

RESILIENSI WANITA TERLANTAR PANTI SOSIAL DI JAKARTA

Gadisa Maharani H.T.P, Rilla Sovitriana

Universitas Persada Indonesia Y.A.I

Email: rilla.sovitriana@upi-yai.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui hubungan regulasi emosi dan dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi. Populasi pada penelitian ini adalah wanita terlantar yang berada di Panti Sosial Perlindungan Bhakti Kasih yang berjumlah 92 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan sampel jenuh. Sampel untuk penelitian ini berjumlah 92 orang karena penelitian ini menggunakan sensus. Penelitian ini menggunakan 3 skala sebagai alat ukur, yaitu: skala regulasi emosi, skala dukungan sosial teman sebaya, dan resiliensi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Regulasi Emosi dengan Resiliensi dengan $r = 0,927$ dan $p = 0,000 < 0,05$. Ada hubungan yang signifikan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi $r = 0,226$ dan $p = 0,030 < 0,05$. Ada hubungan yang signifikan antara Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi dengan $R = 0,939$ dan $p = 0,000 < 0,05$.

Kata kunci : Regulasi Emosi, Dukungan Sosial Teman Sebaya, Resiliensi.

This research is a quantitative study that aims to determine the relationship between emotional regulation and peer social support with resilience. The population in this study were women who were neglected in the Bhakti Kasih Social Protection Institution, totaling 92 people. The sampling technique uses saturated samples. The sample for this study amounted to 92 people because this study used a census. This study uses 3 scales as a measuring tool, namely: emotional regulation scale, peer social support scale, and resilience. The results of this study indicate that there is a significant relationship between Emotion Regulation and Resilience with $r = 0.927$ and $p = 0.000 < 0.05$. There is a significant relationship between Peer Social Support and Resilience $r = 0.226$ and $p = 0.030 < 0.05$. There is a significant relationship between Emotional Regulation and Peer Social Support with Resilience with $R = 0.939$ and p

= 0.000 < 0.05.

Keyword : Emotional Regulation, Peer Social Support, Resilience

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

DKI Jakarta yang merupakan pusat perekonomian negara Indonesia menjadikan banyak orang nekat berbondong-bondong datang untuk mencari nafkah atau pekerjaan. Namun tidak semua dari mereka beruntung karena sebagian dari mereka tidak membekali diri dengan pendidikan dan keterampilan yang memadai selain itu juga terbatasnya lapangan pekerjaan yang tersedia. Terlebih, pada saat ini sejak awal tahun 2020 Indonesia sedang dilanda pandemi COVID-19. Orang terlantar adalah orang yang karena hal tertentu (miskin/tidak mampu) sehingga tidak dapat terpenuhi kebutuhan dasarnya dengan wajar baik secara jasmani, rohani maupun sosial. Dalam pasal 34 Undang-Undang Dasar 1945 menyebutkan “fakir miskin dan anak-anak terlantar dipelihara oleh negara”. menurut data rekapitulasi PMKS dari Dinas Sosial Pemprov DKI Jakarta pada tahun 2019 terdapat 684 orang terlantar di seluruh wilayah DKI Jakarta.

Menjadi terlantar bukanlah keinginan setiap manusia dimana individu harus bekerja keras untuk bertahan hidup. dalam kondisi tersebut orang terlantar membutuhkan resiliensi. Richardson (dalam Meli Septriani, 2017) menjelaskan resiliensi adalah istilah psikologi yang digunakan untuk mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengatasi dan mencari makna dalam peristiwa seperti tekanan berat yang dialaminya, dimana individu

merespon dengan fungsi intelektual yang sehat dan dukungan sosial.. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi pada diri individu antara lain: *self-esteem*, *self-efficacy*, optimisme, regulasi emosi dan dukungan sosial (McCubbin dalam Prayugo, 2018).

Dengan memiliki regulasi emosi tentu orang terlantar dapat mengungkapkan dan mengekspresikan emosinya dengan cara serta kondisi yang tepat sehingga individu bisa mencapai tujuan yang diinginkan. Regulasi emosi juga membuat orang terlantar lebih tenang dalam menghadapi masalah kehidupan sehari-hari.

B. Latar Belakang Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungan regulasi emosi dengan resiliensi wanita terlantar pada era new normal pandemik covid-19 yang ada di panti sosial perlindungan bhakti kasih?
2. Apakah ada hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi wanita terlantar pada era new normal pandemik covid-19 di panti sosial perlindungan bhakti kasih?

3. Apakah ada hubungan regulasi emosi dan dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi wanita terlantar pada era new normal pandemik covid-19 di panti sosial perlindungan bhakti kasih?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan Regulasi emosi dan dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi wanita terlantar pada era *new normal* pandemi covid-19 di Panti Sosial Bhakti Kasih.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi media pembelajaran terutama dalam ilmu psikologi yang berkaitan dengan Resiliensi.
 - b. Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberi informasi kepada pembaca tentang manfaat Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial Teman Sebaya untuk meraih Resiliensi.

2. Manfaat Praktis

Agar menjadi pertimbangan informasi mengenai hubungan Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Resiliensi. Sehingga mahasiswa

bisa menggunakan informasi ini sebagai pertimbangan terhadap tindakan yang akan diambil selanjutnya.

TINJAUAN PUSTAKA

A. Resiliensi

1. Pengertian Resiliensi

Menurut Reivich dan Shatte (2002) resiliensi merupakan sebuah kemampuan dalam diri seseorang untuk menghadapi ataupun merespon suatu situasi yang sulit dengan cara yang sehat dan berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari. Individu yang memiliki resiliensi yang baik adalah individu yang ampuh secara cepat mampu melakukan penyesuaian diri ketika mengalami masalah atau mendapatkan tekanan dalam hidupnya. Hal tersebut sejalan dengan apa yang disampaikan oleh Snyder & Lopez (2002) resiliensi sebagai fenomena yang ditandai oleh pola adaptasi positif dari individu saat berhadapan dengan kesulitan atau masalah. Resiliensi merupakan suatu kualitas personal yang memungkinkan seseorang untuk berkembang dalam menghadapi kesulitan di tengah kehidupan (Connor dan Davidson,2003).

Berdasarkan definisi-definisi yang telah dipaparkan pada paragraf diatas maka dapat disimpulkan bahwa resiliensi yaitu kemampuan yang dimiliki individu untuk bertahan serta mengatasi masa sulit dalam hidupnya guna dapat kembali ke keadaan normal seperti semula.

2. Aspek – aspek Resiliensi

Menurut Connor dan Davidson (2003) resiliensi terdiri atas lima aspek yaitu *personal competence, trust in one's instincts, positive acceptance of change and secure relationships, control and factor dan spiritual influences* yang akan dijelaskan sebagai berikut:

1. *Personal competence: high standard and tenacity*

Aspek ini menjelaskan tentang kompetensi personal individu, dimana individu merasa mampu untuk mencapai tujuan walaupun dalam situasi gagal. Individu yang mengalami tekanan cenderung merasa ragu akan berhasil mencapai tujuan sehingga dibutuhkan sandar yang tinggi dan keuletan dari dalam diri individu.

2. *Trust in one's instincts: tolerance of negative affect, strengthening effect of stress*

Aspek ini berhubungan dengan ketenangan dalam bertindak. Individu yang tenang cenderung lebih berhati-hati dalam bertindak/mengambil sikap atas masalah yang dihadapi. Individu juga mampu melakukan coping terhadap stress dengan cepat dan tetap fokus walaupun dalam keadaan tertekan.

3. *Positive acceptance of change and secure relationship*

Aspek ini berhubungan dengan kemampuan menerima kesulitan secara positif dan ketika berada pada situasi yang sulit mampu berhubungan baik dengan individu lain. Individu menunjukkan kemampuan untuk menerima masalah secara positif dan tidak mempengaruhi kehidupan sosial individu dengan individu lain.

4. *Control and factor*

Kemampuan untuk mengontrol diri untuk mencapai tujuan. Individu memiliki kontrol terhadap dirinya dalam mencapai tujuan dan memiliki kemampuan untuk dan mendapatkan dukungan sosial dari individu lain ketika menghadapi masalah.

5. *Spiritual influences*

Aspek ini berhubungan dengan kemampuan untuk selalu berjuang karena keyakinannya pada Tuhan dan takdir. Individu yang percaya kepada Tuhan akan menganggap bahwa masalah yang ada merupakan takdir dan harus dilalui dengan perasaan yang positif.

3. Faktor – faktor Resiliensi

Reivich and Shatte (dalam Jackson and Watkin,2004) menjelaskan tujuh

faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi yaitu diantaranya *emotional regulation, impulse control, causal analysis, self-efficacy, realistic optimism, empathy dan reaching out* yang akan dijelaskan sebagai berikut:

1. Pengaturan emosi (*emotional regulation*)

Kemampuan untuk mengelola dunia internal agar individu tetap efektif dibawah tekanan individu yang resilien akan menggunakan kemampuannya dengan baik untuk membantu dirinya mengontrol emosi, perhatian dan perilaku.

2. Kontrol terhadap impuls (*impulse control*)

Kontrol terhadap impuls berkorelasi terhadap pengaturan emosi. Kemampuan untuk mengelola perilaku dari emosional individu, serta kemampuan untuk menunda kepuasan. Individu mampu untuk mengelola pikiran emosional sebelum menghadapi masalah.

3. Kemampuan menganalisis masalah (*causal analysis*)

Kemampuan untuk mengidentifikasi penyebab tekanan secara tepat. Individu yang resilien mampu untuk mengidentifikasi penyebab dari masalah yang dihadapi

sehingga dapat menemukan solusi.

4. *Self-efficacy*

Self-efficacy yaitu keyakinan bahwa individu mampu memecahkan masalah yang dihadapi dan berhasil mengatasinya. Individu yang percaya diri berhasil membangun kepercayaan orang lain pada diri individu sehingga individu memiliki banyak peluang dalam memecahkan masalah.

5. Optimis realistis (*realistic optimism*)

Kemampuan agar tetap positif dengan masa depan yang belum terjadi. Hal ini berkaitan dengan harga diri namun hubungan sebab-akibat lebih berkaitan dengan *self-efficacy* dan melibatkan akurasi realisme. Individu yang optimis percaya bahwa segala sesuatu akan menjadi lebih baik sehingga individu memiliki rasa percaya diri untuk mengatasi masalah-masalah di masa depan.

6. Empati (*empathy*)

Kemampuan individu untuk merasakan perilaku dan keadaan emosional orang lain sehingga dapat membangun hubungan yang lebih baik. Individu yang resilien mampu membaca isyarat non verbal

individu lain untuk membangun hubungan yang lebih baik.

7. Pencapaian (*reaching out*)

Kemampuan untuk meningkatkan aspek positif dari kehidupan, mengambil tantangan baru dan mengambil kesempatan baru dalam hidup. Kemampuan ini menjangkau perilaku yang menghambat akibat rasa malu, perfeksionisme dan self-handicapping. pencapaian dalam hal ini adalah untuk meningkatkan aspek positif yang mencakup keberanian individu untuk mengatasi kesulitan hidup.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi Resiliensi adalah regulasi emosi, *impulse control*, *casual analysis*, *self-efficacy*, *realistic optimisme*, *empati*, *reaching out* dan dukungan sosial. Tanpa mengesampingkan variabel lain yang dapat Resiliensi, penelitian ini akan difokuskan pada regulasi emosi dan dukungan sosial sebagai variabel yang mempengaruhi resiliensi.

B. Regulasi emosi

1. Definisi Regulasi Emosi

Regulasi emosi adalah kapasitas untuk mengontrol emosi yang timbul pada tingkat intensitas yang tepat untuk mencapai suatu tujuan. Regulasi emosi meliputi kemampuan untuk mengatur perasaan, reaksi fisiologis, kognisi yang berhubungan dengan emosi dan reaksi

yang berhubungan dengan emosi individu (Shaffer, 2005).

Gross dan Thompson (2007) menjelaskan regulasi emosi adalah strategi yang dilakukan secara sadar maupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat ataupun mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu perilaku dan pengalaman emosi. Individu yang memiliki regulasi emosi dapat mempertahankan atau meningkatkan emosi yang dirasakannya baik emosi positif maupun negatif.

Berdasarkan definisi yang telah dikemukakan di atas maka dapat disimpulkan regulasi emosi adalah kemampuan yang dimiliki individu untuk mengendalikan emosi dan menyesuaikannya dengan tuntutan lingkungan, sehingga individu mampu menghindari efek negatif dari respon emosi yang berlebihan.

Sedangkan Reivich & Shatte (2002) regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang dibawah tekanan. Individu yang memiliki kemampuan regulasi emosi dapat mengendalikan dirinya apabila sedang marah dan dapat mengatasi rasa cemas ataupun sedih sehingga mempercepat dalam pemecahan suatu masalah.

Berdasarkan definisi yang telah dikemukakan di atas maka dapat disimpulkan regulasi emosi adalah kemampuan yang dimiliki individu untuk mengendalikan emosi dan menyesuaikannya dengan tuntutan lingkungan, sehingga individu mampu

menghindari efek negatif dari respon emosi yang berlebihan.

2. Aspek-aspek Regulasi Emosi

Menurut Gross (2007) terdapat lima aspek yaitu *situation selection*, *situation modification*, *attentional deployment*, *cognitive change*, dan *response modulation*.

1. *Situation selection*

Suatu tindakan yang memungkinkan kita berada dalam situasi yang kita harapkan dan menimbulkan emosi yang kita inginkan yang menyebabkan emosi menyenangkan atau tidak menyenangkan, dengan kata lain menentukan tindakan berdasarkan dampak emosional yang mungkin muncul.

2. *Situation modification*

Usaha untuk memodifikasi suatu keadaan secara langsung untuk mendatangkan suatu keadaan yang baru. Modifikasi situasi yang dimaksud disini dapat dilakukan dengan modifikasi eksternal maupun internal. Contoh dari modifikasi ini adalah dengan hadirnya individu lain misalnya teman, orang tua, dan tindakan atau intervensi dari individu sendiri.

3. *Attentional deployment*

Yaitu cara seseorang mengubah perhatiannya dengan

mengarahkan ke dalam sebuah situasi untuk mengatur emosinya. Dua strategi attentional yang utama adalah distraksi (pengalihan perhatian) dan konsentrasi. Distraksi memfokuskan perhatian pada aspek yang berbeda dari situasi yang dihadapi atau mengalihkan perhatian dari situasi itu keituasi yang lain.

4. *Cognitive change*

Mengacu pada perubahan cara individu dalam menilai situasi yang terjadi untuk mengubah signifikansi emosinya, baik dengan mengubah cara berpikir mengenai situasi tersebut atau mengenai kemampuan dalam mengatur tuntutan-tuntutannya

5. *Response Modulation*

Modulasi respon terjadi diakhir proses *emotion generative*, setelah kecenderungan respon emosi yang telah terjadi. Modulasi respon mempengaruhi respon emosi yang telah muncul berupa aspek fisiologis, pengalaman, atau perilaku. Olahraga dan relaksasi juga dapat digunakan untuk mengurangi aspek-aspek fisiologis dan pengalaman emosi negatif.

Dari uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa kepribadian *hardiness* terdiri 5 aspek yaitu *situation selection*, *situation modification*,

attentional deployment, cognitive change, dan response modulation. 5 aspek yang dikemukakan oleh Gross (2007) tersebut akan dijadikan acuan dalam membuat skala dalam penelitian ini.

3. Strategi Regulasi Emosi

Setiap individu memiliki cara yang berbeda dalam melaksanakan regulasi emosi. Menurut Gross (2003) ada sembilan strategi dalam regulasi emosi, yaitu:

- a. *Sled blame* yaitu mengacu pada pola pikir yang menyalahkan diri sendiri dan *blaming others* yaitu pola pikir yang menyalahkan orang lain atas kejadian yang menimpa dirinya.
- b. *Acceptance* adalah pola pikir menerima dan pasrah atas kejadian yang menimpa dirinya.
- c. *Refocus on planning* mengacu pada pemikiran terhadap langkah apa yang harus diambil dalam menghadapi peristiwa negatif yang dialami oleh individu.
- d. *Positive refocusing* yaitu kecenderungan individu untuk lebih memikirkan hal-hal yang lebih positif atau menyenangkan dan menggembarakan daripada memikirkan situasi yang sedang terjadi pada individu.
- e. *Rumination or focus on thought* yaitu individu cenderung selalu perasaan yang berhubungan dengan situasi yang sedang terjadi.
- f. *Positive appraisal* yaitu kecenderungan individu untuk mengambil makna positif dari situasi yang sedang terjadi pada diri individu.
- g. *Putting into perspective* yaitu kecenderungan untuk bertingkah acuh (tidak peduli) atau meremehkan keadaan yang sedang terjadi.
- h. *Catastrophizing* yaitu kecenderungan individu untuk menganggap bahwa dirinyalah yang lebih tidak beruntung dari situasi yang sudah terjadi.

C. Dukungan Sosial Teman Sebaya

1. Definisi Dukungan Sosial

Dukungan sosial menurut APA (2015: 1001) adalah memberikan bantuan atau kenyamanan terhadap individu lain, biasanya untuk membantu individu lain mengatasi stress biologis, psikologis, dan sosial. Dukungan sosial bisa didapatkan dari hubungan interpersonal di dalam jaringan sosial individu yang melibatkan pengasuh, anggota keluarga, teman, tetangga, lembaga keagamaan, kolega, atau kelompok pendukung. Dukungan dapat berbentuk bantuan praktis, seperti dukungan nyata yang melibatkan pemberian uang atau bantuan materi langsung dan dukungan emosional yang memungkinkan individu merasa dihargai, diterima dan dipahami.

Teman sebaya dalam APA (2015: 773) yaitu individu yang berbeda satu

atau lebih karakteristik (misalnya usia, status sosial, status ekonomi, pekerjaan, jenis kelamin, pendidikan).

Berdasarkan definisi yang disebutkan diatas maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial teman sebaya adalah dukungan yang diterima individu oleh individu lain yang memiliki kedekatan dan dalam rentan usia yang sama sehingga individu merasa disayangi dan dihargai.

2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial

Cutrona & Gardner, Uchino (Sarafino,2011: 81) mengemukakan beberapa aspek dukungan sosial sebagai berikut ini:

a. Dukungan emosional

Dukungan ini dapat berupa ungkapan empati, simpati, kasih sayang, kepedulian seseorang kepada orang lain.

b. Dukungan instrumental

Dukungan instrumental adalah bentuk dukungan yang berupa material dan lebih bersifat bantuan, sumbangan dana, uang dan lain sebagainya.

c. Dukungan informasi

Suatu bentuk dukungan yang lebih bersifat nasehat, memberitahu hal yang baik terhadap apa yang sudah dilakukan oleh individu tersebut

d. Dukungan dalam hal persahabatan

Dukungan yang bersifat kepedulian, kesetiaan, kebersamaan, mampu melakukan aktivitas sosial secara bersama-sama.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial teman sebaya terdiri dari 4 aspek yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan dalam hal persahabatan. Keempat aspek tersebut yang akan dijadikan acuan dalam membuat skala.

D. Kerangka Berpikir

Menjadi terlantar tentu bukanlah suatu hal yang diinginkan siapapun, dimana individu harus bekerja keras untuk memenuhi kehidupan sehari-hari dan tentu juga banyak menghadapi terpaan masalah hidup. Kehidupan yang harus dihadapi menuntut wanita terlantar untuk terus berusaha bangkit dari keterpurukan atau tekanan dalam hidupnya.

Menurut Richardson (dalam Meli Septriani, 2017) menjelaskan resiliensi adalah istilah psikologi yang digunakan untuk mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengatasi dan mencari makna dalam peristiwa seperti tekanan berat yang dialaminya, dimana individu merespon dengan fungsi intelektual yang sehat dan dukungan sosial. Dengan memiliki resiliensi yang baik

tentunya orang terlantar dapat bangkit dari kenyataan yang tidak diinginkan atau suatu kondisi yang membuatnya tertekan.

Individu yang memiliki resiliensi yang tinggi akan mampu bertahan terhadap tekanan yang dihadapinya. Mereka harus selalu berusaha mengontrol emosi dan mempengaruhi segala kejadian yang ada. Dengan memiliki sikap seperti itu, individu membutuhkan regulasi emosi untuk mencapai resiliensi.

Penelitian yang dilakukan oleh Mawardah & Adiyanti (2014) mengenai regulasi emosi menyebutkan bahwa kemampuan mengelola emosi atau regulasi emosi dapat membantu individu dalam mengontrol dirinya terutama saat menghadapi masalah dan tekanan sehingga kemampuan mengontrol diri yang baik dapat membantu individu mengarahkan perilakunya. Hal ini didukung oleh Ayasafira Sukmaningpraja dan Fauzan Heru Santhoso (2018) yang menunjukkan adanya signifikansi antara regulasi emosi dan resiliensi pada siswa sekolah berasrama berbasis semi militer. Hasil tersebut juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Primanita Sukmatun Pahalani (2015) yang menyatakan ada pengaruh Regulasi emosi terhadap resiliensi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Erlina Listyanti Widuri (2012) menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara regulasi emosi dan resiliensi.

Selain regulasi emosi wanita terlantar juga membutuhkan dukungan sosial agar mampu mencapai resiliensi. Dengan dukungan sosial dari teman sebaya individu akan merasa percaya diri, dihargai, diperhatikan dan dicintai. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Syahira Nur Jannah dan Romatun (2018) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif atau signifikan antara dukungan sosial dan resiliensi. Hal ini juga selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Lamda Octa Maulia, Veny Elita dan Rismadefi Woferst (2014) yang menyatakan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan resiliensi.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Daisy Prawitasari Poegoeh (2016) menyatakan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial, regulasi emosi dan resiliensi.

E. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan teori-teori yang telah dikemukakan maka penulis mengemukakan hipotesis sebagai berikut, yaitu:

- a. Ha1: Ada hubungan Regulasi emosi dan Resiliensi wanita terlantar pada era new normal pandemic covid-19 di Panti Sosial Perlindungan Bhakti Kasih.
- b. Ha2: Ada hubungan Dukungan sosial teman sebaya dan Resiliensi wanita terlantar pada era new normal pandemic Covid-19 di Panti Sosial Perlindungan Bhakti Kasih.

- c. Ha3: Ada hubungan Regulasi emosi dan Dukungan sosial teman sebaya dengan Resiliensi wanita terlantar pada era new normal pandemic covid-19 di Panti Sosial Bhakti Kasih

METODE PENELITIAN

Metode statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis *Bivariate Correlation* dan *regresi berganda* yang pengelolahan datanya dengan menggunakan SPSS versi 22.0 for IBM. Adapun analisis data dalam penelitian ini diarahkan untuk menguji hipotesis yang diajukan, yaitu untuk mengetahui hubungan regulasi emosi dan dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi wanita terlantar pada era pandemi covid-19 di Panti Sosial Perlindungan Bhakti Kasih.

PELAKSANAAN PENELITIAN

Pengambilan data penelitian dilakukan pada tanggal 28 Juli 2020 dengan jumlah subyek sebanyak 92 siswa untuk Try Out 30 orang, kemudian 10 agustus 2020 datang kembali untuk penelitian, penelitian mengambil sampel 92 orang.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pembahasan dan Keterbatasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan terhadap 92 responden, diperoleh hasil perhitungan dengan menggunakan metode analisis data bivariate correlation dengan koefisien

korelasi antara variabel regulasi emosi dengan resiliensi $r=0,927$ dan $p=0,000$. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dengan arah positif regulasi emosi dengan resiliensi wanita terlantar pada era new normal pandemik covid-19 di Panti Sosial Perlindungan Bhakti Kasih. Artinya jika regulasi emosi yang dimiliki oleh wanita terlantar tinggi, maka resiliensinya juga akan tinggi, begitupun sebaliknya. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Primanita Sukmatun Pahalani, 2015 dengan hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara regulasi emosi dan resiliensi. Hasil penelitian ini juga senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Ayasafira Sukmaningraja dan Fauzan Heru Santhoso, 2018 dengan hasil penelitian menunjukkan sebagian besar siswa sekolah berasrama berbasis militer memiliki regulasi yang tinggi dan resiliensi yang tinggi, dan terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dan resiliensi.

Pada hasil analisis kedua dengan menggunakan metode analisis bivariate correlations dengan koefisien korelasi variabel dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi $r= 0,226$ dan $p=0,030$. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dengan arah positif Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi wanita terlantar pada era new normal pandemik covid-19 di Panti Sosial Perlindungan Bhakti Kasih. Artinya jika dukungan sosial teman sebaya yang dimiliki oleh wanita terlantar tinggi maka resiliensinya juga akan tinggi begitupun sebaliknya. Hasil

ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syahira Nur Jannah dan Romatun, 2018 dengan hasil penelitian ada hubungan positif antara dukungan sosial dan resiliensi. Hasil penelitian ini juga senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Lamanda Octa Maulia, Veny Elita dan Rismadefi Wofrest yang menyatakan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan resiliensi.

Pada hasil analisis ketiga dengan menggunakan metode analisis data regression dengan metode enter antara variabel regulasi emosi dan dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi diperoleh koefisien korelasi R sebesar 0,939 dan $p = 0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan adanya hubungan antara regulasi emosi dan dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi yang signifikan ke arah yang positif.

Hasil kategorisasi variabel menunjukkan bahwa resiliensi wanita terlantar pada era new normal pandemik covid-19 di Panti Sosial Perlindungan Bhakti Kasih berada pada kategori tinggi, regulasi emosi pada kategorisasi sedang dan dukungan sosial teman sebaya pada kategorisasi sedang.

B. Keterbatasan Hasil Penelitian

Dalam perjalanan pelaksanaan penelitian ini peneliti sebelumnya melakukan observasi terlebih dahulu untuk mengetahui jumlah populasi pada WBS Panti Sosial Perlindungan Bhakti Kasih sebelum pada akhirnya penelitian dimulai. Karena adanya pandemi Covid-19 dan new normal dalam pengambilan data penelitian sedikit terhambat karena peneliti tidak

dapat terlibat secara langsung dalam pengambilan data tryout dikarenakan adanya salah satu yang terindikasi Covid-19 sehingga kuesioner harus dititipkan kepada petugas panti sosial.

Peneliti memberikan instruksi pengisian kuesioner kepada WBS. WBS tampak antusias dan serius mengisi kuesioner yang telah diberikan. Ada beberapa WBS yang bertanya karena tidak mengerti dan tidak bisa membaca dengan baik sehingga suasana menjadi kurang kondusif. Dari semua populasi yang peneliti peroleh masih ada banyak sekali WBS yang tidak bisa membaca, menulis dan tidak mengetahui umurnya, sehingga membuat waktu untuk mengisi kuesioner menjadi semakin lama.

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Mengacu pada hipotesis penelitian dan hasil analisis data penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan :

1. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara regulasi emosi dengan resiliensi pada wanita terlantar pada era new normal pandemik covid-19 di Panti Sosial Perlindungan Bhakti Kasih. Hal ini mengartikan bahwa tingkat resiliensi WBS dapat ditingkatkan apabila WBS dapat mengontrol emosi saat berada dalam tekanan selama berada di panti sosial.

2. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi wanita terlantar pada era new normal pandemik covid-19 di Panti Sosial Bhakti Kasih. Hal ini mengartikan bahwa tingkat resiliensi WBS dapat ditingkatkan apabila mendapatkan perhatian dan dukungan dari teman selama berada di panti.
3. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara regulasi emosi dan dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi wanita terlantar pada era new normal pandemik covid-19 di Panti Sosial Perlindungan Bhakti Kasih.

B. Implikasi

Hasil penelitian ini merupakan bukti ilmiah terdapat hubungan antara regulasi emosi dan dukungan sosial teman sebaya dengan wanita terlantar pada era new normal pandemik covid-19 di panti sosial bhakti kasih. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi bagi para peneliti dalam proses penelitian selanjutnya dan bagi pengemban ilmu terutama psikologi, terkait dengan regulasi emosi, dukungan sosial teman sebaya dan resiliensi. Selain itu, hasil penelitian ini sekaligus memberikan informasi kepada otoritas terkait tentang tingkat resiliensi yang dimiliki oleh para wanita terlantar di Panti Sosial Perlindungan Bhakti Kasih serta faktor mempengaruhinya.

C. Saran

Berdasarkan hasil analisis data yang telah diperoleh, ada beberapa saran yang mungkin dapat dipertimbangkan, antara lain:

1. Saran Teoritis

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema serupa atau ingin melakukan lebih lanjut mengenai resiliensi, disarankan untuk mencoba dari variabel lain yang ikut berpengaruh terhadap resiliensi dan memperluas subjek penelitiannya.

2. Saran Praktis

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dan setelah melihat hasil penelitian ini, maka peneliti memberi saran sebagai berikut :

- a. Tingkatkan resiliensi nya dengan cara berpikir positif saat masa sulit. Lakukan kegiatan yang positif agar mendapatkan hasil yang positif.
- b. Tingkatkan regulasi emosinya dengan cara meditasi dan lebih terbuka kepada orang lain.
- c. tingkatkan dukungan sosial terutama terhadap teman dengan cara menjalin hubungan yang baik dan saling membantu dalam menghadapi masalah, sehingga anda tidak merasa sendirian saat menghadapi masalah.