							



LAMPIRAN B
ANGKET KONSEP DIRI & RESILIENSI

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

68 Document Accepted 10/2/26

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repositori.uma.ac.id)10/2/26

Angket Konsep Diri

Petunjuk Pengisian:

Berikan tanda check list (✓) pada kolom yang sesuai dengan pendapat Anda terhadap setiap pernyataan.

Pilihan jawaban:

- SS: Sangat Setuju
- S: Setuju
- TS: Tidak Setuju
- STS: Sangat Tidak Setuju

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa fisik saya tidak seperti yang diharapkan.				
2	Saya berkeinginan mengubah bagian-bagian tertentu dari tubuh saya.				
3	Saya merasa penampilan saya lebih menarik dibandingkan orang lain.				
4	Saya tidak suka terlibat dalam tugas rumah tangga.				
5	Saya membantu semua orang yang membutuhkan.				
6	Setiap menghadapi masalah saya selalu bercerita kepada orang tua saya.				
7	Saya senang menghabiskan waktu di rumah.				
8	Saya selalu bersyukur dengan apa yang dimiliki.				
9	Saya bersedia membantu jika orang tua saya membutuhkan saya.				
10	Saya tidak pernah meminta izin jika keluar rumah.				
11	Saya menyukai kondisi fisik saya saat ini.				
12	Saya selalu membantu semua orang yang membutuhkan.				
13	Saya cemburu pada kehidupan orang lain yang lebih baik dari saya.				
14	Saya selalu bertanggung jawab dengan apa yang saya perbuat.				
15	Saya percaya pada usaha yang saya lakukan.				

16	Saya sangat menghargai setiap perbedaan yang ada.			
17	Saya ragu untuk memulai perkenalan dengan orang lain.			
18	Saya menyukai bentuk tubuh saya.			
19	Saya bangga dengan apa yang saya miliki saat ini.			
20	Saya sering mengingkari perkataan saya.			
21	Saya sering meremehkan kemampuan diri saya.			
22	Saya orang yang jujur.			
23	Saya orang yang tidak mudah menyerah.			
24	Saya tidak menjadikan agama sebagai prioritas utama dalam hidup saya.			
25	Saya sering melewatkhan waktu ibadah di awal waktu.			
26	Saya selalu menjalin hubungan baik dengan teman.			
27	Saya sering melanggar peraturan yang berlaku.			
28	Saya hanya memberikan bantuan pada orang-orang tertentu saja.			
29	Saya tidak malu mengakui kesalahan sendiri.			
30	Saya sering melanggar peraturan yang berlaku			
31	Saya hanya memberikan bantuan pada orang-orang tertentu saja			
32	Saya tidak malu mengakui kesalahan sendiri			

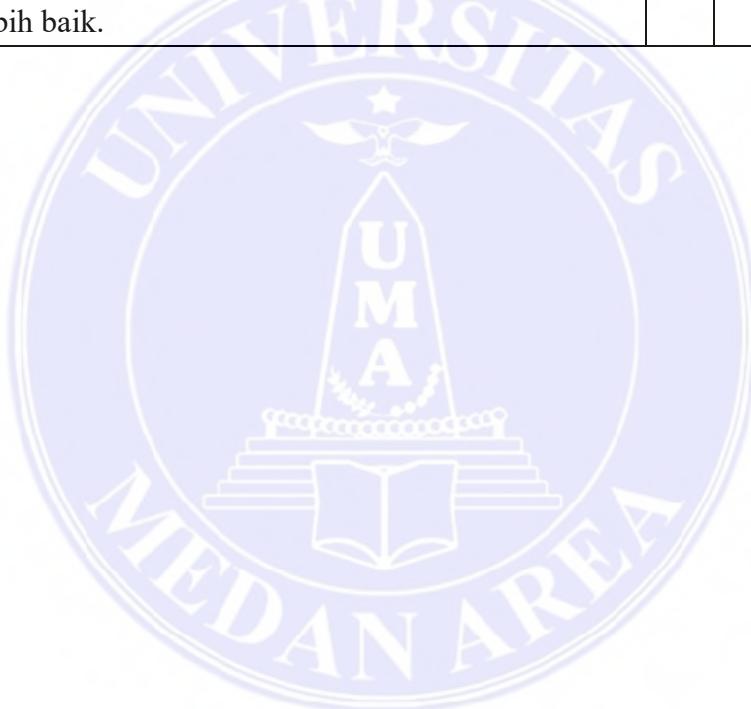
Angket Resiliensi (Connor-Davidson Resilience Scale-25)

Angket ini bertujuan untuk mengukur tingkat resiliensi Anda. Silakan berikan penilaian pada setiap pernyataan sesuai dengan tingkat kesetujuan Anda. Gunakan skala berikut:

- 1. Tidak Setuju (TS)**
- 2. Kurang Setuju (KS)**
- 3. Agak Setuju (AS)**
- 4. Setuju (S)**
- 5. Sangat Setuju (SS)**

No.	Pernyataan	TS	KS	AS	S	SS
1	Saya dapat menikmati hidup meskipun berada dalam tekanan.					
2	Saya selalu menemukan solusi untuk menghadapi masalah.					
3	Saya percaya bahwa Tuhan membantu saya dalam menghadapi kesulitan.					
4	Saya dapat beradaptasi dengan perubahan secara positif.					
5	Saya dapat mempercayai orang lain saat menghadapi masalah.					
6	Saya mampu bertahan ketika menghadapi stres berat.					
7	Saya dapat mengambil keputusan berdasarkan naluri saya.					
8	Saya memiliki hubungan yang baik dengan orang-orang di sekitar saya.					
9	Saya percaya ada hikmah di balik setiap kejadian.					
10	Saya gigih dalam mencapai tujuan saya.					
11	Saya mampu melihat sisi baik dari situasi yang sulit.					
12	Saya yakin dapat mengatasi tantangan yang datang.					
13	Saya dapat mengendalikan emosi saya saat menghadapi kesulitan.					
14	Saya mampu memotivasi diri sendiri di tengah tekanan.					
15	Saya mampu menerima efek negatif dari situasi sulit.					
16	Saya selalu mencoba menyelesaikan masalah tanpa menyerah.					

17	Saya menerima perubahan sebagai bagian dari hidup.				
18	Saya merasa tenang meskipun berada dalam situasi sulit.				
19	Saya dapat mengelola stres dengan baik.				
20	Saya selalu optimis menghadapi tantangan.				
21	Saya memiliki kendali atas hidup saya.				
22	Saya mengetahui kemana harus meminta bantuan jika dibutuhkan.				
23	Saya percaya bahwa kesulitan membuat saya lebih kuat.				
24	Saya dapat mengatasi kesulitan dengan semangat.				
25	Saya merasa tantangan membuat saya menjadi lebih baik.				





Reliability

Notes

Output Created	27-MAY-2025 15:21:30	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	100
	Matrix Input	
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
Syntax	<pre>RELIABILITY /VARIABLES=KD1 KD2 KD3 KD4 KD5 KD6 KD7 KD8 KD9 KD10 KD11 KD12 KD13 KD14 KD15 KD16 KD17 KD18 KD19 KD20 KD21 KD22 KD23 KD24 KD25 KD26 KD27 KD28 KD29 KD30 KD31 KD32 /SCALE('konsep diri') ALL /MODEL=ALPHA /STATISTICS=SCALE /SUMMARY=TOTAL.</pre>	

Resources	Processor Time	00:00:00,02
	Elapsed Time	00:00:00,01

Scale: konsep diri

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	97	97.2
	Excluded ^a	3	2.8
	Total	100	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.906	32

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
KD1	71.8868	268.787	-.097	.910
KD2	72.0000	278.190	-.360	.916
KD3	71.5566	245.430	.649	.900

KD4	71.5755	271.066	-.155	.912
KD5	71.9340	246.653	.619	.900
KD6	72.0000	252.971	.411	.904
KD7	72.0566	254.416	.352	.904
KD8	72.0660	250.386	.535	.902
KD9	72.1321	248.535	.526	.902
KD10	71.3302	269.633	-.114	.912
KD11	71.3774	244.980	.610	.900
KD12	71.9057	249.096	.613	.901
KD13	71.9340	272.843	-.209	.913
KD14	71.9623	249.199	.536	.902
KD15	72.0189	246.838	.613	.900
KD16	71.5943	278.434	-.360	.916
KD17	71.9717	246.656	.638	.900
KD18	71.9906	251.419	.493	.902
KD19	72.0283	244.428	.605	.900
KD20	71.8208	279.177	-.407	.916
KD21	71.3491	238.877	.892	.896
KD22	71.4434	238.859	.823	.896
KD23	71.4340	237.581	.857	.896
KD24	71.4811	241.814	.740	.898
KD25	71.3868	237.516	.897	.895
KD26	71.4340	240.210	.787	.897
KD27	71.5472	241.298	.735	.898

KD28	71.5660	240.419	.770	.897
KD29	71.5189	242.614	.713	.898
KD30	71.5283	244.423	.668	.899
KD31	71.5472	247.222	.578	.901
KD32	71.5000	239.910	.786	.897

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
74.0283	266.904	16.33720	32

DATASET ACTIVATE DataSet1.

RELIABILITY/VARIABLES=RS1 RS2 RS3 RS4 RS5 RS6 RS7 RS8 RS9 RS10 RS11 RS12 RS13 RS14 RS15 RS16 RS17 RS18 RS19 RS20 RS21 RS22 RS23 RS24 RS25 /SCALE('resiliensi') ALL /MODEL=ALPHA/STATISTICS=SCALE /SUMMARY=TOTAL.

Scale: resiliensi

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	97	97.2
	Excluded ^a	3	2.8
Total		100	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.977	25

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
RS1	49.9905	396.625	.772	.976
RS2	50.2571	400.327	.731	.977
RS3	50.1238	394.763	.772	.976
RS4	50.1905	398.002	.791	.976
RS5	50.1333	391.290	.824	.976
RS6	50.0762	398.821	.713	.977
RS7	50.1714	392.778	.821	.976
RS8	50.1429	396.008	.761	.976
RS9	50.1905	393.156	.797	.976
RS10	50.2000	395.488	.802	.976
RS11	50.1714	396.932	.770	.976
RS12	50.1048	394.383	.769	.976
RS13	50.1810	400.727	.738	.976
RS14	50.0857	393.156	.794	.976
RS15	50.2381	396.279	.806	.976
RS16	50.0095	392.875	.804	.976
RS17	50.2381	395.491	.802	.976

RS18	50.1333	395.501	.801	.976
RS19	50.0286	391.490	.827	.976
RS20	50.2190	396.250	.782	.976
RS21	50.0762	394.590	.777	.976
RS22	50.0857	394.079	.823	.976
RS23	50.2667	393.294	.831	.976
RS24	50.0571	394.208	.789	.976
RS25	50.1143	396.545	.732	.977

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
52.2286	428.543	20.70129	25



MEANS TABLES=y BY x
 /CELLS=MEAN COUNT STDDEV
 /STATISTICS LINEARITY.

Means

Notes

Output Created	27-MAY-2025 15:37:27	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet2
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	100
Missing Value Handling	Definition of Missing	For each dependent variable in a table, user-defined missing values for the dependent and all grouping variables are treated as missing.
	Cases Used	Cases used for each table have no missing values in any independent variable, and not all dependent variables have missing values.
Syntax	MEANS TABLES=y BY x /CELLS=MEAN COUNT STDDEV /STATISTICS LINEARITY.	
Resources	Processor Time	00:00:00,02

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

81
Document Accepted 10/2/26

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Elapsed Time	00:00:00,01
--------------	-------------

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Resiliensi * Konsep Diri	100	100.0%	0	0.0%	100	100.0%

Report

Resiliensi

Konsep Diri	Mean	N	Std. Deviation
37.00	37.0000	1	.
38.00	36.0000	1	.
39.00	39.0000	2	2.82843
40.00	36.0000	1	.
41.00	38.0000	3	1.00000
42.00	37.3333	3	.57735
43.00	37.6667	3	2.51661
44.00	37.5000	2	.70711
45.00	51.5000	2	19.09188
46.00	37.7500	4	1.25831
47.00	57.8000	5	25.76238
48.00	62.5000	2	37.47666

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

82
Document Accepted 10/2/26

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id) 10/2/26

49.00	51.5000	4	25.09316
50.00	51.5714	7	14.42055
51.00	52.2857	7	24.78383
52.00	54.5000	2	13.43503
53.00	69.3333	3	28.88483
54.00	55.0000	1	.
55.00	44.3333	3	7.76745
56.00	42.5000	2	4.94975
57.00	37.0000	4	1.41421
58.00	58.2000	5	26.00385
59.00	37.2500	4	.95743
60.00	42.4000	5	9.60729
61.00	49.0000	2	16.97056
62.00	42.5000	2	6.36396
63.00	36.0000	1	.
64.00	62.0000	2	38.18377
65.00	58.0000	1	.
66.00	62.0000	1	.
67.00	56.0000	1	.
69.00	38.0000	1	.
70.00	88.0000	1	.
71.00	89.0000	1	.
72.00	83.5000	2	9.19239
73.00	88.0000	1	.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

83 Document Accepted 10/2/26

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

74.00	62.0000	4	27.16616
75.00	87.5000	2	.70711
76.00	87.3333	3	.57735
77.00	51.7500	4	24.85122
78.00	60.0000	2	32.52691
80.00	39.0000	1	.
Total	52.1481	108	20.62338

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Resiliensi * Konsep Diri	Between Groups	(Combined)	22161.103	41	540.515	1.528	.062
		Linearity	6922.385	1	6922.385	19.568	.000
		Deviation from Linearity	15238.719	40	380.968	1.077	.388
	Within Groups		23348.526	66	353.766		
		Total	45509.630	107			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Resiliensi * Konsep Diri	.390	.152	.698	.487



CORRELATIONS

```
/VARIABLES=x y
/PRINT=ONETAIL NOSIG
/MISSING=PAIRWISE.
```

Correlations**Notes**

Output Created	27-MAY-2025 15:39:20	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet2
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	100
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each pair of variables are based on all the cases with valid data for that pair.
Syntax	CORRELATIONS /VARIABLES=x y /PRINT=ONETAIL NOSIG /MISSING=PAIRWISE.	
Resources	Processor Time	00:00:00,05
	Elapsed Time	00:00:00,02

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 10/2/26

86

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)10/2/26

Correlations

		Konsep Diri	Resiliensi
Konsep Diri	Pearson Correlation	1	.390**
	Sig. (1-tailed)		.000
N		100	100
Resiliensi	Pearson Correlation	.390**	1
	Sig. (1-tailed)		.000
N		100	100

**. Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

