

Gambaran Resiliensi pada Remaja Perempuan yang Kehilangan Figur Ibu

Shafira Octavinanty⁽¹⁾, Ellyana Ilsan Eka Putri⁽²⁾

¹ Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

² Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Email: 1shafira.21104@mhs.unesa.ac.id, 2ellyanaputri@unesa.ac.id

Abstract

The purpose of this research are to describe the resilience of adolescent girls who have lost their mother figure and to identify protective factors of this resilience. This research is a qualitative research with a phenomenological approach to reveal the subjective experiences of the participants. Data were collected through in-depth semi-structured interviews. Participants in this research were selected using a purposive sampling technique, resulting in three participants who were 21 year old adolescent girl who have lost their mother figure due to death. Data analysis using Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) and validity test using member checking. The result of this research show that the resilience of three participant can be explain through seven factor of resilience, namely emotional regulation, impulse control, optimism, causal analysis, empathy, self-efficacy, and reaching out. In addition, the protective factors of resilience, namely individual characteristics, family relationship, and social environment.

Keyword: *lost, mother figure, protective factor, resilience*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran resiliensi pada remaja perempuan yang kehilangan figur ibu serta mengidentifikasi faktor protektif dari resiliensi tersebut. Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi untuk mengungkapkan pengalaman subjektif dari partisipan. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur yang mendalam. Teknik pemilihan partisipan menggunakan *purposive sampling* sehingga didapatkan tiga partisipan yang merupakan remaja perempuan berusia 21 tahun yang telah kehilangan figur ibu karena kematian. Analisis data menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis (IPA)* dan uji keabsahan data menggunakan *member checking*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa gambaran resiliensi ketiga partisipan dapat dijelaskan melalui tujuh aspek resiliensi, yakni *emotional regulation, impulse control, optimism, causal analysis, empathy, self-efficacy*, dan *reaching out*. Selain itu, faktor protektif resiliensi dari ketiga partisipan, yakni karakteristik individu, hubungan keluarga, dan lingkungan sosial.

Kata Kunci: faktor protektif, figur ibu, kehilangan, resiliensi

Received: 19 Februari 2025	Accepted: 01 April 2025	Published: 15 Juli 2025
----------------------------	-------------------------	-------------------------

Pendahuluan

Figur Ibu memainkan peran penting dalam sebuah keluarga, seperti menjaga keseimbangan emosional, mengerjakan pekerjaan rumah tangga, dan sumber kehangatan bagi keluarga. Selain sebagai pengasuh dan pendidik, figur ibu juga berperan penting dalam perkembangan peran gender remaja. Menurut Tuliah (dalam Sary et al., 2023), perkembangan peran gender terjadi karena adanya identifikasi pada orang tua yang berjenis kelamin sama. Pada remaja perempuan, identifikasi ini terjadi terhadap ibu mereka karena memiliki kesamaan identitas. Sarwono (dalam Kusaini et al., 2024) berpendapat bahwa ibu berperan penting dalam membantu remaja memahami proses-proses seksual yang terjadi pada tubuh mereka.

Namun, tidak semua remaja perempuan memiliki kesempatan untuk merasakan figur ibu dalam hidupnya. Berbagai kondisi seperti perceraian orang tua, kematian ibu, hingga penelantaran menyebabkan seorang remaja kehilangan figur ibu dalam hidupnya. UNICEF (2021) menyatakan bahwa sebanyak 37% anak di Indonesia kehilangan ibu mereka akibat COVID-19. Kehilangan ini tidak hanya berarti kehilangan salah satu orang tua, namun juga hilangnya figure utama dalam pengasuhan dan pembentukan identitas remaja.

Kehilangan salah satu orang tua karena kematian dapat menimbulkan duka mendalam bagi remaja dan dampak psikologis, seperti penolakan, kesulitan menerima kenyataan, putus asa, perasaan bersalah, kemarahan, dan perasaan kehilangan. Remaja akan merasa kesulitan untuk beradaptasi dengan lingkungan, mengalami tekanan emosional dari kehilangan, merasa sendirian tanpa adanya orang yang dicintai, dan permasalahan lainnya (Niswara & Pudjiastuti, 2018 dalam Fachrial & Herdiningtyas, 2023). Hal tersebut didukung dengan hasil wawancara dengan ketiga partisipan dalam penelitian ini, di mana ketiga partisipan mengungkapkan adanya perasaan kehilangan arah, penyesalan, dan hambatan dalam berinteraksi dengan orang di sekitar mereka. Pengalaman tersebut menunjukkan bahwa diperlukan suatu kemampuan untuk beradaptasi dan bangkit agar remaja perempuan tetap dapat menjalani tugas perkembangannya. Salah satu kemampuan yang dianggap tepat ketika dihadapkan dengan kejadian atau situasi yang berat adalah resiliensi (Olson & Defrain, 2003 dalam Hendriani, 2022).

Reivich dan Shatte (2002) berpendapat bahwa resiliensi adalah kemampuan individu untuk beradaptasi dan mengatasi ketika dihadapkan dengan suatu situasi atau kejadian berat dalam hidup. Individu yang memiliki kemampuan resiliensi ditandai dengan berbagai karakteristik, seperti mampu menghadapi suatu rintangan, tangguh dalam menghadapi stress, ataupun bangkit dari kejadian terpuruk yang telah dialami (Luthar, 2003 dalam Hendriani, 2022). Dalam penelitian ini, ketiga partisipan menunjukkan kemampuan dalam tujuh aspek resiliensi menurut Reivich dan Shatte (2002), yakni *emotional regulation*, *impulse control*, *optimism*, *causal analysis*, *empathy*, *self-efficacy*, dan *reaching out*. Resiliensi dari ketiga partisipan juga dipengaruhi oleh tiga faktor, yakni karakteristik individu, hubungan keluarga, dan lingkungan sosial, dimana hal tersebut sesuai dengan 3 faktor protektif resiliensi menurut Munawaroh dan Mashudi (2018).

Meskipun resiliensi diketahui dapat membantu individu dalam menghadapi kejadian berat, penelitian terkait gambaran resiliensi pada remaja perempuan yang kehilangan figur ibu masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana gambaran resiliensi pada remaja perempuan yang kehilangan peran ibu dan mengidentifikasi faktor protektif yang mempengaruhi resiliensinya tersebut. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam dan memberikan perspektif baru terkait gambaran resiliensi pada remaja perempuan yang kehilangan figur ibu (Sholikah & Pradana, 2023).

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, yakni ilmu yang mendeskripsikan apa yang individu terima, rasakan, dan ketahui dalam kesadaran langsungnya dan pengalamannya (Hegel dalam Hadi et al., 2021). Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara semi-terstruktur yang mendalam sehingga peneliti dapat memberikan pertanyaan diluar pedoman wawancara untuk mendapatkan informasi yang lebih mendalam. Pedoman wawancara didasarkan dari tujuh aspek resiliensi menurut Reivich & Shatte (2002), serta faktor protektif resiliensi menurut Munawaroh & Mashudi (2018). Penelitian ini menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) sebagai teknik analisis data. IPA dirancang untuk memahami dan menganalisis pengalaman partisipan secara mendetail (Kahija, 2017). Data yang telah dianalisis kemudian diuji keabsahannya menggunakan *member checking* untuk mengetahui apakah data yang diperoleh sudah sesuai dengan apa yang dimaksud oleh partisipan (Sugiyono, 2013). Tiga partisipan dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria partisipan yakni remaja perempuan berusia 18-21 tahun yang berdomisili di Surabaya dan telah kehilangan figur ibu karena kematian

Hasil dan Pembahasan

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa gambaran dan faktor protektif resiliensi dari ketiga partisipan dapat dijabarkan berdasarkan tujuh aspek resiliensi menurut Reivich dan Shatte (2002), serta faktor protektif resiliensi menurut Munawaroh dan Mashudi (2018).

a. Gambaran Resiliensi

1. *Emotional Regulation*

Emotional Regulation adalah kemampuan individu dalam mengelola emosi agar tetap tenang ketika berada di kondisi yang menekan (Reivich & Shatte, 2002). Berikut merupakan hasil wawancara dengan ketiga partisipan terkait *emotional regulation*:

Partisipan 1 (ACAD) mengatakan bahwa, “aku bakal benci untuk meluapkan emosi karena kalau ga ga aku keluarin kayak nangis kayak aku pasti bakal kayak apa ya mendem banget dan itu bikin aku kesulitan banget, jadi aku pertama tu pasti bakal anger banget gitu kayak ngapain sih sampe nangis-nangis gitu lah habis tuh aku bakal mikir kayak, gapapa lah aku dapat masalah ini aku jadiin sebagai apa ya ee pelajaran aja misal besok-besok ada ini aku ga bakal ngelakuin kayak gini lagi gitu” (ACAD.10.1.25).

Partisipan 2 (FSP) mengatakan bahwa, “diem bentar terus iya itu tadi nyari distraksi ke orang-orang habis itu kalau udah tenang baru aku mikirin kayak solusinya” (FSP.10.1.25).

Partisipan 3 (QY) mengatakan bahwa, “kalau lagi ada masalah kan bener-bener kacau gituloh terus aku itu gampang panik sebenere.

jadi aku harus apasih kayak yawes diem dulu soalnya kalau kayak gitu aku gabisa mikir” (QY.10.1.25).

Dari hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa ketiga partisipan memilih untuk menenangkan diri terlebih dahulu ketika dihadapkan dengan suatu masalah. Dua dari tiga partisipan menenangkan diri mereka dengan diam dan mendistraksi pikirannya, sedangkan satu partisipan memilih untuk meluapkan emosi terlebih dahulu untuk menenangkan dirinya.

Hasil wawancara tersebut diperkuat dengan hasil penelitian Harjuna dan Rinaldi (2022) yang menunjukkan hasil bahwa regulasi emosi berkontribusi positif terhadap resiliensi remaja pasca kematian orang tua. Semakin baik kemampuan regulasi emosi individu maka semakin tinggi juga kemampuan resiliensinya.

2. *Impulse Control*

Impulse control adalah kemampuan individu dalam mengendalikan keinginan, kesukaan, dorongan, dan tekanan yang muncul dari dalam diri individu. *Impulse control* tidak hanya merujuk pada kemampuan menahan dorongan, namun juga bagaimana mengelola emosi dan pola pikir melalui pendekatan seperti *ABC (Adversity, Belief, Consequence)*. Ketika individu mampu mengenali dan membantah keyakinan yang salah, mereka akan lebih dapat mengendalikan dorongan dari dalam diri yang juga berpengaruh terhadap regulasi emosi dan perilaku resiliensi (Reivich & Shatte, 2002). Berikut merupakan hasil wawancara dari ketiga partisipan terkait *impulse control*:

Partisipan 1 (ACAD) mengatakan bahwa, *“aku langsung frontal sih kek bisa ngga sih kita ga bahas ini gitu nah gitu” (ACAD.10.1.25).*

Partisipan 2 (FSP) mengatakan bahwa, *“biasanya kepikiran kalau lagi sendiri tu di tempat rame nah biar ga keterusan biasanya cepet-cepet stop mikirin hal itu dengan cara pergi kek pindah tempat terus nyari temen buat diajak ngobrol soal hal lain” (FSP.10.1.25).*

Partisipan 3 (QY) mengatakan bahwa, *“sekecil kayak misalnya ngelab ya kalau ada masalah di penelitian ku itu aku bener-bener wes detik itu juga gabisa mikir jadi aku wes tak tinggal pulang terus baru besok aku bisa ngelanjutin soalnya kalau ga gitu aku gabisa mikir dan tambah kacau semuanya sih” (QY.10.1.25).*

Dari hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa ketiga partisipan mampu untuk mengendalikan diri mereka ketika dihadapkan dengan suatu masalah atau suatu hal yang membuat tidak nyaman. Satu partisipan memilih untuk langsung mengungkapkan perasaannya secara verbal sedangkan dua partisipan lainnya memilih untuk menenangkan diri dan mendistraksi pikiran agar bisa menghadapi suatu masalah dengan lebih tenang. Temuan tersebut diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Wiratmaja dkk. (2023) yang

menunjukkan hasil bahwa *impulse control* adalah salah satu aspek yang berperan penting dalam pembentukan resiliensi yang positif pada remaja akhir.

3. *Optimism*

Optimism adalah keyakinan individu bahwa masa depan akan lebih baik dan mampu untuk mewujudkannya (Reivich & Shatte, 2002). Menurut mereka, *optimism* adalah kemampuan untuk mempertahankan harapan realistis di masa depan dengan tetap meyakini tantangan yang akan datang. *Optimism* yang realistis membantu individu untuk melihat suatu kesulitan sebagai sebuah tantangan yang dapat diatasi dan mendorong individu untuk memperbaiki situasi. Berikut hasil wawancara dengan ketiga partisipan terkait *optimism*:

Partisipan 1 (ACAD) mengatakan bahwa, "*punya pandangan kedepannya semisal aku punya anak harus gini.. kalau aku ada gini harus gini gitu jadi lebih ke pelajaran aja sih*" (ACAD.10.1.25).

Partisipan 2 (FSP) mengatakan bahwa, "*aku pengen buat mamaku bangga gituloh kak karena meskipun mamaku meninggal tuh beliau tu masih apa ya kek masih banyak peninggalan yang bisa bikin aku survive sampai sekarang*" (FSP.10.1.25).

Partisipan 3 (QY) mengatakan bahwa, "*meskipun.. pastikan ga langsung tiba-tiba aku bakal jadi ee ngasilin duit banyak gituloh tapi kan seengak e kalau udah kerja kan wes bisa lah terus nyenengi ponakan-ponakan ku gitu*" (QY.10.1.25).

Dari hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa ketiga partisipan memandang bahwa masa depan akan lebih baik. Ketiga partisipan menunjukkan kemampuan *optimism* yang berbeda. Partisipan 1 (ACAD) menunjukkan *optimism* dengan merefleksikan pengalaman di masa lalu sebagai bekal untuk masa depan, partisipan 2 (FSP) menunjukkan *optimism* melalui aksi nyata, dan partisipan 3 (QY) menunjukkan *optimism* melalui pandangan realistis terhadap masa depan. Hasil wawancara ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Wiratmaja dkk. (2023) yang menunjukkan hasil bahwa *optimism* adalah salah satu aspek yang berperan penting dalam pembentukan resiliensi yang positif pada remaja akhir.

4. *Causal Analysis*

Causal analysis adalah kemampuan individu untuk mengidentifikasi penyebab dari suatu permasalahan yang dihadapi secara akurat. Ketika individu tidak mampu untuk mengidentifikasi penyebab dari suatu masalah, maka kesalahan yang sama akan terulang kembali. Individu yang resilien akan fokus mengidentifikasi penyebab masalah secara realistis dan menyelesaikan masalah dengan hal yang bisa mereka kontrol (Reivich & Shatte, 2002). Berikut hasil wawancara dengan ketiga partisipan terkait *causal analysis*:

Partisipan 1 (ACAD) mengatakan bahwa, *“nah semenjak ditinggal itu kan karena ada beberapa deeptalk yang tadi long text itu buat aku jadi lebih paham oh iya ga semua itu bisa kita ngerti dari orang sebelum kita tau dari sudut pandang dia tu gimana”* (ACAD.10.1.25).

Partisipan 2 (FSP) mengatakan bahwa, *“Hmm biasanya.. kan biasanya kepikiran kalau lagi sendiri tu di tempat rame nah biar ga keterusan biasanya cepet-cepet stop mikirin hal itu dengan cara pergi kek pindah tempat terus nyari temen buat diajak ngobrol soal hal lain topik lain yang ringan-ringan atau apa gitu biar ga keterusan mikir yang aneh-aneh yang bikin overwhelming gitu sih biasanya”* (FSP.10.1.25).

Partisipan 3 (QY) mengatakan bahwa, *“ibukku ya terbilang sek muda gituloh meninggalnya masih umur 40an.. belum 45 deh kayaknya jadi apa ya.. di masa depan keknya aku pengen yang bener-bener hidup sehat soalnya aku takut yang diabet ituloh keturunan”* (QY.10.1.25).

Dari hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa ketiga partisipan memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi penyebab dari suatu kejadian secara menyeluruh tanpa menyalahkan diri sendiri atau orang lain. Ketiga partisipan juga memilih untuk fokus mengendalikan tindakan mereka agar kejadian serupa tidak terulang kembali.

Hasil temuan ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan Putri dan Khoirunnisa (2022) mengenai resiliensi pada remaja korban perceraian orang tua. Salah satu partisipan dalam penelitian tersebut menunjukkan *causal analysis* yang baik, dimana ia mampu untuk memahami dan mencari solusi dari suatu permasalahan. Meskipun konteks kehilangan yang dialami berbeda, kedua penelitian menunjukkan bahwa *causal analysis* berperan dalam proses bangkit dan adaptasi remaja yang mengalami gangguan atau ketidakhadiran dalam hubungan keluarga.

5. *Empathy*

Empathy adalah kemampuan individu untuk membaca dan memahami kondisi emosional serta psikologis seseorang. Kemampuan ini sangat membantu dalam membangun hubungan karena individu yang memiliki kemampuan *empathy* dapat membuat orang lain merasa nyaman dan dimengerti (Reivich & Shatte, 2002). Berikut hasil wawancara dengan ketiga partisipan terkait *empathy*:

Partisipan 1 (ACAD) mengatakan bahwa, *“mencoba untuk reach out menghibur juga kalau bisa aku beliin sesuatu aku beliin sesuatu biar dia lebih better gitu perasaannya”* (ACAD.10.1.25).

Partisipan 2 (FSP) mengatakan bahwa, *“nyamperin dia dulu tu buat nawarin dia sesuatu buat bikin dia senang dulu gitu atau kayak*

dengerin curhatan dia terus kalau dia udah mulai tenang dan minta tolong itu aku siap buat bantu” (FSP.10.1.25).

Partisipan 3 (QY) mengatakan bahwa, *“soalnya aku ga pengen ngomong semangat ya soalnya tambah kasihan gitu yawes aku bilang intine gitu rasanya soalnya emang sampe kapanpun ya itu rasae ga bakal kurang ga bakal lebih biasanya gitu aku paling bilang ee sing tak rasain dulu itu gitu” (QY.10.1.25).*

Dari hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa ketiga partisipan memiliki kemampuan *empathy* kepada temannya yang sedang menghadapi suatu masalah dengan hadir, mendengarkan, serta memberikan dukungan secara perlahan tanpa memaksa teman mereka untuk langsung terbuka. Temuan tersebut diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Arsini dkk (2022) yang menunjukkan hasil bahwa remaja putri yang telah terkategori memiliki resiliensi sedang menunjukkan *empathy* melalui kemampuannya dalam mengetahui dan turut merasakan perasaan orang lain.

6. Self-Efficacy

Self-Efficacy merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi suatu tantangan dan mencapai kesuksesan (Reivich & Shatte, 2002). Berikut hasil wawancara dengan ketiga partisipan terkait *self-efficacy*:

Partisipan 1 (ACAD) mengatakan bahwa, *“aku biasanya matok kayak kejadian-kejadian sulit sebelumnya di hidup ku kemarin-kemarin yang udah ku lalui dan aku selalu ngomong ke diri sendiri kek lah.. kamu loh kemarin ada kesulitan ini buktinya kamu sampe di 2025 ini... aku jadi kayak gapapa ck itu gampang bakal kelewatan kok” (ACAD.10.1.25).*

Partisipan 2 (FSP) mengatakan bahwa, *“percaya karena ingat lagi karena ada dukungan keluarga tadi” (FSP.10.1.25).*

Partisipan 3 (QY) mengatakan bahwa, *“aku yakin kalau ini bisa tak lewatin soal e mau minta tolong siapa kalau bukan diriku sendiri” (QY.10.1.25).*

Dari hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa ketiga partisipan memiliki keyakinan bahwa mereka mampu untuk menghadapi berbagai tantangan dalam hidupnya. Keyakinan tersebut didukung dengan adanya dukungan dari keluarga dan juga pengalaman di masa lalu. Hasil wawancara tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Fitri dkk. (2025) yang menunjukkan bahwa individu dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi juga akan memiliki kemampuan resiliensi yang tinggi juga.

7. *Reaching Out*

Reaching Out adalah kemampuan individu untuk mendapatkan aspek positif dari kehidupan setelah mengalami suatu kejadian sulit atau menekan. Kemampuan ini mencakup keterbukaan individu dalam mencari pertolongan dan melihat kesempatan bertumbuh setelah menghadapi suatu masalah. Individu yang memiliki kemampuan *reaching out* mampu dalam menilai suatu risiko, memahami dirinya dengan baik, serta memiliki makna dan tujuan hidup (Reivich & Shatte, 2002). Berikut hasil wawancara dari ketiga partisipan terkait *reaching out*:

Partisipan 1 (ACAD) mengatakan bahwa, *“aku kan pernah ada masalah sama temen ee di kuliah ataupun di SMP SMA tu selalu speak up ee ga speak up sih lebih ke curhat”* (ACAD.10.1.25).

Partisipan 2 (FSP) mengatakan bahwa, *“sekarang coba berbagai cara dengan nanya-nanya ke orang kalau ngadepin masalah kayak gini tu gimana”* (FSP.10.1.25).

Partisipan 3 (QY) mengatakan bahwa, *“awalnya itu tak pendem sendiri tapi kadang-kadang kan ya ada rasanya cape gitu loh makanya tak pendem sendiri itu baru aku cerita ke temen dekat soalnya aku itu kayaknya tipe yang gabisa langsung tiba-tiba cerita ke orang gitu”* (QY.10.1.25).

Dari hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa ketiga partisipan menunjukkan keterbukaan dengan berani mengekspresikan perasaan mereka ketika dihadapkan dengan suatu masalah dan meminta pertolongan kepada orang lain. Hasil wawancara tersebut didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri dan Khoirunnisa (2022), dimana salah satu partisipan dalam penelitian tersebut menunjukkan *reaching out* yang baik yang ditunjukkan dengan kemampuannya dalam menyelesaikan masalah sehingga membuat dirinya semakin berkembang.

b. Faktor Protektif Resiliensi

1. Karakteristik Individu

Karakteristik individu adalah faktor protektif internal yang dapat meningkatkan kecenderungan resiliensi dan menurunkan kecenderungan untuk terpengaruh dari suatu cobaan (Munawaroh & Mashudi, 2018). Menurut Munawaroh & Mashudi (2018), individu dengan karakteristik positif akan lebih mampu dalam menghadapi suatu kejadian berat atau traumatis. Individu yang dapat memanfaatkan sumber personal dan sosial lebih mampu untuk menghadapi suatu cobaan dibandingkan dengan individu yang kurang mampu untuk memanfaatkan sumber-sumber tersebut. Berikut hasil wawancara dengan ketiga partisipan terkait karakteristik individu:

Partisipan 1 (ACAD) mengatakan bahwa, *“aku orangnya tu ga takut gitu karena aku berani.. jadi aku tu kayak ada kayak gapapa.. kalau aku salahpun aku bakal bisa tanggung jawab kok maksudnya aku berani untuk salah aku berani untuk bertanggung jawab gitu sih”* (ACAD.10.1.25).

Partisipan 2 (FSP) mengatakan bahwa, *“suka belajar hal-hal baru disiplin waktu dan gigih itu tadi”* (FSP.10.1.25).

Partisipan 3 (QY) mengatakan bahwa, *“aku gak gampang menyerah gitu sih kayak e ya.. gigih gitu sih menurutku”* (QY.10.1.25).

Dari hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa ketiga partisipan memiliki karakteristiknya masing-masing yang turut membantu meningkatkan resiliensi mereka. Ketiga partisipan mampu untuk memanfaatkan karakteristik mereka untuk membangun hubungan sosial yang baik, menghadapi tantangan, dan mempersiapkan diri menghadapi masa depan. Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Hamdiah dan Rahmasari (2023) yang menunjukkan hasil bahwa kompetensi diri individu, berupa *coping stress* yang baik, kemampuan adaptasi, dan kegigihan, turut berperan dalam resiliensi remaja.

2. Hubungan Keluarga

Munawaroh & Mashudi (2018) berpendapat bahwa individu yang tumbuh dari keluarga yang stabil atau suportif akan merasa aman untuk tumbuh dan berkembang. Berikut hasil wawancara dengan ketiga partisipan terkait hubungan keluarga:

Partisipan 1 (ACAD) mengatakan bahwa, *“aku dikuatin sama keluarga ku sih kayak alhamdulillah gapapa, kamu gajadi polisi gapapa, kamu masih ada SNMPTN wes dimasukin aja jadi lebih ke support support keluarga sih... jadi kata-kata kayak papaku kayak gapapa masa depan itu gabakal hilang kalau kita gagal gitu loh jadi motivasi dari keluarga”* (ACAD.10.1.25).

Partisipan 2 (FSP) mengatakan bahwa, *“lebih terbuka terus banyak bantu aku kadang kalau mau pulang ke rumah ku yang di Mojokerto itu ga dibolehin disuruh tidur sini”* (FSP.10.1.25).

Partisipan 3 (QY) mengatakan bahwa, *“saling curhat apa-apa tak ceritain sih meskipun ee jauh tapi kalau ada apa-apa ya dia orang pertama yang tak ceritain”* (QY.10.1.25).

Dari hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa ketiga partisipan mendapatkan figur pengganti ibu dari anggota keluarga, yakni ayah pada partisipan 1 (ACAD) dan tante bagi ketiga partisipan. Kehadiran figur pengganti

pada ketiga partisipan menunjukkan adanya proses saling tolong-menolong dalam keluarga, sehingga ketiga partisipan tidak merasakan kekosongan dari figur ibu dan tetap mendapatkan dukungan emosional serta pengasuhan. Selain itu, pada partisipan 3 (QY) mendapatkan dukungan dari kakak kandungnya dan menjadi orang pertama yang akan ia hubungi ketika dihadapkan dengan suatu masalah. Hasil temuan tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan Rusli dan Widyastuti (2023) yang menunjukkan bahwa dengan meningkatkan sosialisasi dengan keluarga dan juga teman, individu dapat mengatasi rasa sepi dan mendorongnya untuk bangkit dari rasa berduka.

3. Lingkungan Sosial

Munawaroh & Mashudi (2018) berpendapat bahwa lingkungan sosial yang positif dan suportif memberi kesempatan kepada individu untuk mengembangkan sikap positif. Berikut hasil wawancara dengan ketiga partisipan terkait lingkungan sosial:

Partisipan 1 (ACAD) mengatakan bahwa, *“mereka tu ngambil contoh dari kisah mereka juga jadi kayak gapapa.. wajar kok kalau punya rasa marah ke ibu atau ke ini karena aku juga ngerasaan itu”* (ACAD.10.1.25).

Partisipan 2 (FSP) mengatakan bahwa, *“teman dekatku yang di kuliah itu kayak berperan besar dalam membantu aku lebih legowo gitu loh soalnya selalu nemenin aku waktu itu dan sempat ngekos bareng kan.. jadi kayak aku ga terlalu sedih kalau ada mereka”* (FSP.10.1.25).

Partisipan 3 (QY) mengatakan bahwa, *“mereka tetap ngajakin main gitu loh meskipun ya waktu itu aku ngga ngga bisa seceria itu kata mereka seenggaknya kalau diajak main kan bisa ketawa-ketawa gitu”* (QY.10.1.25).

Dari hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa ketiga partisipan mendapatkan dukungan dari lingkungan sosial mereka, khususnya dari lingkungan pertemanan. Dukungan tersebut berupa hadir secara fisik, mendengarkan cerita, berbagi pengalaman serupa, dan ajakan aktivitas bersama. Adanya dukungan dari teman membantu ketiga partisipan dalam menjalani masa-masa sulit, memberi ketenangan, dan menjadi dorongan untuk terus maju. Temuan ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Calsum dan Purwandari (2024) yang menunjukkan hasil bahwa dukungan emosional dari teman sebaya mampu meningkatkan resiliensi dan memberikan kehangatan serta kenyamanan pada remaja setelah kepergian orang tua karena kematian.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa gambaran resiliensi dari ketiga partisipan tercermin melalui tujuh aspek resiliensi, yakni *emotional regulation, impulse*

control, optimism, causal analysis, empathy, self-efficacy, dan reaching out. Kemampuan resiliensi yang ketiga partisipan miliki dipengaruhi oleh tiga faktor protektif, yakni karakteristik individu, hubungan keluarga, dan lingkungan sosial. Peneliti menyadari bahwa terdapat keterbatasan dalam penelitian ini. Oleh karena itu, peneliti sangat menerima kritik atau saran yang membangun. Peneliti menyarankan untuk peneliti selanjutnya dapat membuat kebaruan pada kriteria partisipan serta meneliti pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi, mengingat mengingat dukungan sosial terbukti cukup berperan dalam menjadi faktor protektif resiliensi bagi partisipan penelitian ini. Selanjutnya untuk masyarakat dan lingkungan dapat mendampingi remaja perempuan yang kehilangan figur ibu dengan memberikan dukungan emosional dan sosial. Pendampingan ini bertujuan untuk membuat remaja tidak merasa sendiri serta membantu proses adaptasi dan bangkit setelah kehilangan figur ibu.

Referensi

- arsini, Y., Rusmana, N., & Sugandhi, N. (2022). Profil Resiliensi Remaja Putri Di Panti Asuhan Dilihat Pada Aspek Empathy, Emotion Regulation Dan Self-Efficacy. *Bulletin Of Counseling And Psychotherapy*, 4(1), 76–83. <https://doi.org/10.51214/Bocp.V4i1.151>
- Calsum, A. Y., & Purwandari, E. (2024). Dukungan Sosial Dan Resiliensi Pada Remaja Pasca Kematian Orang Tua: Sebuah Kajian Literatur. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, 9(2), 139–146. <https://doi.org/10.36722/Sh.V9i2.3111>
- Fachrial, L. A., & Herdiningtyas, K. (2023). Pengaruh Self Compassion Terhadap Resiliensi Pada Remaja Yang Memiliki Orang Tua Tunggal. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(3), 25–31. <https://doi.org/10.56127/Jukeke.V2i3.1187>
- Fitri, B. N., Suhendri, S., & Widiarto, C. A. (2025). Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Resiliensi Pasca Kematian Orangtua Pada Siswa Kelas X Man 2 Kota Semarang. *Guiding World Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 08(01), 59–66. <https://doi.org/10.33627/Gw.V8i1.3157>
- Hadi, A., Asrori, A., & Rusman, R. (2021). *Penelitian Kualitatif: Studi Fenomenologi, Case Study, Grounded Theory, Etnografi, Biografi*. Cv. Pena Persada.
- Hamdiyah, R. I. I., & Rahmasari, D. (2023). Profil Resiliensi Remaja Piatu Di Panti Asuhan Mojokerto. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(02), 375–389. <https://doi.org/10.26740/Cjpp.V10i2.53827>
- Harjuna, R. T. B., & Rinaldi, R. (2022). Kontribusi Regulasi Emosi Terhadap Resiliensi Mahasiswa Dengan Rentang Usia Remaja Pasca Kematian Orangtua. *Happiness*, 6(1), 29–44. <https://doi.org/10.30762/Happiness.V6i1.480>
- Hendriani, W. (2022). *Resiliensi Psikologis: Sebuah Pengantar*. Prenada Media.
- Kahija, Y. La. (2017). *Penelitian Fenomenologis*. Pt Kasinius.
- Kusaini, U. N., Rimulawati, V., Saputra, N., Sari, D. K., & Sariyati, S. (2024). Peran Ibu Dalam Menjaga Keseimbangan Emosional Keluarga. *Menara Ilmu: Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmiah*, 18(1), 26–33. <https://doi.org/10.31869/Mi.V18i1.5428>
- Munawaroh, E., & Mashudi, E. A. (2018). *Resiliensi: Kemampuan Bertahan Dalam Tekanan, Dan Bangkit Dari Keterpurukan*. Cv. Pilar Nusantara.

- Putri, T. A., & Khoirunnisa, R. N. (2022). Resiliensi Pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(6), 147–160. <https://doi.org/10.26740/Cjpp.V9i6.47436>
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skills For Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. Broadway Books.
- Rusli, M. A. S. P., & Widyastuti, W. (2023). Gambaran Resiliensi Remaja Akhir Yang Mengalami Grief Akibat Kematian Orang Tua. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 3(2), 132–141. <https://doi.org/10.26858/Jtm.V3i2.51776>
- Sary, K., Maulidina, R., Yuniar, R., & Putri, S. U. (2023). Pentingnya Peran Orang Tua Dalam Membentuk Identitas Gender. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 1(5), 503–508.
- Sholikhah, M., & Pradana, H. H. (2023). Prestasi Belajar Siswa Yang Memiliki Orang Tua Bercerai Di Smp Bustanul Muta'alimin Blitar. *Psycho Aksara : Jurnal Psikologi*, 1(1), 90–95. <https://doi.org/10.28926/Pyschoaksara.V1i1.751>
- Sugiyono, S. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Alfabeta.
- Unicef. (2021). *Indonesia: Sejak Pandemi Dimulai, Lebih Dari 25.000 Anak Kehilangan Orang Tua Akibat Covid-19*.
- Wiratmaja, F. A., Zega, K., Sarjannadil, K. K., Hermawan, M. G., Huda, M. A., Nugroho, N., & Agustini, W. A. (2023). Tinjauan Terhadap Faktor-Faktor Peningkatan Resiliensi Pada Remaja Akhir. *Concept: Journal Of Social Humanities And Education*, 2(4), 319–327. <https://doi.org/10.55606/Concept.V2i4.948>