

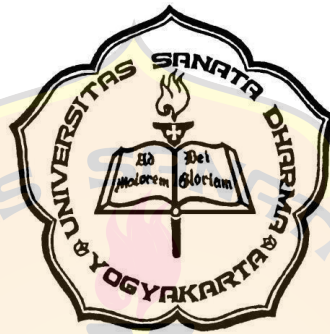
**RESILIENSI LAKI-LAKI LANJUT USIA AWAL PASCA**

**DITINGGAL MATI PASANGAN HIDUP**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana

Psikologi Program Studi Psikologi



Disusun oleh:  
Ni Komang Sintha Febrianti Sutama

Nim: 159114020

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS SANATA DHARMA**

**YOGYAKARTA**

**2022**

**HALAMAN PERSETUJUAN**  
**RESILIENSI LANSIA LAKI-LAKI PASCA DITINGGAL MATI**  
**PASANGAN HIDUP**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Program Studi Psikologi

Disusun Oleh:

Ni Komang Sintha Febrianti Utama

NIM: 159114020

Telah disetujui oleh

Pembimbing,



Ratri Sunar Astuti, S.Psi., M.Si

Tanggal: 9 November 2022

**HALAMAN PENGESAHAN**

**Resiliensi Lansia Laki-laki Pasca Ditinggal Mati Pasangan Hidup**

**Skripsi**

Dipersiapkan dan ditulis oleh:

**Ni Komang Sintha Febrianti Utama**

**NIM: 159114020**

Telah dipertanggungjawabkan di depan panitia penguji

Pada tanggal : 29 November 2022

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

**JABATAN**

**NAMA LENGKAP**

**TANDA TANGAN**

Ketua Merangkap  
Anggota

Febriana Ndaru Rosita, M.Psi



Sekretaris Merangkap  
Anggota  
Anggota

Dr. V. Didik Suryo Hartoko



Ratri Sunar Astuti, M. Si



Yogyakarta, 29 November 2022

Fakultas Psikologi

Universitas Sanata Dharma

Dekan,



Dr. Y. B. Cahya Widiyanto M.Si.

## HALAMAN MOTTO

**“Sebab Tuhan, Dia sendiri akan berjalan di depanmu, Dia sendiri akan menyertai engkau, Dia tidak akan membiarkan engkau dan tidak akan meninggalkan engkau; janganlah takut dan janganlah patah hati”**

**Ulangan 31:8**



## HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk:

Mama saya yang sudah bahagia di surga dan juga kepada Bapak saya sebagai sumber kebahagiaan bagi saya.

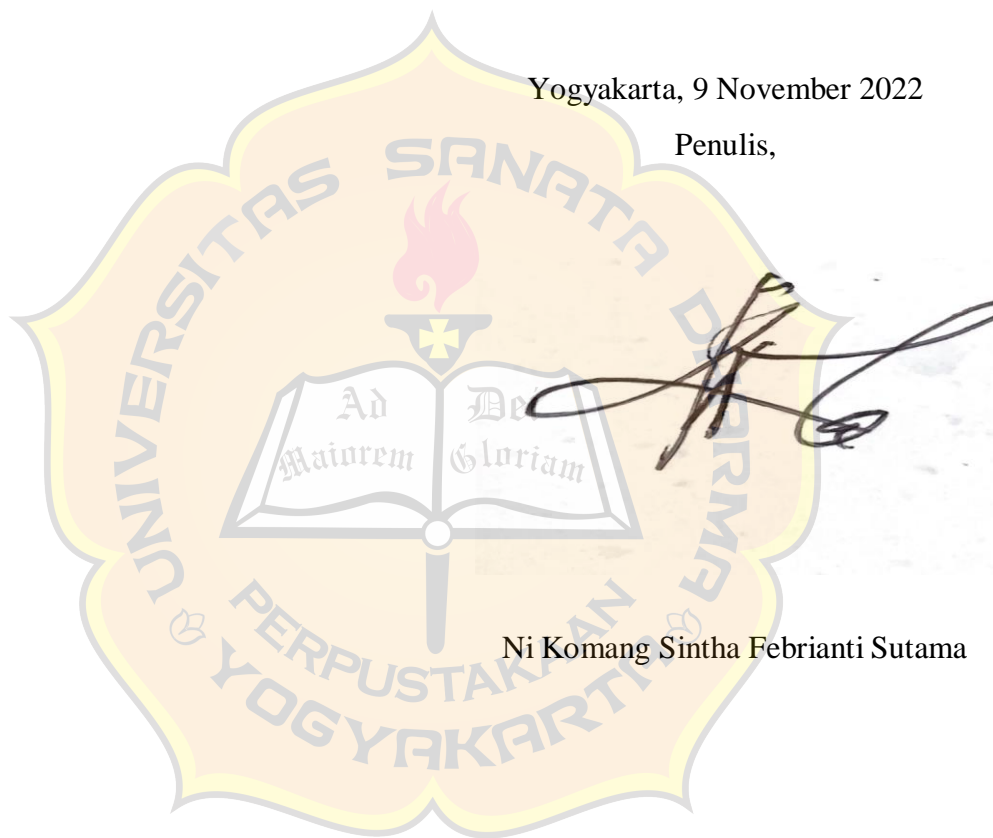


## PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis tidak memuat karya atau bagian karya orang lain, kecuali yang telah disebutkan dalam kutipan dan daftar pustaka, sebagaimana layaknya karya ilmiah.

Yogyakarta, 9 November 2022

Penulis,



Ni Komang Sintha Febrianti Sutama

*Gambaran Resiliensi Lansia Laki-laki Pasca Ditinggal Mati Pasangan Hidup*

*Ni Komang Sintha Febrianti Utama*

**ABSTRAK**

Masa lanjut usia merupakan tahap paling akhir di dalam rentang kehidupan manusia. Pada masa ini manusia mengalami fase kemunduran. Ditengah fase kemunduran yang sedang dialami lansia, kehilangan pasangan hidup merupakan suatu tantangan yang berat dan juga merupakan dukacita yang mendalam bagi individu lanjut usia. Oleh sebab itu, lansia membutuhkan kemampuan resiliensi untuk tetap teguh dan bangkit dari situasi sulit tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi lansia laki-laki pasca ditinggal mati pasangan hidup serta jika ditinjau dari dukungan sosial, kondisi kesehatan dan spiritualitas. Subjek dalam penelitian ini adalah 49 lansia laki-laki dengan rentang usia 50-70 yang kehilangan pasangan hidup. Data diambil menggunakan skala resiliensi. Hasil penelitian menunjukkan secara keseluruhan subjek lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup memiliki resiliensi yang tinggi. Hal lain yang juga ditemukan adalah dukungan sosial dan kondisi kesehatan merupakan faktor yang mempengaruhi resiliensi lansia laki-laki pasca ditinggal mati pasangan hidup. Sedangkan faktor spiritualitas tidak secara signifikan mempengaruhi resiliensi lansia laki-laki pasca ditinggal mati pasangan hidup.

Kata kunci: *Lansia laki-laki, resiliensi, dukungan sosial, kondisi kesehatan, spiritualitas*

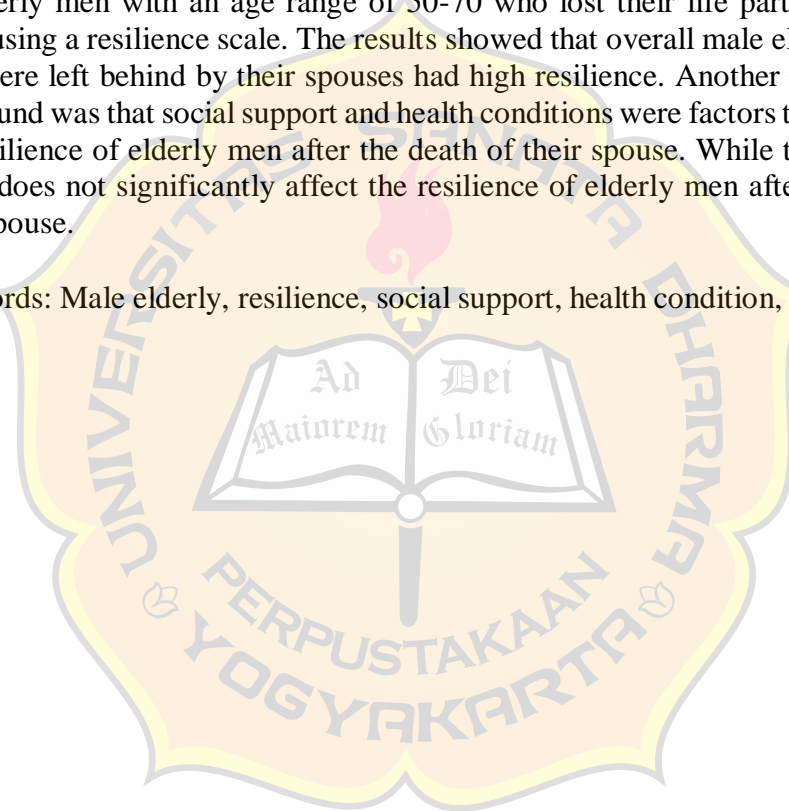
*Overview of Male Elderly Resilience Post Abandoned Dead Spouse*

*Ni Komang Sintha Febrianti Utama*

**ABSTRACT**

Elderly is the last stage in the human life span. At this time, humans experience a declined phase. In the midst of the decline phase that being experienced by the elderly, the loss of a life partner is a formidable challenge and also a deep sorrow for elderly individuals. Therefore, the elderly needs the ability of resilience to remain firm and rise from these difficult situations. This study aims to determine the description of male elderly resilience after the death of a spouse and in terms of social support, health conditions and spirituality. The subjects in this study were 49 elderly men with an age range of 50-70 who lost their life partner. Data was taken using a resilience scale. The results showed that overall male elderly subjects who were left behind by their spouses had high resilience. Another thing that was also found was that social support and health conditions were factors that influenced the resilience of elderly men after the death of their spouse. While the spirituality factor does not significantly affect the resilience of elderly men after the death of their spouse.

Keywords: Male elderly, resilience, social support, health condition, spirituality





**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN  
PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya mahasiswa Universitas Sanata Dharma :

Nama : Ni Komang Sintha Febrianti Utama

Nomor Mahasiswa : 159114020

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya memberikan kepada Perpustakaan Universitas Sanata Dharma karya ilmiah saya yang berjudul :

**Resiliensi Laki-laki Lanjut Usia Awal pasca Ditinggal Mati Pasangan Hidup**

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan demikian saya memberikan kepada Perpustakaan Universitas Sanata Dharma hak untuk menyimpan, me-ngalihkan dalam bentuk media lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data, mendistribusikan secara terbatas, dan mempublikasikannya di Internet atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya maupun memberikan royalti kepada saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis.

Atas kemajuan teknologi informasi, saya tidak keberatan jika nama, tanda tangan, gambar atau *image* yang ada di dalam karya ilmiah saya terindeks oleh mesin pencari (*search engine*), misalnya *google*.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Yogyakarta

Pada tanggal : 28 Maret 2023

Yang menyatakan



(Ni Komang Sintha Febrianti Utama)

## KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kepada Tuhan Yesus Kristus atas kasih, rahmat, berkat dan penyertaanNya sehingga peneliti dapat menyelesaikan proses penulisan skripsi. Proses penulisan skripsi yang berjudul “Gambaran Resiliensi Lansia Laki-laki Pasca Ditinggal Mati Pasangan Hidup” tentu tidak mudah. Sangat banyak cobaan dan rintangan yang peneliti hadapi. namun karena kasih dan penyertaan Tuhan Yesus Kristus sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik.

Peneliti menyadari bahwa perjalanan menyelesaikan skripsi ini tidak mudah dan banyak lika-liku, namun dapat terselesaikan berkat bantuan, dukungan dan bimbingan banyak orang. Oleh sebab itu dengan segala kerendahan hati peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Tuhan Yesus Kristus atas kasih dan penyertaanMu yang telah diberikan.
2. Dr. Yohanes Babtista Cahya Widiyanto, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma.
3. Victorius Didik Suryo Hartoko, M.Si., selaku Kepala Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma
4. Ratri Sunar Astuti, M.Si., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah menerima dan membimbing peneliti dengan sabar dan penuh kasih sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian dengan baik. Ilmu, dukungan serta semangat selalu peneliti dapatkan dari ibu Ratri.

Terima kasih ibu atas perhatian, dukungan dan kesabaran yang telah diberikan kepada peneliti.

5. Cornelius Siswa Widyatmoko, M.Psi., selaku Dosen Pembimbing Akademik peneliti selama masa perkuliahan. Terima kasih untuk kasih dan perhatiannya.
6. Seluruh Dosen dan Staff Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma yang telah membantu dan memberikan banyak ilmu yang sangat berarti bagi peneliti.
7. Seluruh lansia laki-laki yang kehilangan pasangan hidup sebagai responden, terima kasih, Tuhan memberkati.
8. Kedua orang tua peneliti Mama Yose Mandessy S.Sos. M.Si dan Bapak I Ketut Agus Utama yang tidak pernah berhenti mendoakan, mendukung, memberi semangat, memberi kasih sayang dan cinta yang tiada berkesudahan. Mama Bapak terima kasih untuk segalanya.
9. Kakak peneliti I Putu Putra Jaya Negara S.H dan Ni Kadek Maretha Irianti Lestari S.Ikom yang selalu mendukung, membimbing, menyayangi dan melindungi peneliti dan yang selalu memberikan semua yang terbaik dari apa yang kalian punya. terima kasih Put & Eta.
10. Adik penulis I Ketut Imanuel Adi Yudha Mahendra terima kasih selalu berbagi tawa dan canda. Terima kasih juga untuk segala dukungan dan perhatian, serta semangat yang selalu diberikan kepada peneliti selama penulisan skripsi.

11. Dennys Juan sebagai adik sepupu peneliti yang selalu memberikan tawa, canda serta kebahagiaan kepada peneliti. Selalu melindungi selama di Jogja. Selalu mendukung peneliti selama proses penulisan skripsi. Sukses untukmu broo.
12. Team Beban Ortuku sayang, Grace Ester dan Ni Putu Christine, sebagai sahabat sejak awal perkuliahan, teman sharing dan teman berjuang hingga saat ini. Terima kasih selalu menyediakan telinga untuk mendengar dan bahu untuk bersandar. I love you guys, always.
13. Teman-teman dampok yang sampai saat ini masih saling support Itik, Tuti, Arya, Greg. Terima kasih untuk canda dan tawa yang selalu diberikan kepada peneliti. Semoga kita bisa kumpul-kumpul lagi.
14. Maudy Priscilia Butar-butar sahabat terbaik peneliti yang selalu hadir dalam segala situasi, selalu memberi tawa dan semangat, selalu memeluk dan mendengarkan saat sedih dan hampir menyerah, terima kasih untuk telinga yang selalu mendengar dan bahu untuk bersandar. I love you always.
15. Geng Aksel, Kartika Melita, Gloria Wahid, Febriadi, terima kasih selalu memberi semangat kepada peneliti.
16. Inaivanny Maria Bonggibo sahabat peneliti, terima kasih untuk selalu memeluk saat peneliti sedang sedih, terima kasih untuk sesi galau yang sering kita lakukan, terima kasih untuk tidak pernah lelah membantu peneliti saat sedang mengalami kesusahan. Terima kasih terima kasih terima kasih, terima kasih untuk semuanya.

17. Persepupuan jalan jalan dan kakak-kakak geng rumah polsek, Chesya, Ain, Angel, Salsa, Chika, Kak Eko, Mas Adit, Kak Gina. Terima kasih selalu berbagi tawa dan memberi semangat kepada peneliti.
18. Kepada seluruh keluarga, sahabat-sahabat, teman-teman dan seluruh pihak yang tidak bisa disebutkan. Peneliti mengucapkan terima kasih atas semua dukungan, doa dan semangat yang diberikan kepada peneliti.
19. Teruntuk diri sendiri, terima kasih untuk selalu kuat dan berjuang sejauh ini.

Peneliti menyadari penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan dan memiliki keterbatasan. Oleh sebab itu peneliti terbuka terhadap kritik dan saran untuk penelitian ini. peneliti berharap penelitian ini dapat memberikan sumbangsi untuk ilmu psikologi dan memberi manfaat kepada sesama.

Yogyakarta, ..... 2022

Penulis



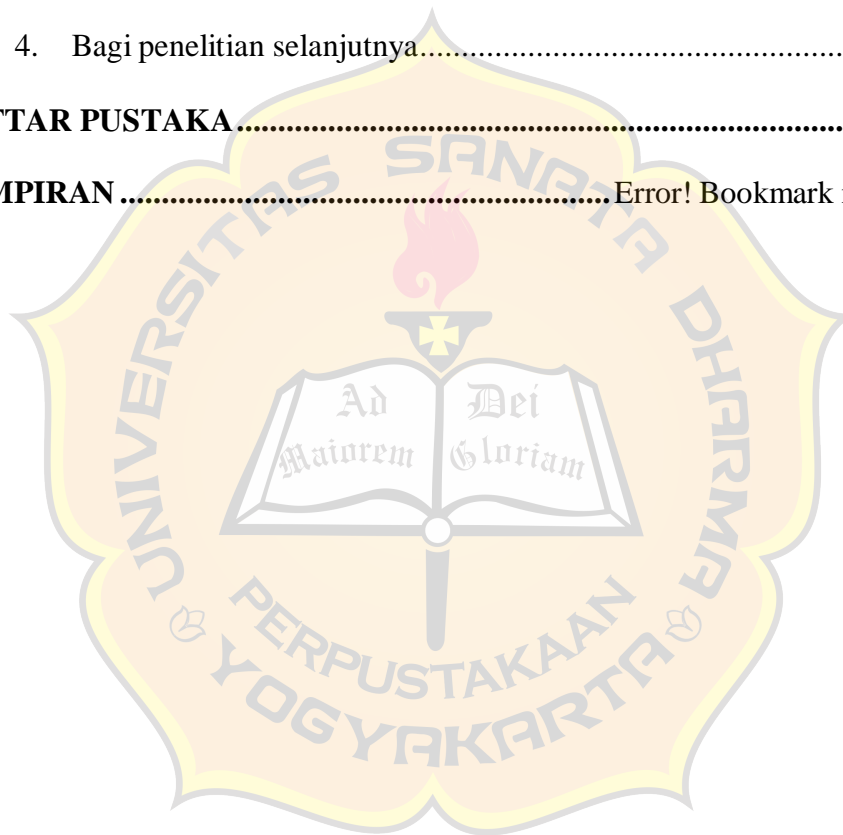
Ni Komang Sintha Febrianti Utama

DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN MOTTO .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN KARYA .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xviii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Pertanyaan Penelitian.....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
1. Manfaat Teoritis .....	7
2. Manfaat Praktis.....	7
<b>BAB II LANDASAN TEORI.....</b>	<b>8</b>

A. Lansia .....	8
1. Pengertian .....	8
2. Ciri-ciri Lansia .....	10
3. Tugas Perkembangan usia lanjut .....	11
B. Resiliensi .....	11
1. Pengertian .....	11
2. Aspek-Aspek Resiliensi .....	12
3. Faktor-faktor yang memengaruhi Resiliensi .....	15
C. Resiliensi pada Lansia Laki-laki Pasca Ditinggal Mati Pasangan hidup .....	16
D. Skema Dinamika Resiliensi Lansia Laki-laki Pasca Ditinggal Mati Pasangan Hidup .....	19
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>20</b>
A. Jenis Penelitian .....	20
B. Variabel penelitian & Definisi Operasional .....	20
C. Subjek Penelitian .....	22
D. Instrumen .....	22
1. Alat Ukur Resiliensi .....	24
2. Reliabilitas Alat Ukur Resiliensi .....	24
E. Analisis Data .....	26
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>28</b>
A. Pelaksanaan dan Deskripsi Subjek Penelitian .....	28
B. Hasil Penelitian .....	29
C. Pembahasan .....	33

<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>37</b>
A. Kesimpulan.....	37
B. Keterbatasan penelitian.....	37
C. Saran .....	38
1. Bagi Penelitian Selanjutnya.....	38
2. Bagi lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup.....	38
3. Bagi keluarga lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup .....	38
4. Bagi penelitian selanjutnya.....	39
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>40</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>





**DAFTAR TABEL**

Tabel 1 Blueprint Skala Resiliensi..... 24

Tabel 2 Hasil Alpha cronbach ..... 25

Tabel 3 Tabel hasil Mean Empirik dan Mean Teoritik ..... 31

Tabel 4 Table Uji Independen Sample T-tes..... 32



**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1 Skema dinamika resiliensi ..... 19



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Resiliensi.....	XXXX
Lampiran 2 Reliabilitas Skala Resiliensi .....	XXXX
Lampiran 3 Hasil Uji Statistik .....	XXXX
Lampiran 4 .....	XXXX



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Masa lanjut usia adalah tahapan terakhir pada rentang kehidupan manusia dan hal ini terjadi secara alamiah seiring dengan penambahan usia. Oktaviani (2018) mengatakan bahwa masa lanjut usia sebagai fase kemunduran, dikatakan fase kemunduran karena individu lanjut usia akan mengalami kemunduran fisik dan psikologis tertentu. Menurut Fikriyah (2017) ciri-ciri kemunduran fisik yang mulai terjadi saat seseorang menginjak lanjut usia adalah mulai terganggunya penglihatan, pendengaran, daya ingat, metabolisme tubuh dan fungsi organ tubuh lainnya. Adapun beberapa kemunduran psikologis yang dialami oleh individu lanjut usia yaitu timbulnya rasa kesepian, merasa kehilangan kehadiran anak dan cucu, dan merasa seakan-akan ditinggalkan. Selain itu, kemunduran yang juga terjadi saat individu beranjak lanjut usia adalah kemunduran kognitif, daya ingat yang menyebabkan mereka sulit untuk dipahami dan sulit untuk berinteraksi dengan orang-orang disekitarnya dalam Hanum (2017). Proses penyesuaian diri yang dialami dan dilakukan oleh lanjut usia juga berlangsung secara berbeda- beda. Akibat keterbatasan dan kemunduran yang dialami oleh individu lanjut usia menyebabkan mereka secara perlahan menarik diri dari pergaulan dan lingkungan sosialnya. Dewi, Yusna, Danardi, Suryo, & Czeresna (2007) menyebutkan bahwa duka cita akibat kehilangan pasangan hidup di tengah berbagai kemunduran dan keterbatasan menjadi salah satu tantangan terbesar yang dihadapi oleh individu lanjut usia yang menyebabkan individu lanjut usia rentan mengalami depresi.

Atkinson, Atkinson dan Hilgrad (1983, seperti dikutip dalam Sawitri, 2007) mengatakan kehilangan pasangan hidup membuat individu lanjut usia merasakan kemalangan yang lebih tinggi dibandingkan dengan peristiwa kehilangan lainnya. Kehilangan adalah sebuah pengalaman hidup yang pernah dirasakan semua orang, dan hampir semua orang dapat menangani dan mengatasinya. Namun, menurut Kail & Cavanaugh (2018) ada beberapa faktor risiko yang membuat pengalaman dukacita menjadi jauh lebih sulit ditangani. Seseorang yang ditinggal mati pasangan hidup akan merasakan rasa sedih yang mendalam atau disebut dengan berduka (*grief*). Kematian pasangan hidup juga dapat menimbulkan stres dan depresi yang berat jika individu lanjut usia tidak bangkit dan tidak melakukan penyesuaian diri terhadap kejadian tersebut. Duka cita mendalam yang dialami akibat kehilangan pasangan hidup juga dapat menyebabkan masalah mengenai daya ingat, kehilangan selera makan, sulit konsentrasi, risiko kecemasan, insomnia, depresi dan disfungsi sosial. Hal-hal di atas dapat terjadi dalam kurun waktu yang singkat dengan intensitas ringan sampai berat Stroebe (seperti yang dikutip dalam Papalia & Feldman, 2014). Kehilangan pasangan hidup membuat individu lanjut usia memerlukan suatu kesiapan dan penyesuaian diri. Widyowati (2013) menyatakan bahwa kesiapan dan penyesuaian diri akan sangat membantu individu lanjut usia untuk menjalani kehidupan kedepannya tanpa adanya pasangan hidup yang selama ini selalu menemani dan menghabiskan hari-hari bersama. Karena banyaknya permasalahan yang dihadapi individu lanjut usia pasca ditinggal mati pasangan hidupnya. Maka membutuhkan sebuah kemampuan untuk mengatasi berbagai permasalahan serta

duka cita mendalam yang dirasakannya secara positif. Individu yang mampu menganggap setiap permasalahan dalam kehidupan sebagai suatu hal wajar, kemampuan tersebut dikenal dengan istilah memiliki resiliensi (Reivich & Shatte, 2002). Resiliensi dapat diartikan sebagai kemampuan untuk beradaptasi dan tetap positif bahkan ketika ada di dalam situasi sulit dan menekan (Reivich dan Shuttle, 2002). Resiliensi juga dapat didefinisikan sebagai proses adaptasi terhadap keadaan yang sulit menurut Luthar (2003, seperti dikutip dalam Kalil, 2003). Resiliensi bukanlah sebuah karakteristik yang secara instan bisa dilihat, namun resiliensi dapat dilihat melalui proses yang panjang dalam Langevin & Charleston (2014: 48).

Wernet & Smith (1992, seperti dikutip dalam Desmita, 2012) mengatakan kemampuan resiliensi meliputi keterampilan memecahkan masalah, membangun hubungan sosial, pengendalian diri, perencanaan serta harapan akan masa depan. Resiliensi pada lansia dianggap cukup berat jika dibandingkan dengan tahapan usia lainnya pada manusia. Hal ini terjadi karena kondisi lansia yang mengalami banyak penurunan, seperti penurunan dalam aspek kognitif dan psikologis. Oleh sebab itu, dalam Hurlock (1980) mengatakan bahwa dibutuhkan usaha yang lebih besar bagi lansia untuk melakukan adaptasi atau penyesuaian diri terhadap kejadian-kejadian berat yang dialami. Salah satu kejadian berat dan mengecewakan yang terjadi dalam hidupnya seperti kehilangan pasangan hidup.

Berbeda dengan lansia perempuan, lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup lebih rentan merasakan kesepian, karena kehilangan pendamping yang biasanya menjadi teman bertukar pikiran dan juga kehilangan sosok yang

dapat dipercayainya. Ekowati (2008) mengatakakan ada hal lain yang membuat lansia laki-laki lebih berat dalam penyesuaian diri pasca ditinggal mati pasangan hidup adalah kehilangan teman hidup yang mendampingi dan membantunya dalam memenuhi kebutuhan dan melayani kebutuhan hidup sehari-hari.

Pasca ditinggal mati pasangan hidup dan menghadapi banyaknya persoalan hidup, maka lansia memerlukan kemampuan untuk bangkit dari tekanandan cobaan yang dihadapi. Situasi dan kondisi pasca ditinggal mati pasangan hidup adalah hal traumatis mendalam yang dihadapi oleh seseorang, yang jika tidak dihadapi dengan baik maka individu tersebut tidak mengalami keseimbangan dalam menghadapi tekanan yang kuat. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fikriyah (2017) mengenai pengalaman dukacita yang dialami oleh lanjut usia setelah kehilangan pasangan hidup. Penelitian tersebut mengatakan bahwa lanjut usia laki-laki yang sudah ditinggal mati oleh pasangan hidupnya mengalami dukacita yang mendalam serta kesedihan yang berlarut-larut. Selain itu subjek sering melamun dan memandang ke arah teras dengan tatapan kosong. Setiap individu memiliki cara yang berbeda-beda dalam mengatasi kesulitan-kesulitan dan dukacita dalam kehidupan. Namun, dalam penelitian ini membahas mengenai tiga faktor yang meningkatkan resiliensi laki-laki lanjut usia awal yaitu dukungan sosial, kondisi kesehatan, dan spiritualitas.

Beberapa penelitian mengenai resiliensi lansia pasca ditinggal mati pasangan hidup pernah dilakukan. Penelitian-penelitian sebelumnya membahas mengenai gambaran resiliensi laki-laki lanjut usia pasca ditinggal mati pasangan hidup serta faktor-faktor yang mendukung dan menghambat. Penelitian Widowati

(2013) mencoba menggali mengenai resiliensi pada lansia pasca ditinggal mati pasangan hidup. Penelitian tersebut menggunakan subjek lansia perempuan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa aspek-aspek yang membangun perilaku resilien pada lansia adalah relatif sama yaitu meliputi regulasi emosi, optimisme, empati, efikasi diri, control terhadap impuls, kemampuan menganalisa masalah dan pencapaian. Akan tetapi, terdapat perbedaan aspek yang menonjol pada masing-masing diri lansia sehingga setiap lansia memiliki aspek khas yang akhirnya membentuk perilaku resilien pada diri lansia. Sehingga pada penelitian ini tidak menjelaskan dan tidak menggambarkan secara spesifik tentang resiliensi lansia laki-laki pasca ditinggal mati pasangan hidup. Penelitian yang dilakukan oleh Fikriyah (2017) memberikan gambaran mengenai proses resiliensi lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup serta faktor-faktor pendukung dan penghambat resiliensi. Penelitian yang dilakukan Aprilia (2013) mengatakan pengalaman mengenai kehilangan pasangan hidup merupakan masa sulit, sehingga memberikan dampak rasa sedih serta rasa kehilangan yang berlebihan, selain itu juga menimbulkan rasa kesepian, putus asa serta merupakan sebuah kejadian traumatik. Melalui pengalaman yang tidak menyenangkan, seseorang ditantang untuk bangkit dari kesedihan yang dialami serta menumbuhkan kemampuan resiliensi agar hidup individu tersebut dapat menjadi lebih kuat. Hasil dari penelitian ini adalah dengan adanya dukungan sosial dan kemampuan mengontrol emosi yang baik subjek dapat mampu bertahan ditengah keterpurukan yang dialami. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Asfira (2020) mengenai resiliensi lansia laki-laki yang ditinggal mati atau cerai oleh pasangan



hidup, mengatakan bahwa kehilangan pasangan hidup akan mempengaruhi segala aspek dalam kehidupan individu lanjut usia. Hasil dari penelitian ini adalah tujuh aspek resiliensi yaitu regulasi emosi, kontrol terhadap impuls, optimis, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan kemampuan meningkatkan aspek positif, tujuh aspek resiliensi tersebut sangat membantu proses resiliensi lansia.

Berdasarkan penelitian-penelitian yang telah dilakukan di atas, dapat dilihat bahwa belum ada penelitian yang menjelaskan mengenai faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi pada lansia, seperti dukungan sosial, spiritualitas dan kondisi kesehatan. Maka pada penelitian ini, peneliti ingin mengungkapkan gambaran resiliensi lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup serta gambaran resiliensinya jika ditinjau dari dukungan sosial, kondisi kesehatan dan spiritualitas.

## **B. Pertanyaan Penelitian**

1. Bagaimana gambaran resiliensi lansia laki-laki pasca ditinggal mati pasangan hidup?
2. Apakah ada perbedaan resiliensi antara lansia yang memiliki dukungan sosial dan tidak?
3. Apakah ada perbedaan resiliensi antara lansia yang memiliki kondisi kesehatan yang baik?
4. Apakah ada perbedaan resiliensi antara individu lanjut usia yang memiliki spiritualitas yang baik?

## **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi laki-laki lanjut usia pasca ditinggal mati pasangan hidup serta faktor-faktor yang mendorong resiliensi seperti dukungan sosial, kondisi kesehatan dan spiritualitas.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangsih ilmu pengetahuan baru dalam bidang psikologi perkembangan. Khususnya yang berkaitan gambaran resiliensi pada individu lanjut usia laki-laki pasca ditinggal mati pasangan hidup serta jika ditinjau dari dukungan sosial, kondisi kesehatan dan spiritualitas.

##### **2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberi gambaran mengenai resiliensi individu lanjut usia laki-laki pasca ditinggal mati pasangan hidup kepada individu lanjut usia itu sendiri. Selain itu juga kepada keluarga individu lanjut usia agar peka dan mampu memberikan perhatian yang maksimal.

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Lansia

##### 1. Pengertian

Masa lanjut usia adalah penutupan dalam rentang kehidupan manusia, saat ketika individu lanjut usia berpindah dari suatu masa yang menyenangkan ke masa-masa yang penuh keterbatasan (Harluck, 1980). Kategori lanjut usia menurut Direktorat Pengembangan Ketahanan Keluarga (BKKBN) dibagi menjadi beberapa kelompok. Lanjut usia awal 45-54 tahun yang baru memasuki usia lanjut, pra lanjut usia 55-59 tahun, dan lanjut usia yaitu 60 tahun keatas. Statistik usia lanjut menunjukkan jumlah lanjut usia Indonesia meningkat sekitar dua kali lipat (1971-2017), menjadi 8,97 persen (23 juta-an), lanjut usia perempuan sekitar satu persen lebih banyak dibandingkan lanjut usia laki-laki (9,47 persen banding 8,48 persen). Individu lanjut usia Indonesia didominasi oleh kelompok umur 60-69 tahun (lanjut usia muda) yang persentasenya mencapai 5,65 persen dari penduduk Indonesia, sisanya diisi oleh kelompok umur 70-79 tahun yang termasuk dalam kategori lanjut usia menengah dan 80+ yang termasuk dalam kategori lanjut usia tua (Statistik penduduk lanjut usia, 2017).

*World Health Organisation (WHO)* mendefinisikan lanjut usia adalah masa dimana individu yang berusia 60 tahun ke atas. Santrock (2002) menjelaskan dua pendapat mengenai definisi usia lanjut, dalam

pandangan orang barat dan orang Indonesia. Pandangan orang barat yang mengatakan bahwa lanjut usia adalah berumur 65 tahun keatas, usia ini merupakan pembeda antara dewasa atau sudah lanjut usia. Orang Indonesia memandang lanjut usia adalah berumur lebih dari 60 tahun. Lebih dari 60 tahun karena umumnya di Indonesia dipakai sebagai usia maksimal kerja dan mulai tampak ciri-ciri menua. Penggolongan lanjut usia menurut Direktorat Pengembangan Ketahanan Keluarga (BKKBN) lanjut usia dibedakan menjadi beberapa kelompok, yaitu kelompok lanjut usia wal 45-54 tahun yang baru memasuki usia lanjut, kelompok pra lanjutusia 55-59 tahun, kelompok lansia yaitu 60 tahun keatas.

Ahli psikologi membagi lanjut usia menjadi tiga periode (dalam Santrock, 1995):

a. *The young old or old age* (lansia muda)

Secara kronologis *young old* adalah lanjut usia dengan usia 65 sampai 74 tahun. Lanjut usia pada periode *young old* ini biasanya masih aktif dan bugar.

b. *The Old old* (lansia tua)

*The Old Old* atau lanjut usia tua adalah mereka yang berusia 75 tahun sampai 84 tahun (dalam Papalia, Old, Feldman: 845)

c. *The Oldest* (lansia tertua).

The oldest adalah lanjut usia dengan usia 85 tahun keatas, pada periode ini individu lanjut usia cenderung tidak bugar dan lemah serta

memiliki kesulitan dalam mengelolah aktivitas (dalam Papalia, Old, Feldman: 845).

## 2. Ciri-ciri Lansia

Hurlock (1980) membagi beberapa ciri orang dengan lanjut usia, yaitu:

- a. Usia lanjut adalah periode kemunduran.

Kemunduran pada individu lanjut usia sebagian besar mempengaruhi faktor psikologis dan fisik. Motivasi merupakan salah satu komponen yang cukup penting pada proses kemunduran yang dialami oleh individu lanjut usia. Semakin rendah motivasi yang dimiliki oleh lanjut usia maka akan mempercepat kemunduran, sebaliknya jika lanjut usia mendapatkan motivasi maka akan memperlambat proses kemunduran tersebut.

- b. Individu lanjut usia merupakan kelompok minoritas.

Lanjut usia merupakan kelompok minoritas terwujud dari sikap masyarakat yang cenderung mengucilkan individu lanjut usia. Sikap lansia yang kurang menyenangkan seperti tidak mendengarkan pendapat orang lain membuat masyarakat memiliki pandangan buruk pada lansia.

- c. Usia lanjut mengakibatkan perubahan peran.

Perubahan peran yang terjadi adalah akibat lansia mengalami kemunduran pada hal tertentu. Lansia yang mengalami perubahan peran atas dasar keinginan sendiri akan lebih mudah beradaptasi.

- d. Penyesuaian diri yang buruk pada lanjut usia.

Perilaku yang buruk terhadap individu lanjut usia membuat lanjut usia cenderung memiliki citra diri yang buruk.

### 3. Tugas Perkembangan usia lanjut

Menurut Erikson (seperti yang dikutip dalam Afizal 2018) tugas perkembangan lanjut usia yaitu sebagai berikut:

- a. Menyiapkan diri atas menurunnya kondisi.
- b. Siap untuk menghadapi masa pensiun.
- c. Membangun hubungan yang lebih baik dengan individu seusianya.
- d. Pengaturan fisik yang memuaskan.
- e. Menyesuaikan diri terhadap kondisi sosialnya.
- f. Mempersiapkan akan datangnya kematian dan juga kematian pasangannya.

## B. Resiliensi

### 1. Pengertian

Luthans (seperti yang dikutip dalam Yuniar, 2011) mengatakan istilah resiliensi adalah sebuah ketahanan dalam ilmu psikologi positif. Resiliensi mengarah kepada kemampuan individu untuk bertahan dan mampu bangkit dari situasi yang menekan dirinya. Sejalan dengan itu Bobey (1999) mengatakan resiliensi sebagai kemampuan individu untuk tetap optimis, serta melanjutkan kehidupan setelah berbagai penderitaan yang terjadi serta memperbaiki kekecewaan yang dihadapinya. Reivich

dan Shatte (2002) juga menjelaskan bahwa resiliensi adalah kondisi dimana individu mampu beradaptasi dengan kejadian berat yang dialaminya, serta bertahan dalam kesengsaraan dan kemalangan (*adversity*) atau trauma yang dihadapi dalam kehidupannya. Sejalan dengan Reivich dan Shatte (2002, seperti yang dikutip dalam 2015) juga menyatakan bahwa resiliensi adalah kemampuan individu dalam menghadapi tantangan, resiliensi akan tampak ketika individu berhadapan dengan suatu situasi yang menekan dirinya dan individu paham bagaimana menghadapi atau beradaptasi dengan situasi tersebut. Ketika individu mampu beradaptasi dengan permasalahan yang terjadi dalam hidupnya, itulah yang disebut sebagai resiliensi.

Berdasarkan pemaparan di atas, resiliensi adalah kemampuan atau kapasitas individu untuk bertahan dalam menjalani keadaan berat yang terjadi dalam kehidupan individu tersebut, kemudian kembali bangkit dari situasi yang menekan dan memulihkan kebahagiaanya.

## 2. Aspek-Aspek Resiliensi

Reivich dan Shatte (2002) menyatakan individu yang resilien memiliki aspek-aspek seperti:

### a. Regulasi Emosi (*Emotional Regulation*)

Regulasi emosi didefinisikan sebagai kemampuan seseorang pada saat dirinya mampu mengontrol segala emosi yang sedang dirasakannya, sehingga mampu tetap tenang meskipun sedang ada pada situasi yang menekan. Individu akan kesulitan untuk

membangun dan mempertahankan hubungan dengan lingkungan sekitarnya jika dirinya tidak mampu mengatur emosi. Reivich dan Shatte (2002) mengekspresikan emosi secara tepat merupakan bagian dari resiliensi, mengekspresikan emosi yang dirasakan merupakan sesuatu yang baik. Reivich dan Shatte (2002) mengatakan terdapat dua keterampilan yang dapat digunakan dan mempermudah seseorang dalam melakukan regulasi emosi, dua hal itu adalah tenang (*caling*) dan fokus (*focusing*). Keterampilan ini membantu individu dalam mengendalikan emosi yang mungkin tak terkendali, serta membuat individu fokus saat menghadapi peristiwa mengganggu.

b. Optimisme (Optimism)

Optimisme adalah saat individu memandang masa depan penuh harapan, namun tetap realistis. Individu yang percaya bahwa dirinya dapat mengatasi kemalangan memiliki optimisme yang baik. Memiliki optimisme yang baik terwujud dengan memiliki kepercayaan dan memiliki usaha yang keras untuk mewujudkan masa depan tersebut. Bertolak belakang dengan *unrealistic optimism* yaitu sebuah kepercayaan akan masa depan yang cemerlang namun tidak diiringi dengan usaha yang sepadan untuk mewujudkan masa depan tersebut.

c. Empati (Empathy)

Reivich dan Shatte (2005) mengatakan empati merupakan kemampuan individu untuk mengenali kondisi dan psikologis orang lain. Individu mampu untuk menginterpretasikan bahasa *non-verbal*



dari orang-orang disekitarnya seperti intonasi, bahasa tubuh, ekspresi wajah serta peka terhadap lingkungan sekitar. Individu yang tidak mampu berempati cenderung kesulitan untuk bersosialisasi dan tidak peka serta tidak mampu menempatkan dirinya pada posisi orang lain.

d. Efikasi Diri (*Self Efficacy*)

*Self efficacy* adalah keyakinan seseorang untuk percaya bahwa dirinya mampu menghadapi masalah dan mengatasi permasalahan tersebut. Efikasi juga merupakan gambaran perasaan seseorang yang meyakini bahwa dirinya beruntung dan mampu untuk sukses.

e. Kontrol Terhadap Impuls (*Impulse Control*)

Kontrol terhadap impuls merupakan kemampuan seseorang untuk mengendalikan dorongan dari dalam diri sehingga dapat berpikir dengan bijak. Saat individu kesulitan untuk mengendalikan impuls, individu akan memiliki emosi yang tidak stabil. Individu akan menunjukkan perilaku mudah marah, tidak sabar, *impulsive* dan berperilaku agresif. Perilaku tersebut tentunya akan membuat orang-orang disekitar mereka menjadi tidak nyaman sehingga dapat berpengaruh pada interaksi individu dengan lingkungan sekitar. Individu dapat mencegah terjadinya kesalahan berpikir dengan mengendalikan impulsivitas, sehingga individu tersebut dapat memberikan respon yang tepat untuk menanggapi permasalahan yang sedang terjadi.

f. Kemampuan Menganalisis Masalah (*Causal Analysis*)

Kemampuan menganalisis masalah merupakan kemampuan seseorang untuk menganalisa permasalahan dan penyebab terjadinya suatu masalah secara akurat. Seseorang yang memiliki kemampuan untuk menganalisis masalah dengan akurat, cenderung tidak akan melakukan kesalahan yang sama berulang kali. Individu yang resilien adalah individu yang memiliki kemampuan kognitif dan menganalisis masalah secara akurat serta dapat mengidentifikasi penyebab kemalangan yang terjadi kepada mereka.

g. Pencapaian (*Reaching Out*)

Pencapaian merupakan kemampuan individu untuk meningkatkan potensi dalam dirinya dan dapat mengatasi rasa takut. Seseorang yang memiliki pencapaian akan dengan berani menghadapi ketakutan dalam hidup. Individu sejak kecil selalu diajarkan untuk menghindari kegagalan ataupun keadaan-keadaan yang sulit, hal ini menyebabkan individu tidak mampu melakukan *reaching out* dan cenderung memilih untuk selalu berada di zona nyaman dalam kehidupannya dan menolak untuk mengambil resiko demi meraih kesuksesan. Individu yang kesulitan untuk melakukan *reaching out* menyebabkan individu tersebut akan merespon secara berlebihan mengenai kemungkinan yang akan terjadi di masa yang akan datang.

### 3. Faktor-faktor yang memengaruhi Resiliensi

Rehnsnick (2015) mengatakan terdapat empat faktor yang memengaruhi resiliensi pada individu, yaitu:

a. *Self-Esteem*

*Self-esteem* merupakan kemampuan untuk menilai dirinya sendiri yang terwujud melalui tindakan positif atau negatif. Memiliki *self-esteem* yang baik dapat membantu individu menghadapi kesengsaraan hidup.

b. Dukungan Sosial (*social support*)

Dukungan sosial merupakan sebuah pertolongan yang seseorang peroleh dari interaksi sosialnya dengan orang lain, sehingga ketika seseorang berinteraksi dengan orang-orang di sekelilingnya dapat menaikan perasaan positif. Dukungan dapat berupa dorongan semangat, perhatian, penghargaan, bantuan dan kasih sayang yang membuat individu menganggap bahwa dirinya dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh orang lain.

c. Spiritualitas

Faktor yang mempengaruhi resiliensi pada individu adalah spiritualitas dimana individu memiliki kepercayaan bahwa Tuhan akan membantu dirinya dalam setiap kesulitan.

### C. Resiliensi pada Lansia Laki-laki Pasca Ditinggal Mati Pasangan hidup

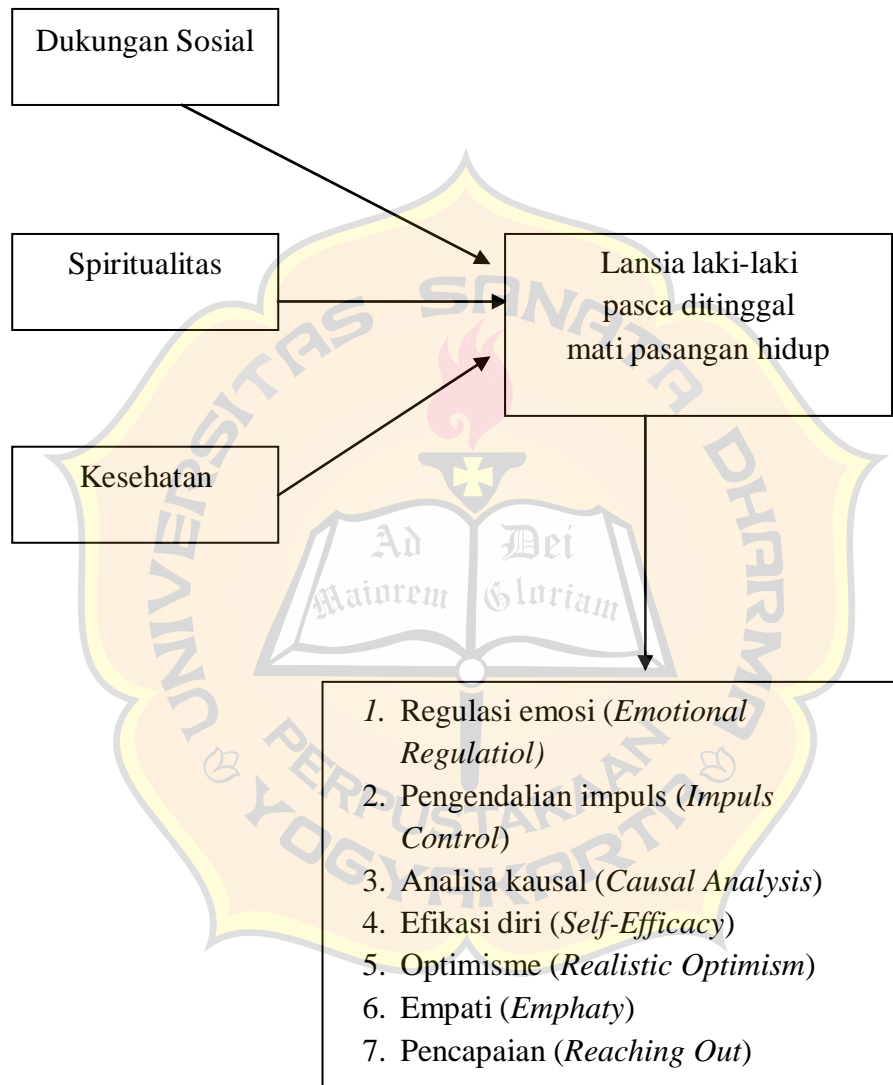
Masa lanjut usia merupakan fase akhir dalam hidup manusia. Masa lanjut usia dikatakan juga sebagai fase kemunduran. Individu lanjut usia akan mengalami kemunduran fisik seperti terganggunya daya ingat, metabolisme tubuh, pendengaran dan penglihatan. Individu juga mengalami kemunduran

psikologis seperti merasa ditinggalkan, timbulnya rasa kesepian, dan merasa kehilangan sosok anak. Tidak hanya itu, kemunduran lain yang juga dialami oleh individu lanjut usia adalah kemunduran intelektual meliputi persepsi kemampuan memori, belajar dan kognitif yang menyebabkan individu lanjut usia sulit untuk berinteraksi dan dipahami oleh lingkungan. Keterbatasan dan kemunduran yang dialami oleh lansia menyebabkan lansia cenderung menarik diri dari pergaulan dan lingkungan sosialnya. Selanjutnya, di tengah berbagai kemunduran dan keterbatasan yang dialami oleh individu lanjut usia, permasalahan lain yang juga dialami adalah kehilangan atau ditinggal mati pasangan hidup. Dalam Fikriyah (2017) kehilangan pasangan hidup merupakan tantangan besar bagi individu lanjut usia, untuk menghadapi permasalahan tersebut diperlukan penyesuaian diri yang baik agar tetap mampu menjalani hari-hari tanpa didampingi pasangan hidup. Hal ini menyebabkan individu membutuhkan kapasitas dan kemampuan dalam menghadapi berbagai permasalahan secara positif. Menurut Reivich & Shatte (2002) kemampuan tersebut disebut dengan resiliensi. Bobey (1999) mengatakan resiliensi adalah kemampuan individu untuk mampu bertahan saat mengalami penderitaan dan memperbaiki kekecewaan yang dihadapinya. Resiliensi pada lansia dianggap cukup berat jika dibandingkan dengan tahapan usia lainnya. Hal ini karena kondisi lansia yang mengalami banyak penurunan pada beberapa aspek, sehingga Hurlock (1980) mengatakan dibutuhkan usaha yang lebih besar bagi lansia untuk melakukan adaptasi terhadap kejadian-kejadian berat dan traumatis yang dialami. Resiliensi bagi lansia laki-laki

pasca ditinggal mati meliputi berbagai hal seperti pengaturan emosi agar individu mampu tetap tenang bahkan dalam keadaan yang tertekan, optimisme dalam diri yang meyakini bahwa situasi dan keadaan akan berubah menjadi lebih baik. Individu juga memiliki empati dan kontrol terhadap impuls untuk mengendalikan dorongan dari dalam diri sehingga dapat berpikir dengan bijak, memiliki kemampuan untuk menganalisa permasalahan dan mencari penyebab terjadinya suatu masalah secara akurat, pencapaian (*reaching out*) yang berarti kemampuan individu untuk meningkatkan aspek positif dalam dirinya sehingga dapat mengatasi rasa takut sehingga lansia dapat menjalani kehidupan dan bangkit dari musibah terjadi. Dilihat dari faktor-faktor yang mempengaruhi, maka ada kemungkinan perbedaan resiliensi bila ditinjau dari dukungan sosial, spiritualitas dan kondisi kesehatan. Lansia yang memiliki dukungan sosial akan lebih resilien jika dibandingkan dengan lansia yang tidak memiliki dukungan sosial, hal ini terjadi karena untuk menghadapi kesulitan dan kesengsaraan lansia membutuhkan dukungan dari lingkungan sekitar agar dapat bangkit dari keterpurukan. Lansia yang memiliki spiritualitas akan lebih resilien karena memiliki mempercayai bahwa ketika dirinya sedang dalam kesengsaraan, dirinya akan ditolong oleh Tuhan agar mampu bangkit kesengsaraan yang dialaminya. Lansia yang memiliki kondisi kesehatan yang baik juga akan memiliki resiliensi yang baik.

**D. Skema Dinamika Resiliensi Lansia Laki-laki Pasca Ditinggal Mati**

**Pasangan Hidup**



### BAB III

#### METODE PENELITIAN

##### A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan jenis penelitian dengan data numerik yang dianalisis secara statistik menurut Creswell (dalam Supratiknya 2015). Azwar (2017) mengatakan bahwa penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang analisisnya mengutamakan data berupa angka yang akan diperoleh melalui prosedur pengukuran dan diolah dengan menggunakan metode analisis statistika. Berdasarkan kedalaman analisis dan penyimpulan hasil, penelitian ini bersifat deskriptif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang hasilnya terbatas hanya pada pemaparan data secara faktual (Azwar, 2017).

##### B. Variabel penelitian & Definisi Operasional

###### 1. Resiliensi

Resiliensi adalah kapasitas atau kemampuan individu untuk bangkit dan bertahan dari suatu keadaan yang menekan sehingga individu dapat memulihkan kebahagiaan setelah menghadapi situasi yang tidak menyenangkan.

Resiliensi akan diukur menggunakan skala yang dibuat berdasarkan enam aspek menurut Reivich dan Shatte (2002) yaitu regulasi emosi (*Emotion regulation*), kontrol terhadap impuls (*Impulse Control*), optimisme (*Optimism*), kemampuan menganalisa masalah (*Causal*

*analysis*), empati (*Empathy*), Efikasi diri (*Self Efficacy*), Pencapaian (*Reaching out*).

## **2. Dukungan Sosial**

Dukungan sosial didefinisikan sebagai transaksi interpersonal yang melibatkan satu atau lebih aspek-aspek berikut seperti informasi, perhatian, emosi, penilaian, dan bantuan instrumental. Dukungan sosial juga dapat didefinisikan sebagai sebuah pertolongan yang seseorang peroleh dari interaksi sosialnya dengan orang lain, sehingga ketika seseorang berinteraksi dengan orang-orang di sekelilingnya dapat menaikan perasaan positif. Dukungan dapat berupa dorongan semangat, perhatian, penghargaan, bantuan dan kasih sayang yang membuat individu menganggap bahwa dirinya dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh orang lain.

## **3. Kondisi kesehatan**

Kesehatan adalah keadaan sejahtera badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomi, kesehatan individu tidak hanya diukur dari aspek fisik saja. Namun, mencakup pula aspek mental, sosial, dan produktivitasnya.

## **4. Spiritualitas**

Spiritualitas didefinisikan sebagai kepercayaan individu bahwa Tuhan akan membantu dirinya dalam setiap kesulitan yang dialaminya. Spiritualitas juga didefinisikan sebagai penjiwaan diri manusia pada Sang



pencipta dalam kehidupan sehari-hari untuk menemukan arti dan misi dalam kehidupan di dunia yang mencakup nilai-nilai kebaikan. Spriritualitas juga merupakan kesadaran rohani untuk menjalin hubungan dengan yang dianggap memiliki kekuatan besar, menemukan makna dan tujuan hidup, menciptakan keharmonisan dan kesejahteraan dengan alam semesta dan mengambil hikmah di setiap peristiwa.

Skor yang semakin tinggi pada skala menunjukkan resiliensi yang semakin tinggi dan skor rendah menunjukkan resiliensi yang rendah

## **5. Subjek Penelitian**

Subjek dalam penelitian ini adalah lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidupnya. Pemilihan subjek didasarkan pada kriteria yaitu lansia laki-laki berusia 50-75 tahun yang ditinggal mati pasangan hidup. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *non-random sampling* khususnya *convenience sample*, yang berarti anggota sampel dipilih berdasarkan ketersediaan untuk mengaksesnya (Supratiknya, 2015).

## **6. Instrumen**

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek resiliensi Reivich & Shatte (2002) yang kemudian dikembangkan menjadi alat ukur. Alat ukur resiliensi terdiri dari 16 item disusun dengan skala Likert. Diberikan rentang angka pada setiap item dari rentang sangat setuju hingga sangat tidak setuju yang menunjukkan kesesuaian pertanyaan pada skala dengan yang dirasakan oleh responden.

Peneliti membuat susunan item-item pada skala resiliensi berdasarkan aspek-aspek yang dikembangkan.



**Tabel 1***Blueprint Skala Resiliensi*

No	Aspek	Nomor Ketersebaran Item	Total Item
1	Regulasi Emosi	1,2,3	3
2	Kontrol terhadap Impuls	4,5,6,7	4
3	Optimisme	8,9	2
4	Kemampuan Menganalisa Masalah	10,11,12	3
5	Empati	13	1
6	Efikasi Diri	14	1
7	Pencapaian	15,16	2
Total Item 16			

**1. Alat Ukur Resiliensi**

Validasi merupakan kualitas yang menunjukkan sejauh mana suatu tes dapat mengukur atribut psikologi yang ingin diukur (Supratiknya, 2014). Penelitian ini menggunakan validitas isi untuk melihat kesesuaian seluruh aspek yang ada dalam instrumen dengan konstruk yang hendak diukur (Supratiknya, 2015). Validitas isi telah dilakukan dengan cara menerima masukan dan memperbaiki item sesuai dengan masukan dari dosen pembimbing selaku ahli (*expert judgement*)

**2. Reliabilitas Alat Ukur Resiliensi**

Hasil uji reliabilitas :

**Tabel 2***Hasil Alpha cronbach*

	<i>Mean</i>	<i>Alpha Cronbach</i>
Aitem 1	52,56	0,947
Aitem 2	52,69	0,948
Aitem 3	53,06	0,956
Aitem 4	52,63	0,948
Aitem 5	52,63	0,948
Aitem 6	53,21	0,954
Aitem 7	52,85	0,949
Aitem 8	52,31	0,947
Aitem 9	52,48	0,947
Aitem 10	52,40	0,947
Aitem 11	52,48	0,946
Aitem 12	52,83	0,951
Aitem 13	52,65	0,946
Aitem 14	52,63	0,947
Aitem 15	52,27	0,949
Aitem 16	52,83	0,951

Reliabilitas adalah konsistensi hasil pengukuran jika prosedur pengetesannya dilakukan secara berulang kali dalam Supratiknya (2014). Teknik pengujian reliabilitas instrument dalam penelitian ini menggunakan *Alpha Cronbach*, teknik ini digunakan karena mampu mengestimasi konsistensi internal setiap item secara lebih luas. Menurut Kline (1986, seperti yang dikutip dalam Supratiknya, 2014) koefisien reliabilitas yang baik adalah  $> 0,70$ . Hasil uji *Alpha Cronbach* dalam penelitian ini menunjukkan skala

resiliensi memiliki koefisien *alpha Cronbach* sebesar 0,952 hal ini menunjukkan skala resiliensi yang digunakan dalam penelitian ini dianggap reliabel atau cukup memuaskan. Hasil ini menunjukkan skala resiliensi pada penelitian ini dianggap reliabel dan cukup memuaskan.

## 7. Analisis Data

Tujuan penelitian ini adalah mengungkapkan gambaran resiliensi lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup serta jika ditinjau dari dukungan sosial, kondisi kesehatan dan spiritualitas yang dimiliki lansia. Gambaran resiliensi lansia laki-laki akan diperoleh dari perbandingan *mean* empirik dan *mean* teoritik pada skala resiliensi lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup dengan uji *one sample t-test*. Uji ini digunakan untuk menguji rata-rata suatu kelompok juga untuk mengetahui signifikansi perbedaan rata-rata, serta jika ditinjau dari dukungan sosial, kondisi kesehatan dan spiritualitas yang dimiliki lansia.

Penelitian ini juga mengungkapkan faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi lansia laki-laki pasca ditinggal mati pasangan hidup, yaitu dukungan sosial, kondisi kesehatan dan spiritualitas. Pada faktor dukungan sosial akan diuji dengan menggunakan *Oneway Anova* Kemudian untuk faktor kondisi kesehatan dan spiritualitas akan diuji dengan menggunakan *independent sample test*. Namun, sebelum itu peneliti melakukan uji normalitas terlebih dahulu untuk mengetahui apakah data tersebar dengan normal. Data yang diperoleh melalui alat ukur resiliensi akan dihitung dengan menggunakan perangkat lunak IBM SPSS Statistik versi 23.

## 8. Etika Penelitian

Selama proses penelitian berlangsung, peneliti wajib memperhatikan etika penelitian dan menjaga kesejahteraan psikologis para partisipan agar tidak terjadi hal-hal yang merugikan partisipan. Willig (2008) mengatakan bahwa ada beberapa etika penelitian yang harus diperhatikan, pertama, peneliti harus memberikan lembar *informed concern* kepada partisipan. *informed concern* merupakan lembaran pernyataan yang berisi informasi mengenai tujuan serta prosedur penelitian yang harus ditandatangani oleh partisipan sebelum melakukan proses pengambilan data. Kedua, peneliti harus bersikap jujur dan terbuka kepada partisipan sehingga peneliti menghindari segala macam bentuk pemberian informasi yang salah yang dapat merugikan partisipan. Ketiga, partisipan diperbolehkan untuk tidak meneruskan proses penelitian tanpa adanya sanksi dalam bentuk apapun. Keempat, peneliti harus memiliki serta menjaga komitmen untuk menjaga kerahasiaan data partisipan selama proses penelitian sedang berlangsung.

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Pelaksanaan dan Deskripsi Subjek Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 6 Juni 2022 hingga 12 Juni 2022. Penelitian dilakukan dengan cara menyebarkan skala resiliensi dengan menggunakan media online berupa *google form*. Subjek yang digunakan pada penelitian ini adalah lansia awal laki-laki dengan rentang usia 50-70 tahun yang ditinggal mati pasangan hidup. Subjek didapatkan dengan cara menyebar *google form* melalui media sosial *whatsapp* dan Instagram. Dikarenakan tidak mudah dalam mencari subjek. Maka, peneliti meminta bantuan kepada orang tua peneliti untuk menyebarkan *google form* melalui grup-grup *whatsapp* kantor, selain itu juga, peneliti meminta bantuan kepada teman-teman untuk bantu menyebarkan skala penelitian melalui *whatsapp*. Pada penelitian ini terdapat informasi subjek mengenai usia, kondisi kesehatan dan spiritualitas.

Berdasarkan data yang diperoleh subjek penelitian terdiri dari 52 lansia laki-laki yang kehilangan pasangan hidup, namun ada 3 subjek yang gugur dikarenakan tidak sesuai kriteria umur, sehingga yang tersisa hanya 49 subjek lansia laki-laki yang kehilangan pasangan hidup. Deskripsi dari data responden yang disajikan adalah usia, kondisi kesehatan, spiritualitas, dan dukungan sosial.

**Table 3***Deskripsi Data Usia Responden*

Usia	Jumlah	Presentasi
50-60 tahun	46	94%
60-75 tahun	3	6%
Total	49	100%

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa responden dalam penelitian ini didominasi oleh laki-laki lanjut usia dalam rentang usia 50 sampai dengan 60 tahun dengan presentasi sebesar 94%, kemudian responden dengan usia 60-75 tahun hanya sebesar 6%.

**Tabel 4***Deskripsi data kondisi kesehatan responden*

Kondisi kesehatan	Jumlah	presentasi
Sehat	39	79%
Tidak sehat	10	21%
total	49	100%

**B. Hasil Penelitian**

Peneliti akan menjelaskan mengenai hasil penelitian berdasarkan data yang sudah diperoleh dari seluruh subjek skala resiliensi lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup untuk menjawab pertanyaan penelitian. Hasil gambaran resiliensi akan diperoleh melalui uji perbedaan *mean* empirik dan *mean* teoritik. *Mean* empirik yaitu rata-rata perolehan skor subjek penelitian. Perhitungan *mean* empirik diperoleh melalui hasil uji *One-Sample Test* dengan menggunakan bantuan program SPSS. Sedangkan, *mean* teoritik diperoleh dari perhitungan secara manual yang



menggunakan skor terendah, skor tertinggi serta jumlah aitem pada skala. Namun, sebelum melakukan perhitungan tersebut perlu dilakukan uji normalitas terlebih dahulu. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji *Shapiro-Wilk* agar dapat diketahui data tersebar dengan normal. Sebuah data dapat dikatakan normal jika memiliki nilai  $p > 0,05$ . Setelah dilakukan uji normalitas, data yang diperoleh dari uji *Shapiro-Wilk* sebesar 0,260 hal ini menunjukkan nilai  $p > 0,05$  yang artinya data yang diuji berdistribusi normal.

$$\text{Mean} = \frac{(\text{skor terendah} \times \text{jumlah item}) + (\text{skor tertinggi} \times \text{jumlah item})}{2}$$

$$\text{Mean} = \frac{(1 \times 16) + (5 \times 16)}{2}$$

$$\text{Mean} = 48$$

$$\text{Range} = \text{nilai maksimal} - \text{nilai minimum} = 64$$

$$\text{Standar deviasi} = \frac{64}{6} = 10,6$$

**Tabel***Tabel hasil Mean Empirik dan Mean Teoritik*

Hasil Mean Empirik dan Mean Teoritik					
Teroritik	Empirik	Perbedaan Mean	<i>t</i>	df	signifikansi
Mean	48	55,86	7,86	4,01	0,000
SD	10	13,71			

Berdasarkan tabel 2 yang menjabarkan hasil *mean* empirik dan *mean* teoritik diperoleh hasil mean teoritik sebesar 48 dan mean empiris sebesar 55,86 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Selisih *mean* empirik dan *mean* teoritik sebesar 7,8. Dengan adanya perbedaan yang signifikan antara *mean* empirik dan *mean* teoritik hal ini menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini yaitu lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup memiliki resiliensi yang tinggi.

**Tabel**

*Table Uji Independen Sample T-test*

		Mean	sig
Dukungan sosial	Tinggal bersama keluarga	60,00	0,001
	Tinggal bersama pengasuh	45,50	
	Tinggal sendiri	44,18	
Kondisi kesehatan	Tidak memiliki riwayat penyakit	39	0,014
	Memiliki riwayat penyakit	10	
Spiritualitas	Rutin melakukan kegiatan beribadah	57,56	0,151
	Tidak rutin melakukan kegiatan beribadah	51,15	

Pada bagian ini akan menjawab pertanyaan penelitian yang sudah dipaparkan pada bagian sebelumnya yaitu adakah perbedaan resiliensi lansia laki-laki pasca tinggal mati pasangan hidup jika ditinjau dari adanya dukungan sosial.

Data yang diperoleh dari uji *Oneway Anova* menunjukkan hasil 0,001 hal ini menunjukkan nilai  $p < 0,05$  yang artinya terdapat perbedaan resiliensi antara lansia laki-laki pasca ditinggal mati pasangan hidup yang memiliki dukungan sosial, yaitu yang tinggal bersama keluarga, tinggal bersama pengasuh dan tinggal sendiri. Hal ini juga diperkuat dengan perbedaan *mean* pada masing-masing kelompok, yaitu yang tinggal bersama keluarga memiliki *mean* 60.00, yang tinggal bersama pengasuh

memiliki *mean* 45.50 dan yang tinggal sendiri memiliki *mean* 44.18 yang menunjukkan adanya perbedaan resiliensi jika ditinjau dari faktor dukungan sosial.

Selanjutnya dilakukan *independent sample test* untuk melihat apakah ada perbedaan resiliensi pada lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup jika ditinjau dari kondisi kesehatan, setelah dilakukan uji *independent sample test* dan hasilnya adalah 0,014 yang artinya nilai  $p < 0,05$ , maka ada perbedaan resiliensi antara lansia laki-laki yang memiliki kondisi kesehatan yang baik dan lansia laki-laki yang memiliki riwayat penyakit. Hal ini juga diperkuat dari perbedaan *mean* yaitu lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup yang memiliki kondisi kesehatan yang baik memiliki *mean* 39 dan lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup yang memiliki riwayat penyakit memiliki *mean* 10.

Terakhir dilakukan juga uji *independent sample test* untuk melihat apakah spiritualitas berpengaruh pada resiliensi lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup, hasilnya 0,151 artinya nilai  $p > 0,05$ . Hasil tersebut menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan. Hal itu terlihat juga dari *mean* hasil uji *independent sample test*

### C. Pembahasan

Berdasarkan data yang didapatkan dari penelitian ini, ditemukan bahwa subjek memiliki resiliensi yang tinggi. Hal ini dibuktikan dari skor *mean* empirik yang memiliki perbedaan signifikan dengan *mean* teoritik. Dengan adanya temuan di atas maka mendukung kerangka konseptual

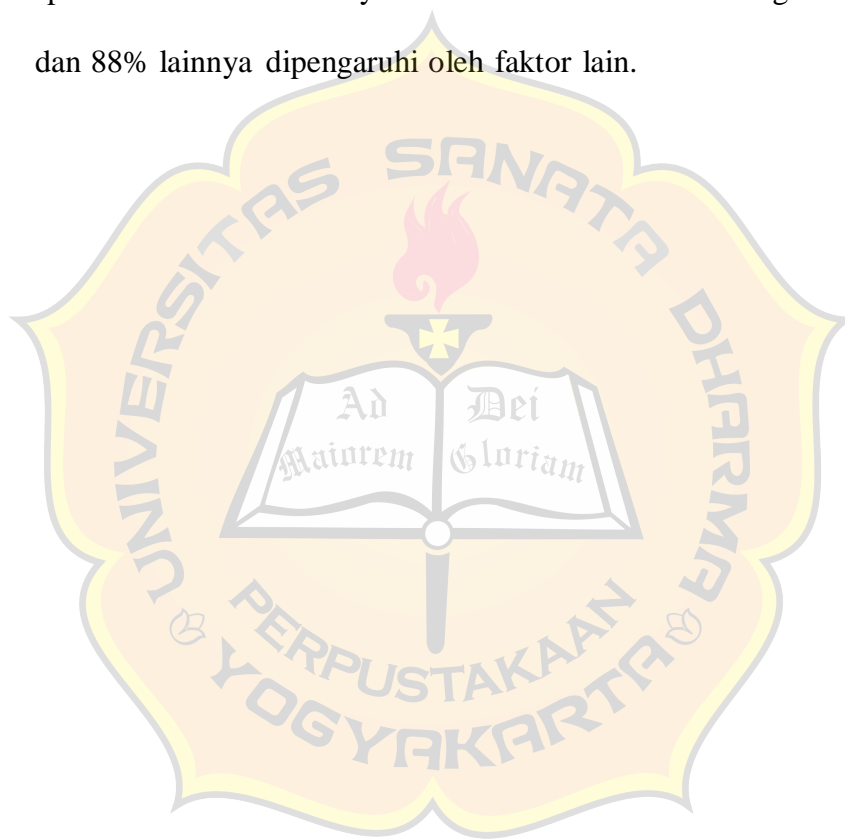
yang telah dibuat. Dari hasil penelitian yang dilakukan, ditemukan bahwa subjek dalam penelitian ini yaitu lansia laki-laki yang pasca ditinggal mati pasangan hidupnya memiliki resiliensi yang baik. Hal ini dapat terjadi karena lansia mampu bangkit dari keterpurukan yang dialaminya. Selain itu dari hasil penelitian juga dapat dilihat bahwa faktor dukungan sosial, kondisi kesehatan dan spiritualitas juga turut menjadi faktor pendukung dalam proses resiliensi lansia laki-laki pasca ditinggal mati pasangan hidup.

Selanjutnya resiliensi lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup jika ditinjau berdasarkan dukungan sosial juga memiliki perbedaan dengan lansia laki-laki yang tidak memiliki dukungan sosial. Hasil yang didapatkan yaitu adanya perbedaan *mean* pada masing-masing kelompok, yaitu yang tinggal bersama keluarga memiliki *mean* 60.00, yang tinggal bersama pengasuh memiliki *mean* 45.50 dan yang tinggal sendiri memiliki *mean* 44.18 yang menunjukkan adanya perbedaan resiliensi jika ditinjau dari faktor dukungan sosial. Temuan di atas sesuai dengan penelitian sebelumnya oleh Ambarani (2019) yang mengatakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh individu, maka semakin tinggi juga resiliensinya. Sejalan Sarafino (2008) yang memaparkan dengan memiliki dukungan sosial yang tinggi, individu akan mampu menjalani hari-hari kedepan dengan merasa dihormati dan dicintai serta diterima oleh lingkungan, sehingga individu tersebut memiliki kondisi resilien.

Terdapat perbedaan resiliensi pada lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup jika ditinjau dari kondisi kesehatan, yaitu memiliki kondisi yang sehat dan yang memiliki riwayat penyakit. Berdasarkan hasil yang didapatkan setelah dilakukan uji *independent sample test* dan hasilnya adalah 0,014 yang artinya nilai  $p < 0,05$ , maka ada perbedaan resiliensi antara lansia laki-laki yang memiliki kondisi kesehatan yang baik dan lansia laki-laki yang memiliki riwayat penyakit. Hasil penelitian ini sesuai dengan Qiu et al (2020) yang mengatakana lansia di atas 50 tahun yang memiliki riwayat penyakit lebih mudah mengalami stress maupun depresi sehingga imunitas tubuh lansia akan menurun yang membuat lansia menjadi tidak resilien. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Shally dan Prasetyningrum (2017) mengatakan bahwa kondisi stress akibat adanya riwayat penyakit yang dimiliki individu membuat individu berpikir secara tidak akurat yang menyebabkan individu menjadi tidak resilien dalam menghadapi masalah.

Resiliensi lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup jika ditinjau dari spiritualitas yaitu lansia laki-laki yang rutin melakukan kegiatan beribadah dan yang tidak rutin melakukan kegiatan beribadah. Setelah dilakukan uji *independent sample test* untuk melihat apakah spiritualitas berpengaruh pada resiliensi lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup, hasilnya 0,151 artinya nilai  $p > 0,05$ . Lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup yang rutin melakukan kegiatan beribadah memiliki *mean* 57,56 dan lansia laki-laki ditinggal mati

pasangan hidup yang tidak rutin melakukan kegiatan ibadah memiliki mean 51,15. Hal ini berarti tidak ada perbedaan resiliensi yang signifikan antara lansia yang rutin melakukan kegiatan beribadah dan lansia yang tidak rutin melakukan kegiatan beribadah. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Cahyani & Akmal (2017:37) yang menyatakan bahwa spiritualitas memberi hanya 12% kontribusi dalam meningkatkan resiliensi dan 88% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain.



## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang dilakukan pada penelitian ini, maka didapatkan beberapa kesimpulan, yaitu:

1. Resiliensi lansia laki-laki pasca ditinggal mati pasangan hidup pada subjek yang diteliti cenderung tinggi.
2. Terdapat perbedaan resiliensi pada lansia laki-laki ditinggal mati pasangan hidup yang memiliki dukungan sosial dan yang tidak memiliki dukungan sosial. Lansia laki-laki ditinggal mati pasangan hidup yang memiliki dukungan sosial lebih resilien daripada yang tidak memiliki dukungan sosial.
3. Lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup dengan kondisi kesehatan yang baik lebih resilien daripada yang memiliki riwayat penyakit.
4. Jika ditinjau dari spiritualitas tidak ada perbedaan yang signifikan pada resiliensi lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup yang rutin melakukan kegiatan beribadah dan tidak rutin melakukan kegiatan beribadah.

#### B. Keterbatasan penelitian

Terdapat beberapa keterbatasan pada penelitian ini yaitu, tidak dilakukan uji coba pada skala yang digunakan serta peneliti kesulitan untuk mencari subjek yang sesuai dengan kriteria, sehingga pada



penelitian ini hanya menggunakan 49 subjek lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup yang oleh sebab itu akan berpengaruh pada hasil penelitian karena tidak secara maksimal mewakili populasi lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup. Selain itu, Pustaka yang digunakan dalam penelitian ini terbatas.

## C. Saran

### 1. Bagi Penelitian Selanjutnya

Berdasarkan keterbatasan penelitian diatas, penelitian selanjutnya dapat melakukan uji coba terlebih dahulu agar alat ukur yang digunakan bisa lebih reliabel. Selain itu juga untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat mendapatkan subjek lebih lebih banyak, agar dapat lebih mewakili populasi.

### 2. Bagi lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup

Saran bagi lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup agar selalu optimis dalam menjalani hidup, selain itu menjaga kesehatan agar tubuh tetap sehat karena kondisi kesehatan pada lanjut usia berpengaruh terhadap resiliensi.

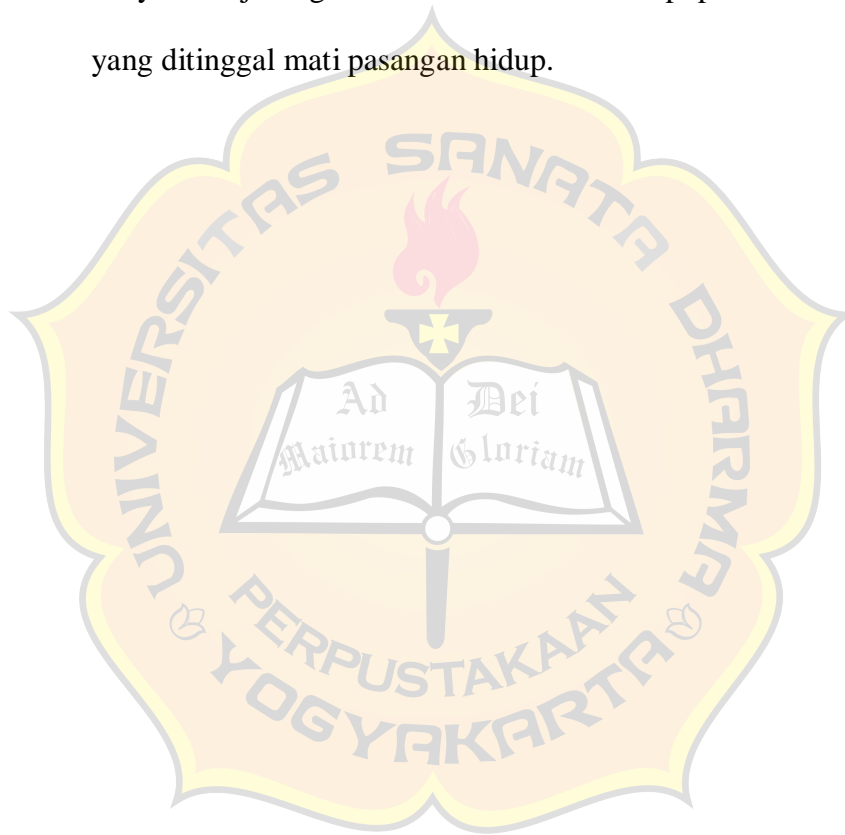
### 3. Bagi keluarga lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup

Saran bagi keluarga dari lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidup agar selalu memberikan dukungan semaksimal mungkin kepada lansia yang kehilangan pasangan hidup, karena kehilangan pasangan hidup di usia lansia bukanlah hal yang mudah,

sehingga peran keluarga sangat menentukan proses resiliensi yang sedang lansia jalani.

#### 4. Bagi penelitian selanjutnya

Berdasarkan keterbatasan penelitian yang sudah dijelaskandiatas, saran bagi penelitian selanjutnya adalah mencari dan meneliti lebih banyak subjek agar benar-benar mewakili populasi lansia laki- laki yang ditinggal mati pasangan hidup.



## DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal, A. (2018). Permasalahan yang dialami lansia dalam menyesuaikan diri terhadap penguasaan tugas-tugas perkembangannya. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 2(2), 91-106.  
<http://dx.doi.org/10.29240/jbk.v2i2.462>
- Aldila, M., & Mudjiran, M. (2019). Hubungan dukungan dosial terhadap kesepian pada lansia di kelurahan Campago Bukittinggi. *Jurnal Riset Psikologi*, (4).  
<http://dx.doi.org/10.24036/jrp.v2019i4.7685>
- Ambarini, D. A. S. (2019). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada janda cerai mati. *Universitas Sanata Dharma Yogyakarta*.
- Apneseth, K., Wahl, A. M., & Hollnagel, E. (2018). Measuring resilience in integrated planning. *In Oil and Gas, technology and humans* (pp. 129- 144). CRC press.
- Asfira, A. (2020). Resiliensi lansia laki-laki yang ditinggal mati atau cerai oleh pasangan dalam menjalankan kehidupannya Studi kasus di Desa Sumberanget Kecamatan Ledokombo Kabupaten Jember

- Desiningrum, D.R. (2015). Kesejahteraan psikologis lansia janda atau duda ditinjau dari persepsi terhadap dukungan sosial dan gender. *Jurnal Psikologi*, 13(2), 102-106. <https://doi.org/10.14710/jpu.13.2.102-201>
- Fikriyah, I. (2017). Resiliensi pada lansia laki-laki yang ditinggal mati pasangan hidupnya. *Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim*. <http://etheses.uin-malang.ac.id/9078/>
- Hébert, M., Langevin, R., & Charest, F. (2014). Factors associated with resilience in preschoolers reporting sexual abuse: A typological analysis. *International Journal of Child and Adolescent Resilience*, 2(1), 46-58.
- Ismalinda, W., & Dewi, A. P. (2014). Hubungan keberadaan pasangan hidup dengan harga diri pada lansia. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 2(1), 24-30.
- Jannah, S. A. N. (2016). Studi deskriptif mengenai resiliensi pada pria penyandang lupus usia dewasa awal di Syamsi Dhuha Foundation Bandung. *Universitas Islam Bandung*. <http://hdl.handle.net/123456789/3199>
- Kail, R. V., & Cavanaugh, J. C. (2018). *Human development: A life-span view*. Cengage Learning.
- Missasi, V., & Izzati, I. D. C. (2019, November). Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi. *Seminar Nasional Magister Psikologi*

*Universitas Ahmad Dahlan,* 433-441.

<http://seminar.uad.ac.id/index.php/snmpuad/article/view/3455>

Nindialoka, H. (2017). Dinamika psikologis proses pencapaian successful aging pada lansia pensiunan. *Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.*

Norouzinia, R., Heidari, A. E., & Ahmadi, B. E. (2018). The Relationship between Resilience and Locus of Control in Students of Alborz University of Medical Sciences in 2017. *Resiliensi Lansia di Panti Jompo BPPLU Provinsi Bengkulu.*

Pandji, D. (2013). *Menembus dunia lansia.* Elex Media Komputindo.

Pragholapati, A., & Munawaroh, F. (2020). Resiliensi pada lansia. *Jurnal Surya Muda*, 2(1), 1-8.

Prawitasari, J. E. (1994). Aspek sosio-psikologis lansia di Indonesia. *Buletin Psikologi*, 2(1), 27-34.

Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles.* Broadway books.

Rojas, L. F. (2015). Factors affecting academic resilience in middle school students: A case study. *Gist: Education and Learning Research Journal*, (11), 63-78.

Sawitri, D. R. (2007). Menjalani hidup sepeninggal suami: kenangan, perjuangan, dan harapan. *Jurnal Psikologi Undip.*

- Shally, R. D. V., & Prasetyaningrum, J. (2017). Resiliensi pada Penderita Kanker Serviks Stadium Lanjut. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(1).
- Sincihu, Y., Daeng, B. H., & Yola, P. (2018). Hubungan kecemasan dengan derajat insomnia pada lansia. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Wijaya Kusuma*, 7(1), 15-30.
- Utami, C. T. (2017). Self-efficacy dan resiliensi: Sebuah tinjauan meta- analisis. *Buletin Psikologi*, 25(1), 54-65.
- Rizaldi, A. A., & Rahmasari, D. (2021). Resiliensi pada lansia penyintas covid-19 dengan penyakit bawaan. *Universitas Negeri Surabaya*.
- Widyowati, W., & Uyun, Z. (2013). Resiliensi pada lansia yang ditinggal mati pasangan hidupnya. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Yuniar, I. G. A. A., Nurtjahjanti, H., & Rusmawati, D. (2011). Hubungan antara kepuasan kerja dan resiliensi dengan Organizational Citizenship Behavior (OCB) pada karyawan kantor pusat PT. BPD Bali. *Jurnal Psikologi*, 9(1).  
<https://doi.org/10.14710/jpu.9.1>

