

## Faktor – faktor yang mempengaruhi resiliensi

**Vallahatullah Missasi**

Magister Psikologi, Program Pascasarjana, Universitas Ahmad Dahlan  
vallahatullahmissasi@yahoo.com

**Indah Dwi Cahya Izzati**

Magister Psikologi, Program Pascasarjana, Universitas Ahmad Dahlan  
indah1807044022webmail.uad.ac.id

### ABSTRAK

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk bangkit dalam menghadapi dan mengatasi situasi yang berisiko dan penuh tekanan melalui pertahanan kompetensi yang dimiliki serta adaptasi yang positif dan fleksibel terhadap perubahan dari pengalaman yang penuh tekanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hasil-hasil penelitian (*literature review*) mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi pada individu. Penelusuran literatur dilakukan pada database elektronik *Google Scholar, SAGE Journals, Elsevier, Science direct* dan *Research Gate* dengan menggunakan kata kunci “resiliensi”. Hasil penelusuran menunjukkan bahwa resiliensi dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi resiliensi antara lain spiritualitas, *selfefficacy*, *optimisme*, *self esteem*, sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi resiliensi adalah dukungan social.

*Kata Kunci : Faktor Eksternal, Faktor Internal, Resiliensi*

### ABSTRACT

*Resilience is the ability of individuals to rise up in dealing with and coping with risky and stressful situations through the defense of their competence and positive and flexible adaptation to changes from stressful experiences. This study aims to examine the results of research (literature review) regarding the factors that influence resilience in individuals. Literature search was conducted on the electronic database SAGE Journals, Google Scholar, Elsevier, Science direct and Research Gate by using the keyword "resilience". The search results show that resilience is influenced by internal and external factors. Internal factors that influence resilience include spirituality, self efficacy, optimism, self esteem, while the external factors that influence resilience are social support.*

*Keywords : External Factors, Internal Factors, Resilience*

### PENDAHULUAN

Resiliensi merupakan suatu usaha dari individu sehingga mampu beradaptasi dengan baik terhadap keadaan yang menekan, sehingga mampu untuk pulih dan berfungsi optimal dan mampu melalui kesulitan. Secara umum resiliensi merujuk pada faktor-faktor yang membatasi perilaku negatif yang dihubungkan dengan stres dan hasil yang adaptif meskipun dihadapkan dengan kemalangan atau kesengsaraan (Waxman, Gray, & Padron, 2003). Menurut Diclemente, Santelli dan Crosby (2009) resiliensi memiliki keterkaitan sangat erat dengan stres, karena keduanya merupakan konstruk yang tidak dapat dipisahkan. Resiliensi hanya bisa dijelaskan ketika ada kondisi

Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan  
08 Agustus, 2019, Hal. 433-441

kesengsaraan/tekanan yang dihadapi seseorang, sementara kondisi tersebut dapat memicu stres; dan manajemen stres yang mengarah pada adaptasi yang positif adalah resiliensi.

Resiliensi dipahami sebagai kemampuan untuk bangkit kembali setelah mengalami kesulitan, untuk melanjutkan kehidupan dengan harapan akan menjadi lebih baik (Rutter, 2006). Dalam perkembangannya, resiliensi dipandang bukan hanya dipengaruhi oleh faktor individu dan genetis, namun juga banyak dipengaruhi oleh budaya, dan lingkungan sekitar individu tersebut. Meskipun suatu tingkah laku dinyatakan banyak dipengaruhi oleh faktor genetis, namun pada manifestasinya, banyak dipengaruhi oleh faktor budaya, baik yang meningkatkan, maupun yang justru menurunkan tingkat resiliensi (Wong & Wong, 2006). Pernyataan lain tentang resiliensi yang dikemukakan oleh Reivich dan Shatte (2002) menjelaskan bahwa resiliensi merupakan kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan.

Thomsen (Mashudi, 2016) mengatakan bahwa terdapat benih resiliensi dalam diri setiap individu. Menurut Corner (Dewi, Djoenaina & Melisa, 2004) menyebutkan pada dasarnya setiap individu mempunyai kemampuan untuk tangguh (*resilience*) secara alami. Banyak faktor yang mempengaruhi resiliensi salah satunya *self esteem*. Menurut Santrock (2009) *self-esteem*, mengacu pada suatu gambaran menyeluruh dari individu. Burns dan Covington (Owens, Stryker & Goodman, 2006) menjelaskan bahwa, *self esteem* diartikan sebagai pelindung individu dari pengaruh sakit dan mencegah dari berbagai macam permasalahan hidup. Dasar pemikiran ini mengartikan bahwa individu dengan *self esteem* yang tinggi, memiliki sikap yang secara sosial lebih dapat diterima dan bertanggungjawab. Hal ini membuat individu tersebut menjadi lebih resiliensi dalam menghadapi perubahan dalam hidup, dan secara umum menunjukkan pencapaian yang lebih tinggi, dan pada akhirnya secara sosioemosional lebih baik. Berdasarkan pemaparan tersebut, diketahui bahwa penting untuk mengkaji faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi resiliensi pada individu.

Resiliensi adalah proses beradaptasi baik dalam situasi trauma, tragedi, ataupun kejadian lainnya yang mungkin dapat menimbulkan stres (Mahmood & Ghaffar, 2014). Selain itu Pidgeon, Rowe, Stapleton, Magyar, dan Lo (2014) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan untuk merespon permasalahan dengan baik, kemampuan untuk berhasil dalam menghadapi kesengsaraan, serta mampu untuk memiliki harapan yang lebih dalam keadaan kesulitan. Resiliensi menggambarkan cara individu untuk pulih dari kemunduran atau trauma, serta bagaimana individu tersebut mampu mengatasi tantangan dalam hidup (Eley et al., 2013).

Menurut Reivich dan Shatte (Nasution, 2011) individu mampu bangkit dari trauma yang mereka hadapi apabila memiliki resiliensi yang baik. Individu belajar bahwa kegagalan bukanlah akhir dan mencari pengalaman baru yang lebih menantang. Individu memandang kegagalan itu sebagai sebuah pembelajaran yang bermakna untuk kehidupan selanjutnya. Hal ini membuat setiap

manusia memang membutuhkan resiliensi untuk dapat bangkit dari kesulitan atau kegagalan yang dihadapi dalam hidup. Kesulitan atau kegagalan memang akan membuat orang menjadi terpuruk hingga mengalami kecemasan dan depresi namun dengan adanya kemampuan resiliensi dalam diri manusia akan membuat manusia melihat makna dari kesulitan atau kegagalan tersebut dan terhindar dari kecemasan dan depresi (Nasution, 2011).

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hasil-hasil penelitian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi pada individu. Diharapkan melalui penelitian ini, dapat diketahui lebih mendalam mengenai resiliensi dan berguna untuk penelitian selanjutnya.

## METODE PENELITIAN

### Strategi Penelusuran

Penelitian ini termasuk pada penelitian *systematic review* dengan menggunakan metode kualitatif (*meta-sintesis*). Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *meta-etnograf*, yaitu peneliti merangkum berbagai hasil penelitian yang relevan secara naratif dengan tujuan mengembangkan teori baru untuk melengkapi teori yang sudah ada (Siswanto, 2010).

Penelusuran dilaksanakan pada tanggal 05 Agustus 2019 dilakukan penelusuran hasil penelitian di database elektronik menggunakan Google Scholar (<https://scholar.google.co.id>), SAGE Journals (<http://journals.sagepub.com/>), Elsevier (<https://www.elsevier.com>), *Science direct* (<http://www.sciencedirect.com/>) dan ResearchGate (<https://www.researchgate.net>). Database elektronik tersebut menyediakan berbagai artikel publikasi pada berbagai disiplin ilmu salah satunya psikologi. Penelitian yang dipilih dengan periode publikasi mulai dari tahun 2009 hingga 2019.

### Kriteria Seleksi

Dari hasil penelusuran yang telah dilakukan, peneliti membaca judul dan abstrak penelitian untuk mengetahui apakah artikel tersebut memenuhi kriteria untuk dikaji. Kriteria yang digunakan adalah: 1) artikel penelitian membahas tentang resiliensi; 2) artikel membahas tentang pengaruh variabel x terhadap resiliensi; 3) artikel berisi laporan hasil penelitian (*original article*); 4) artikel ditulis dalam bahasa Inggris. Peneliti memperoleh 27 artikel publikasi tetapi setelah proses seleksi, hanya 24 artikel publikasi yang relevan untuk dikaji. Tiga artikel publikasi yang lain tidak relevan karena tidak membahas mengenai pengaruh variabel x terhadap resiliensi.

### Analisis

Pada penelitian ini peneliti melakukan identifikasi, evaluasi, dan interpretasi terhadap semua hasil penelitian yang relevan terkait resiliensi secara naratif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi. Peneliti mengumpulkan 24

artikel publikasi yang relevan untuk dikaji dan membuat rangkuman hasil-hasil penelitian yang mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi.

## HASIL

Berdasarkan hasil analisis pada 24 artikel publikasi yang relevan untuk dikaji, maka diperoleh hasil sebagai berikut:

### Spiritualitas

Spiritualitas merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan resiliensi pada individu (Reisnick, Gwyther, & Roberto 2011). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jurjewicz (2016) "*How spirituality leads to resilience a case study of immigrants*" yang dilakukan pada imigran muslim. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa spiritualitas dan resiliensi merupakan dua faktor yang mempengaruhi satu dengan yang lainnya. Spiritual adalah dorongan internal yang menentukan resiliensi pada individu. Penelitian selanjutnya oleh Siddiqa (2018) yang melakukan penelitian pada 146 remaja yang berusia 15-18 tahun, hasil penelitian menunjukkan bahwa mereka yang kurang memiliki spiritualitas lebih lambat untuk pulih dari permasalahan yang mereka hadapi. Cahyani dan Akmal (2017) melakukan penelitian pada 150 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi hasilnya menunjukkan bahwa spiritualitas berperan signifikan terhadap resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Fernando dan Ferrari (2011) penelitian ini dilakukan pada 62 anak-anak perang di Sri Lanka dan 15 pengasuh hasilnya anak yatim baik agama buddha dan kristen diajarkan untuk tetap menghargai perdamaian dan kasih sayang meskipun terkena perang sehingga nilai spiritualitas mereka meningkat dan menunjukkan resiliensi yang baik.

### *Self Efficacy*

Menurut Reivich dan Shatte (2002) *self efficacy* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan seseorang dalam resiliensi. Cassidy (2015) melakukan penelitian pada 435 mahasiswa yaitu membangun resiliensi dengan peran *self efficacy* akademik. *Self efficacy* berkaitan dengan persepsi seseorang tentang kemampuan yang mereka miliki. *Self efficacy* menyebabkan tingkat resiliensi seseorang berbeda-beda. Penelitian kedua dilakukan oleh Marti dan Ruch (2016) dengan 363 orang dewasa yang mengatakan bahwa *self efficacy* mempengaruhi resiliensi. Penelitian lain yang dilakukan oleh sagone dan caroli (2013) dengan jumlah subjek 130 remaja Italia, dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa *self efficacy* mempengaruhi resiliensi. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh sagone dan caroli (2016) pada 155 remaja, dari hasil penelitian ditemukan bahwa *self efficacy* secara signifikan mempengaruhi resiliensi. Penelitian berikutnya terkait *self efficacy* dalam mempengaruhi resiliensi yang dilakukan oleh keye dan

Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan  
08 Agustus, 2019, Hal. 433-441

pigeon (2013) penelitian ini dilakukan pada 141 mahasiswa, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *selfefficacy* secara signifikan mempengaruhi resiliensi.

### **Optimisme**

Reivich dan Shatte (2002) menyebutkan salah satu yang mempengaruhi resiliensi adalah optimisme. Penelitian yang dilakukan oleh Molinero, Zayas, Gonzalez, dan Guil (2018) dengan sampel sebanyak 132 siswa di Spanyol mendukung pernyataan oleh Reivich dan Shatte (2002). Literatur resiliensi menjelaskan bagaimana siswa berhasil beradaptasi di universitas. Resiliensi merupakan kemampuan untuk berhasil beradaptasi dalam menghadapi kesulitan. Optimisme sebagai salah satu cara untuk meningkatkan resiliensi dengan harapan untuk mendapatkan hasil yang positif di masa depan. Thompson, Bulls, Sibile, Bartley (2018) pada 150 orang yang beresiko untuk osteoarthritis lutut menunjukkan bahwa optimisme akan memoderasi resiliensi dengan penghambat nyeri endogen dan keparahan nyeri lutut. Dawson (2013) melakukan penelitian dengan dua tahap yang pertama 95 dan 103 orang mahasiswa tahun pertama selama dua semester yang menunjukkan bahwa hanya optimisme dan dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap resiliensi pada mahasiswa. Riolli, Savicki dan Cepani (2006) melakukan penelitian dengan 3 kelompok : pengungsi Kosovo, warga Albania dan imigran Albania hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi berkaitan dengan optimisme yang lebih tinggi, ekstraversi, keterbukaan dan pengendalian *coping*. Arora (2017) melakukan penelitian pada 40 pasien wanita yang sakit kronis usia 30-40 tahun, hasilnya menunjukkan adanya hubungan timbal balik antara optimism dan resiliensi pada pasien wanita yang sakit kronis.

### **Self Esteem**

Reisnick, Gwyther, dan Roberto (2011) mengatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi adalah *self esteem*. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Veselska, Geckova, Orosova dan Gajdosova (2009) melakukan penelitian pada 3694 remaja usia rata-rata 14,3 tahun pada laki-laki maupun perempuan yang menunjukkan bahwa *self esteem* mempengaruhi resiliensi pada remaja. Namun pada penelitian ini menunjukkan perbedaan bahwa laki-laki yang memiliki *self esteem* yang rendah akan menggunakan rokok dan ganja sebagai bentuk resiliensi mereka. Kurniawan, Neviyarni dan Solfema (2017) melakukan penelitian dengan 87 remaja yang tinggal di panti asuhan dengan rentang usia 13-18 tahun mengatakan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara *self esteem* dan resiliensi remaja yang tinggal di panti asuhan. Marigold, Holmes dan Ross (2010) melakukan penelitian 76 mahasiswa 21 laki-laki dan 55 perempuan dengan rentang usia rata-rata 20 tahun secara online hasilnya subjek yang hasilnya terdapat hubungan antara *self esteem* dengan resiliensi. Nofryani, Novianti dan Chairlsyah (2019) melakukan penelitian dengan 32 orang anak dengan rentang usia 2-6 tahun yang hasilnya terdapat hubungan positif dan signifikan antara *self esteem* dengan resiliensi. Akin dan Radford (2018) melakukan studi singkat dengan melakukan wawancara dan survei yang menghasilkan bahwa

harga diri sangat berpengaruh untuk menumbuhkan resiliensi dengan harapan dapat mempengaruhi keberhasilan akademik dan sosial siswa.

### **Dukungan Sosial**

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi menurut Reisnick Gwyther, dan Roberto (2011). Bilgin dan Tas (2018) melakukan penelitian pada 503 mahasiswa dengan rentang usia 17 sampai 31 tahun. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial sangat dibutuhkan untuk meningkatkan resiliensi bagi orang yang kecanduan media sosial. Selanjutnya hal ini di dukung oleh penelitian yang dilakukan salim, borhani, pour, dan khabazkhoob (2019) penelitian ini dilakukan pada 141 perawat keluarga pasien kanker. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial yang tinggi dapat meningkatkan resiliensi mereka perawat keluarga pasien kanker. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Achour dan Nor (2014) pada 200 siswa sekolah menengah, hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial mempengaruhi resiliensi. Penelitian yang dilakukan oleh Narayanan dan Onn (2016), penelitian ini dilakukan pada 377 mahasiswa, hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial dan *self efficacy* secara signifikan dapat mempengaruhi resiliensi. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Baltaci dan Karatas (2015) penelitian ini dilakukan pada 386 siswa sekolah menengah, hasil penelitian menunjukkan bahwa secara signifikan dukungan sosial mempengaruhi resiliensi

### **PEMBAHASAN**

Pada penelitian ini, ditemukan 24 artikel yang relevan untuk menjadi terkait faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi. Dari 24 artikel publikasi tersebut terdapat 7 artikel melibatkan mahasiswa sebagai subjek penelitian, 5 artikel melibatkan remaja, 4 artikel melibatkan siswa, 1 artikel melibatkan anak-anak, 1 artikel melibatkan orang dewasa, 1 artikel melibatkan imigran muslim, 1 artikel melibatkan imigran dan pengungsian di Albania, 1 artikel melibatkan anak-anak korban perang di Sri Lanka, 1 artikel melibatkan perawat, 1 artikel melibatkan wanita sakit kronis dan 1 artikel melibatkan orang yang sakitosteoarthritis lutut. Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi ditemukan diberbagai lingkup masyarakat. Karena semua orang memiliki kemampuan berjuang dan berusaha bertahan serta mampu menyelesaikan masalah dimasa-masa sulitnya.

Berdasarkan kajian pada 24 artikel publikasi diketahui bahwa resiliensi dipengaruhi oleh berbagai faktor, diantaranya: spiritualitas, *self efficacy*, optimisme, *self esteem* dan dukungan sosial. Pada penelitian ini, peneliti memasukkan variabel-variabel tersebut dalam 2 kategori yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor-faktor yang muncul dari dalam diri individu sedangkan faktor-faktor eksternal adalah faktor yang muncul dari luar individu. Faktor internal yang mempengaruhi resiliensi, yaitu : spiritualitas (Reisnick, Gwyther, & Roberto, 2011), *self efficacy* (Reivich & Shatte, 2002), optimisme (Reivich & Shatte, 2002), dan *self esteem*

(Reisnick, Gwyther, & Roberto, 2011). Adapun faktor eksternal yang mempengaruhi resiliensi yaitu dukungan sosial (Reisnick, Gwyther, & Roberto, 2011).

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah kesulitan untuk mengakses artikel publikasi secara *full-text* (lengkap). Mayoritas dari artikel penelitian yang dipublikasikan secara online hanya menyajikan abstrak dari penelitiannya saja.

## KESIMPULAN

Hasil studi menunjukkan bahwa resiliensi tidak hanya di pengaruhi oleh faktor dari dalam diri individu saja (internal), tetapi juga dapat dipengaruhi oleh faktor dari luar (eksternal). Faktor internal terdiri dari spiritualitas, *self efficacy*, *optimisme* dan *self esteem*. Sedangkan faktor eksternal terdiri dari dukungan sosial. Peneliti belum menemukan penelitian yang membahas mengenai intervensi yang dapat meningkatkan resiliensi baik dalam setting individu, kelompok atau komunitas. Disarankan pada peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian terkait intervensi resiliensi. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat menggunakan subjek lain yang lebih beragam dan mengembangkan alat ukur terbaru untuk mengukur resiliensi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Achour, M., & Nor, M. R. (2014). The effects of social support and resilience on life satisfaction of secondary school students. *Journal of Academic and Applied Studies*, 4(1), 12-20.
- Akin, I., & Radford, L. (2018). Exploring the development of student self esteem and resilience in urban schools. *Contemporary Issues in Education Research*, 11(1), 17-24.
- Arora, A. K. (2017). A study of optimism and resilience among chronically ill female patients. *International Journal of Advanced Education Research*, 2(6), 306-307.
- Baltaci, S. H., & Karatas, Z. (2015). Perceived social support, depression and life satisfaction as the predictor of the resilience of secondary school students: the case of burdur. *Eurasian Journal of Educational Research*, (60), 111-130.
- Bilgin, O., & Tas, I. (2018). Effects of perceived social support and psychological resilience on social media addiction among university students. *Universal Journal of Educational Research*, 6(4): 751-758. Doi: 10.13189/ujer.2018.060418.
- Brooks, R., & Sam, G. (2001). *Fostering strength, hope, optimism in your children: Raising resilient children*. United States of America: McGraw-Hill.
- Cahyani, Y. E., & Akmal S. Z. (2017). Peranan spiritualitas terhadap resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Psikoislamedia*, 2(1), 32-41, ISSN: 25 48-4044.
- Cassidy, S. (2015). Resilience building in students: The role of academic self efficacy. *Frontiers in Psychology*, 6 :1781, 1-14. Doi:10.3389/fpsyg.2015.01781.
- Dawson. (2013). Resilience : The role of optimism, perceived autonomy support and perceived social support in first year university students. *Journal of Education nd Training Studies*, 1 (2). Doi : 10.11114/jets.v1i2.137.
- Dewi, F. I. R., Djoenaina, V., & Melisa. (2004). Hubungan antara resiliensi dengan depresi pada perempuan pasca pengangkatan payudara . *Jurnal Psikologi*, 2 (2), 101-120
- Diclemente, R. J., John S. S., & Richard A. Crosby. (ed). (2009). *Adolescent health; Understanding and preventing risk behaviors*. San Fransisco: Jossey-Bass.

Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan  
08 Agustus, 2019, Hal. 433-441

- Eley, D. S., Cloninger, C. R., Walters, L., Laurence, C., Synnott, R., & Wilkinson, D. (2013). The relationship between resilience and personality traits in doctors: implications for enhancing well being. *PeerJ*, 1. Doi: org/10.7717/peerj.216.
- Fernando, C., & Ferrari, M. (2011). Spirituality and resilience in children of war in Sri Lanka. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 13 (1), 52-77, doi: 10.1080/19349637.201.547138.
- Grotberg, E. H. (2003). *Resilience for today: Gaining strength from adversity*. Westport: Preager Publisher.
- Jurjewicz, H. (2016). How spirituality leads to resilience a case study of immigrants. *European Journal of Science and Theology*, 12 (4), 17-25.
- Keye, D. M., & Pidgeon, M. A. (2013). An investigation of the relationship between resilience, mindfulness, and academic self-efficacy. *Journal of Social Sciences*, 1 (6), 1-4.
- Kurniawan, B., Neviyarni., & Solfema. (2017). The relationship between self esteem and resilience of adolescents who living orphanages. *International Journal of Research in Counseling and Education*, 1 (1), 47-52. Doi : 10.24036/0054za0002.
- Mahmood, K., & Ghaffar, A. (2014). The relationship between resilience, psychological distress and subjective well- being among dengue fever survivors. *Global Journal of Human-Social Science: A Arts & Humanities-Psychology*, 14 (10).
- Marigold, D., Holmes, J., & Ross, M. (2010). Fostering relationship resilience: An intervention for low self esteem individuals. *Journal of Experimental Social Psychology*, 46, 624-630. Doi : 10.1016/j.jesp.2010.02.011.
- Marti., Maria., Lusia., Matinez., & Ruch, W. (2016). Character strengths predict resilience over and above positive affect, self efficacy, optimism, social support, self esteem, and life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*. Doi: 0.1080/17439760.2016.1163403.
- Mashudi, E. A. (2016). Konseling rational emotive behavior dengan teknik pencitraan untuk meningkatkan resiliensi mahasiswa berstatus sosial ekonomi lemah. *Psikopedagogia*, 5 (1), 66-78.
- Molinero., Rocio., Gomez., Zayas., Antonio., Gonzalez., Paula, R., & Guil, R. (2018). Optimism and resilience among university students. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1, 147-154.
- Narayanan, S. S., & Onn, W. C. A. (2015). The influence of perceived social suport and self efficacy resilience among first year malaysian students. *Kajian Malaysia*, 34 (2), 1–23.
- Nasution, S. M. (2011). *Resiliensi: Daya pegas menghadapi trauma kehidupan*. Medan: USU Press.
- Nofryani., Sizka., Novianti., Ria., & Chairlisyah, D. (2019). Hubungan self esteem dengan resiliensi pada anak jalanan di kecamatan Payung sekaki kota Pekanbaru. *JOM FKIP –UR*, 6 (1), 1- 13.
- Owens, T. J., Sheldon, St., & Norman, G. (2006). *Extending selfesteem theory and research: Sociological and psychological current*. New York: Cambridge University Press.
- Pidgeon, A. M., Rowe, N. F., Stapleton, P., Magyar, H. B., & Lo, B. C. Y. (2014). Examining characteristics of resilience among university students: An international study. *Open Journal of Social Sciences*, 2, 14–22. <https://doi.org/10.4236/jss.2014.211003>.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacle*. New York: Broadway Books.
- Reisnick, B., Gwyther, L. P., & Roberto, K. (Eds.). (2011). *Resilience in Aging: Concepts, research, and outcomes*. Springer Science & Business Media.
- Riolli, L., Savicki, V., & Cepani, A. (2006). Resilience in the face of catastrophone: Optimism, personality, and coping in the kosovo crisis. *Journal of Applied Social Psychology*, 32 (8), 1604-1627. Doi: 10.1111/j.1559-1816.2002.tb02765.
- Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals New York Academy of Science*, 1094, 1-12.
- Sagone. E., & Carolia. M. (2013). Relationships between resilience, self-efficacy, and thinking styles in italian middle adolescents. *Lumen International Conference Logos Universality Mentality Education Novelty (LUMEN)*, 92, 838-845.

Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan  
08 Agustus, 2019, Hal. 433-441

- Sagone, E & Carolia, M. (2016). Yes ... i can: psychological resilience and self efficacy in adolescents. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1,(1), 141-148.
- Salim, F. N., Borhaniz, F., Pour, B. M., & Khabazkhoob, M. (2019). Correlation between perceived social support and resilience in the family of patients with cancer. *Journal of Research in Medical and Dental Science* , 7(1), 158-162.
- Santrock, J. W. (2009). *Educational psychology* (ed.4). New York: The McGraw-Hill Companies.
- Siddiqa, A. (2018). The relationship between spirituality and resilience. *International Research Journal*, 37(5), 39-45, ISSN : 2394-5303.
- Thompson, K. A., Bulls, H. W., Silbille, K. T., & Bartley, E. J. (2018). Optimism and psychological resilience are beneficially associated with measures of clinical and experimental pain in adults with or at risk for knee osteoarthritis. *US National Library o Medicine*, 34(12): 1164-1172. Doi : 10.1097/AJP.0000000000000642.
- Veselska, Z., Geckova, A. M., Orosova, O., & Gadjosova, B. (2009). Self esteem and resilience: The connection with risky behavior among adolesents. *Addictive Behaviors* 34, 287-291. Doi: 10.1016/j.addbeh.2008.11.005.
- Waxman, H. C., Jon, P. G., & Yolanda, N. P. (2003). *Review of research on educational resilience*. Washington DC: Institute of Education Science.
- Wong, P. T. P., Wong, L. C. J., & Scott, C. (2006). *Beyond Stress and Coping: The Positive Psychology of Transformation*.