

## **RESILIENSI PADA PENYINTAS BUNUH DIRI**

Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi

Universitas Sanata Dharma

*Maria Magdalintan Kalvari Puspita Maraji's*

### **ABSTRAK**

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui bagaimana dinamika resiliensi pada penyintas bunuh diri. Untuk memenuhi tujuan tersebut, peneliti melibatkan tiga orang penyintas bunuh diri dengan menggunakan wawancara semi terstruktur pada ketiga penyintas bunuh diri, kemudian melakukan analisis dengan menggunakan pendekatan fenomenologi deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga informan telah memiliki resiliensi dalam diri mereka karena terdapat tujuh aspek resiliensi yaitu; regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, empati, analisis penyebab masalah, efikasi diri dan peningkatan aspek positif. Dalam menumbuhkan resiliensi, para penyintas menemukan faktor-faktor penguat resiliensi seperti dukungan dari orang terdekat, harapan untuk kembali menjalani hidup, mengubah cara pandang pada kehidupannya dan juga mendekatkan diri pada Tuhan.

**Kata kunci:** fenomenologi deskriptif, bunuh diri, resiliensi, penyintas bunuh diri

## **RESILIENCE OF SUICIDE SURVIVOR**

*Department of Psychology Faculty of Psychology*

*Sanata Dharma University*

*Maria Magdalintan Kalvari Puspita Maraji's*

### **ABSTRACT**

*The aim of this study is to find out the resilience in suicide survivors. To achieve this goal, the researcher involved three suicide survivors using semi-structured interviews with the three suicide survivors, then conducted an analysis using a descriptive phenomenological approach. The result shows that three informants had seven aspects of resilience; emotion regulation, impuls control, optimism, empathy, analysis of problem, self efficacy, reaching out. In fostering resilience, the suicide survivors found some resilience enhancement factors such as social support, hope, change the life perspective, and also spirituality.*

**Keyword:** *descriptive phenomenology, suicide, resilience, suicide survivors*