

PROFIL TINGKAT RESILIENSI REMAJA DI MASA PANDEMIC COVID-19

MUWAKHIDAH¹, AYONG LIANAWATI²

Universitas PGRI Adi Buana Surabaya^{1,2}

muwakhidah@unipasby.ac.id, ayong@unipasby.ac.id

ABSTRACT

This study aims to determine the resilience level of high school youth in East Java during the COVID-19 pandemic. The research method used is descriptive quantitative. The subjects in this study were high school students throughout East Java, totaling 540 students, the selection of subjects was done randomly. The instrument in this study was the failure of the resilience questionnaire during the pandemic which was developed by the researcher himself. The resilience questionnaire has been tested for validity and reliability with the results of the validity and reliability values being 0.88. The data analysis technique used in this research is descriptive statistical technique. Based on the results of data analysis, it was found that as many as 7 adolescents (1.3%) were in the low category, as many as 349 adolescents (65.4%) were in the medium category, and 184 adolescents (34%) were in the high category. Based on the results of the study, it can be said that most of the high school youth resilience levels are in the medium category. The results of the study provide an overview of the need for further handling related to the development and handling of adolescent resilience.

Keywords: profile, resilience, adolescent, covid-19

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat resiliensi remaja SMA di Jawa Timur dimasa pandemic COVID-19. Metode penelitian yang dipergunakan yakni kuantitatif deskriptif. Subjek dalam penelitian ini yakni siswa SMA se-Jawa Timur yang berjumlah 540 siswa, pemilihan subjek dilakukan secara random. Instrumen dalam penelitian ini mempergunakan angket resiliensi dimasa pandemic yang dikembangkan sendiri oleh peneliti. Angket resiliensi telah diuji validitas dan reliabilitas dengan hasil nilai validitas dan reliabilitas sebesar 0,88. Adapun Teknik analisis data yang dipergunakan dalam penelitian ini yakni teknik statistik deskriptif. Berdasarkan hasil analisis data didapatkan hasil bahwa sebanyak 7 remaja (1,3%) berada pada kategori rendah, sebanyak 349 remaja (65,4%) berada pada kategori sedang, dan seanyak 184 remaja (34%) berada pada kategori tinggi. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan sebgain besar tingkat resiliensi remaja SMA berada pada kategori sedang. Hasil penelitian memberikan gambaran perlunya penanganan lebih lanjut terkait pengembangan dan penanganan terkait resiliensi remaja.

Kata Kunci: profil, resiliensi, remaja, covid-19

PENDAHULUAN

Kondisi pada akhir tahun 2019 di Wuhan China mulai di serang dengan covid-19. Pada awal januari 2020, covid-19 mulai menyerang negara-negara lain termasuk Indonesia. Pandemi covid-19 seolah satu fenomena yang sangat luar biasa, covid-19 bisa di katakan virus

membahayakan karena sangat mudah sekali menular dan bisa dapat mengakibatkan kematian. Pandemi covid-19 pada awal bulan Februari 2020 mulai masuk ke Indonesia, jumlah kasus yang terjadi di Indonesia semakin hari semakin melonjak dan bahkan para medis kesehatan banyak yang menjadi korban hingga meninggal dunia. Kasus pasien positif covid-19 di dunia sebanyak 3.396.168 (3,4 juta) kasus. Dari jumlah tersebut, 239.376 orang meninggal dunia dan 1.079.572 (108 juta) pasien yang sudah dinyatakan sembuh (Mukaromah. 2020).

Menurut Idhom (2020) pada awal bulan Mei angka kasus covid-19 mencapai level tertinggi sejak pasien pertama diumumkan. Jumlah total pasien positif covid-19 sudah menembus angka 12 ribu orang. Begitu pula dengan kota Surabaya. Surabaya juga termasuk kota zona merah, kota Surabaya juga menjadi angka tertinggi di Jawa Timur yang positif covid-19. Keadaan ini yang membuat pemerintah daerah mengeluarkan peraturan untuk *keep physical distance*.

Dampak dari adanya covid-19 menyebabkan perekonomian di Indonesia menjadi turun secara drastis, bukan hanya perekonomian saja yang bermasalah tetapi di dalam dunia pendidikan ikut terdampak juga sehingga proses belajar mengajar dilakukan secara daring di rumah masing-masing. Fenomena yang terjadi di lapangan siswa merasa bosan dengan proses belajar di rumah atau *work from home* di karenakan banyak hambatan yang mempengaruhi saat belajar di rumah salah satunya siswa yang kurang paham menggunakan atau mengakses media elektronik, sinyal yang tidak mendukung ketika melakukan pembelajaran daring. Purwanto (2020) dalam penelitiannya menyatakan metode pembelajaran jarak jauh membuat para murid, orang tua dan guru perlu waktu untuk beradaptasi dan mereka menghadapi perubahan baru yang secara tidak langsung akan mempengaruhi hasil belajar siswa (Purwanto et al., 2020).

Adanya covid-19 membuat proses belajar mengajar berubah dari yang tatap muka menjadi belajar dengan cara jarak jauh, meskipun dalam keadaan seperti ini guru tetap harus melaksanakan kewajiban sebagai pengajar, dimana seorang guru harus memastikan siswa masih dapat memperoleh informasi atau ilmu pengetahuan yang di berikan kepada siswa (Aulia, 2020). Teknologi internet ataupun media sosial sebagai salah satu sarana pembelajaran yang di gunakan siswa, orang tua siswa maupun guru selama proses belajar mengajar di rumah.

Pembelajaran yang selama ini dominan berkumpul di dalam satu ruang kelas, berubah menjadi pembelajaran yang bisa dilakukan di rumah masing-

masing (Santos dan Santosa, 2020). Santos dan Santosa (2020) menjelaskan beberapa dampak yang terjadi dengan dilakukannya pembelajaran Daring/Online diantaranya adalah adanya kendala dalam beradaptasi dengan belajar daring, dan terjadinya kejenuhan yang terlalu lama karena berada di rumah. Dalam hal ini mahasiswa dituntut untuk

mampu beradaptasi dengan keadaan yang baru (new normal) baik dalam hal belajar maupun dalam hal beradaptasi di lingkungan dengan kondisi new normal. Keadaan tersebut sebaiknya dihilangkan, diminimalkan dan dicegah agar tidak terjadi pada mahasiswa, terutama dalam hal belajar. Hal ini bisa disebut dengan istilah resiliensi akademik. Resiliensi itu sendiri diartikan sebagai kemampuan seseorang/ sekelompok orang yang memungkinkan untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan bahkan menghilangkan dampak yang merugikan bagi dirinya menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi (Richardson dalam Desminta, 2009). Resiliensi akademik adalah kemampuan mahasiswa untuk bertahan pada kondisi yang sulit, bangkit kembali dari keterpurukan, mengatasi kesulitan, dan beradaptasi secara positif terhadap tekanan dan tuntutan akademik (Sari, dkk, 2016).

Martin dan Marsh (dalam Sari, dkk, 2016), menjelaskan bahwa mahasiswa yang resilien secara akademik adalah mahasiswa yang mampu secara efektif menghadapi empat keadaan, yaitu kejatuhan (*setback*), tantangan (*challenge*), kesulitan (*adversity*), dan tekanan (*pressure*) dalam konteks akademik. Mahasiswa yang memiliki resiliensi yang tinggi akan cenderung menunjukkan sikap yang positif dalam menghadapi rintangan (Fitri dan Kushendar, 2019). Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arc, dkk (dalam Fitri dan Kushendar, 2019) bahwa individu dengan resiliensi akan cenderung menunjukkan sikap positif dalam menghadapi berbagai peristiwa. Artinya bahwa yang diharapkan dari keadaan new normal di masa pandemi covid-19 adalah mahasiswa mampu beradaptasi dengan keadaan yang ada kemudian mampu keluar dari keadaan yang tidak diinginkan terutama dalam hal belajar dan mampu menghadapi masalah dalam belajar serta menjadi problem solver terhadap keadaan belajar dan pembelajaran di masa pandemic covid-19.

Resilien merupakan proses untuk mengatasi pengaruh-pengaruh negatif dari paparan resiko-resiko kehidupan, keberhasilan menghadapi pengalaman-pengalaman traumatik dan kemampuan menghindari lintasan-lintasan negatif yang berhubungan dengan resiko-resiko kehidupan Fergus & Zimmerman, (dalam Muwakhidah, 2021). Resilien memerlukan kehadiran baik faktor-faktor resiko maupun faktor-faktor promotif yang dapat membantu memberikan hasil positif atau mengurangi dan menghindari hasil-hasil yang negatif. Teori resilien meskipun menekankan pada pengungkapan faktor-faktor resiko pada remaja, namun berfokus pada kekuatan-kekuatan daripada terhadap kelemahan-kelemahan. Teori resilien memfokuskan pada pemahaman terhadap perkembangan yang sehat sekalipun berhadapan dengan banyak resiko kehidupan Fergus & Zimmerman (dalam Muwakhidah, 2021).

Resiliensi adalah seberapa tinggi daya tahan individu dalam menghadapi stres dan kesengsaraan dan tidak keberuntungan Hadianti, et al

(dalam Muwakidah, 2021). Sedangkan menurut Siebert (Siebert, 2005) resiliensi diartikan sebagai kekuatan dalam menanggulangi perubahan hidup yang baik pada tingkatan yang tinggi, merawat kesehatan dalam situasi yang penuh tekanan, mampu keluar dari rasa terpuruk, melampaui kemalangan, serta mengganti pola hidup yang baru. Resiliensi merupakan salah satu kemampuan individu untuk bangkit dan mengatasi keadaan yang sulit dalam hidupnya, serta kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan kondisi yang ada serta tetap berusaha bangkit dari ketepurukan agar dapat menjadi lebih baik lagi.

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan pentingnya resiliensi antara lain penelitian Steinhard & Dolbier (Steinhardt & Dolbier, 2008) mengungkapkan bahwa anak yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi, mampu beradaptasi dari pemikiran negatif mampu mengubah kondisi menjadi yang positif sehingga anak tersebut bisa mempunyai motivasi berprestasi yang tinggi dan bisa menyelesaikan masalah yang terjadi pada dirinya. Selain itu resiliensi juga berpengaruh terhadap karir individu. Terbukti dari peneliti yang dilakuka oleh Hasanah & Rusmawati (Hasanah & Rusmawati, 2020) resiliensi memberikan hubungan positif terhadap kematangan karir individu, semakin tinggi tingkat resiliensi individu maka berbanding lurus dengan tingkat kematangan karir individu, begitu pula sebaliknya. Adanya hubungan dari kematangan karir dengan resiliensi pada individu juga diungkapkan oleh Steinhard dan Dolbier (2008) mengatakan bahwa individu yang mempunyai resiliensi yang tinggi mampu beradaptasi dari perasaan negatif dan mampu merubah kondisi tertekan menjadi kondisi yang positif sehingga individu mampu memutuskan pilihan karirnya secara matang dan bisa menyelesaikan masalah yang terjadi pada dirinya. Selain itu peer-counseling memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan resiliensi remaja pesantren (Muwakhidah, 2021).

Pentingnya resiliensi bagi siswa adalah agar siswa memiliki daya tahan serta mampu dalam menghadapi setiap dalam hidupnya dan pendidikan. Menurut Sharkey, dkk (dalam Muwakhidah, 2021) bagi siswa yang sering mengalami kesulitan-kesulitan, ketahanan dalam menghadapi suatu masalah merupakan peranan yang sangat besar bagi mereka. Kemudian menurut Kupiera, 2012 (dalam Muwakhidah, 2021) resiliensi sebagian dari psikologis positif yang mengarahkan individu dalam memaknai kembali kualitas hidup serta lebih mengarahkan pada gaya hidup yang positif guna untuk menjadikan individu lebih resilien dalam menghadapi stress yang dialami.

Dari hasil paparan penelitian di atas, menjadi hal yang penting dan menarik untuk melihat bagaimana gambaran atau profil resiliensi remaja padamas pandemicovid-19.

METODE

Penelitian ini mempergunakan jenis pendekatan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode deskriptif. Menurut Lehmann (dalam Yusuf, 2014:62) penelitian deskriptif kuantitatif adalah salah satu jenis penelitian yang bertujuan mendeskripsikan secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta dan sifat tertentu, atau mencoba menggambarkan fenomena secara detail. Peneliti ingin mendapatkan gambaran keadaan resiliensi remaja selama masa pandemi covid-19. Adapun populasi pada penelitian ini adalah remaja sebanyak 540 orang yang aktif melaksanakan pembelajaran daring di rumah selama masa pandemic covid-19 dan dipilih secara random atau acak.

Sedangkan instrument penelitian mempergunakan Skala resiliensi dikembangkan sendiri oleh peneliti berdasarkan teori resiliensi Reivich dan Shatte (Reivich & Shatte, 2020) dengan enam aspek resiliensi didalamnya. Adapun aspek yang menjadi penilaian skala resiliensi, yaitu regulasi emosi, implus control, optimisme, kemampuan mengatasi masalah, empati, dan efikasi diri. Keenam aspek tersebut dikonstruksikan berdasarkan instrumen skala sikap dari Likert, dengan nilai validitas instrument sebesar 0,88. Pilihan jawaban untuk skala resiliensi terdiri dari sangat sesuai, sesuai, kurang sesuai dan tidak sesuai.

Analisis data dalam penelitian ini mempergunakan teknik statistik, persentase dan deskripsi. Dalam penelitian ini, setelah data diuji secara kuantitatif, akan dilanjutkan dengan pemaknaan fenomenologis. Penelitian model ini, menurut Muhadjir (2007), disebut model Leveling, yaitu model penelitiannya kuantitatif objektif, seluruh tahap penelitian menggunakan model terstandar kuantitatif statistik. Logika interpretif digunakan pada pembahasan latar belakang dan pada pemaknaan sesudah kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 menunjukkan rata-rata usia responden 16,67 tahun. Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan.

Tabel 1. Usia responden (N=540)

Mean	SD	Min	Max
16,67	0,619	13	21

Tabel 2. Jenis kelamin responden (N=540)

Karakteristik	f	Prosentase
Perempuan	352	65,19%
Laki-laki	188	34,81%

Sedangkan tingkat dan prosentase resiliensi remaja dimasa pandemic covid-19 ditunjukkan pada table 3 berikut

Tabel 3 Tingkat resiliensi remaja di masa pandemic covid-19 (N=540)

Tingkat resiliensi	f	Prosentase
Tinggi	184	34%
Sedang	349	65,6%
Rendah	7	1,3%

Berdasarkan paparan data di atas, hasil penelitian menunjukkan responden mayoritas berusia 16 tahun dan maksimal berusia 21 tahun. Sedangkan jenis kelamin responden mayoritas perempuan dengan prosentase 65,19%. Sedangkan hasil tingkat resiliensi remaja menunjukkan resiliensi remaja pada kategori tinggi sebesar 34% atau 184 remaja, sedangkan resiliensi remaja pada kategori sedang sebesar 65,6% atau 349 remaja, dan resiliensi remaja pada kategori rendah sebesar 1,3% atau 7 remaja.

Berbagai kesulitan akademik yang dirasakan remaja dalam menjalani proses belajar mengajar secara daring di masa covid-19. Remaja yang memiliki resiliensi yang baik mampu menghadapi kesulitan yang dihadapinya dan cenderung tidak putus asa. Remaja dengan resiliensi akademik yang tinggi/baik mampu bertahap dalam tekanan dan mampu mencari jalan keluar terhadap permasalahan akademik yang muncul ditengah pandemi covid-19. Keadaan covid-19 yang semakin mengkhawatirkan membuat remaja dituntut untuk bisa belajar secara daring/virtual di rumah tapi tetap tidak menghilangkan kaidah-kaidah dan esensi pembelajaran yang baik walaupun secara daring dilakukan. Seorang remaja memperoleh kesempatan belajar dari situasi yang sulit, menantang dan memacu segenap potensinya.

Sebaliknya, remaja yang resiliensinya rendah merasa cemas, takut dan menghindari dari kesulitan, karena hal itu akan mengancam eksistensi dirinya Hamachek (dalam Muwakhidah, 2021). Kemampuan individu dalam menentukan keberhasilannya salah satunya adalah dengan tingkat resiliensi yang dimiliki oleh individu tersebut (Fitri dan Kushendar, 2019). Individu yang memiliki resiliensi mampu secara tepat dan cepat kembali kepada kondisi sebelumnya dan terlihat kebal dari peristiwa kehidupan yang negative, Reivich dan Shatte (dalam Muwakhidah, 2021).

Mereka yang mampu menunjukkan pengelolaan positif terhadap berbagai kondisi yang mendatangkan tekanan dan kemudian berhasil menyelesaikan studi secara baik adalah remaja yang diketahui memiliki resiliensi dalam proses belajar, atau yang disebut sebagai resiliensi akademik (Fuerth dalam Hendriani, 2017). Resiliensi akademik merupakan resiliensi dalam proses belajar, yakni sebuah proses dinamis yang mencerminkan kekuatan dan ketangguhan seseorang untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif, saat menghadapi situasi sulit yang menekan atau mengandung hambatan signifikan dalam aktivitas belajar yang dilakukan (Hendriani, 2017). Resiliensi terjadi ketika remaja menggunakan kekuatan internal maupun eksternalnya

untuk mengatasi berbagai pengalaman negatif, menekankan menghambat selama proses belajar, sehingga mereka mampu beradaptasi dan melaksanakan setiap tuntutan akademik dengan baik (Boatmandalam Hendriani, 2017). Dalam berapakah kasus, resiliensi mengarah pada perilaku kesehatan setelah mengalami malangan atau ancaman. Remaja diharapkan memiliki ketahanan dalam menghadapi tantangan. Keberadaan resiliensi akan mengubah permasalahan menjadi sebuah tantangan, kegagalan menjadi kesuksesan, ketidakberdayaan menjadi kekuatan. Remaja yang memiliki masalah itu, ada yang tahan terhadap problem akademik namun juga ada yang tidak kuat dalam menyelesaikannya (Muwakhidah, 2021)

DAFTAR RUJUKAN

- Aulia, S. (2020). *Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi*. <https://yoursay.suara.com/news/2020/07/20/175556/pembelajaran-daring-pada-masa-pandemi>.
- Desmita, 2008. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Fitri dan Kushendar. 2019. *Konseling Kelompok Cognitive Restructuring untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Mahasiswa*. *Jurnal Bulletin of Counseling and Psychotherapy*. (01)2:67
- Idhom, M. A. (2020, May). *Update Corona 5 Mei 2020 di Indonesia dan Dunia: Data Kasus Terbaru*. <https://tirto.id/update-corona-5-mei-2020-di-indonesia-dan-dunia-data-kasus-terbaru-fkCo>
- Muhadjir, Noeng. (2007). *Metodologi keilmuan, paradigma kualitatif, kuantitatif dan mixed*. Edisi V. Yogyakarta: Rake Sarasin
- Muwakhidah, muwakhidah. (2021). *The Effectiveness of Peer Counseling Increase Adolescent Resilience in The Pondok Pesantren Bahrul Ulum Jombang*. *Nusantara of Research: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 8(1), 52-64
- Muwakhidah, muwakhidah. *Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Solution-Focused Brief Counseling (Sfbc) Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa Smp Islam Al Amal Surabaya*. *Helper Vol. 38 No. 1 (2021)*
- Mukaromah, F. (2020, May). *Update Virus Corona Dunia 2 Mei: 3,4 Juta Orang Terinfeksi, 1,08 Juta Orang Sembuh*. <https://www.kompas.com/tren/read/2020/05/02/071440965/update-virus-corona-dunia-2-mei-34-juta-orang-terinfeksi-108-juta-orang?page=all>.



- Purwanto, A., Pramono, R., Asbari, M., Santoso, P. B., Wijayanti, L. M., Choi, C. H., & Putri, R. S. (2020). Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2(1), 1–12
- Reivich, K. dan Shatte, A. (2020). *The Resiliency Factor : 7 Keys to Finding Your Inner Strength and Overcoming Life's Hurdles*. In *Three Rivers Press* (Vol. 57). Three Rivers Press
- Santoso, Santosa A. 2020. Covid-19 dalam Ragam Tinjauan Perspektif. MbridgePress:Jakarta
- Sari,dkk.2016.HubunganAntaraDukungansosialTemanSebayadenganResilien
nsi AkademikPadaMahasiswaTingkatAkhirJurusanX
FakultasTeknikUndip.JurnalEmpati.(02)2:177-182
- Siebert, A. (2005). *The Resiliency Advantage: Master Change, Thrive Under Pressure, and Bounce Back from Setbacks*. BerretKoehlerPublisher, Inc.
- Steinhardt, M., & Dolbier, C. (2008). Evaluation of a Resilience Intervention to Enhance Coping Strategies and Protective Factors and Decrease Symptomatology. *Journal of American College Health*, 56(4), 445–533