

BAB V

PENUTUP

5.1 Bahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dengan dukungan sosial pada biarawati di Kota Madiun. Dalam penelitian ini peneliti mengambil subjek biarawati yang ada di kota Madiun dengan usia dewasa awal sampai usia lanjut yakni 22 – 60 tahun ke atas yang tinggal di Kota Madiun untuk dilihat adakah hubungan antara resiliensi dan dukungan sosial. Di sini peneliti menargetkan 33 sampel dan peneliti memperoleh 25 subjek penelitian.

Hasil skor resiliensi secara keseluruhan memiliki rata-rata 75. Kemudian jika dilihat pada tabel 4.10 yang masuk ke dalam kategori Rendah 0 subjek, kategori sedang sebanyak 4 subjek dan kategori tinggi sebanyak 21 subjek. Sedangkan hasil skor dukungan sosial secara keseluruhan memiliki rata-rata 57,5. Pada tabel 4.12 yang masuk ke dalam kategori rendah 0 subjek, kategori sedang 5 subjek dan kategori tinggi 20 subjek.

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi dan dukungan sosial pada biarawati di Kota Madiun. Hasil analisis dari *Spearman Rho Correlaction* didapatkan dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,826 dengan nilai (p) 0,000 ($p < 0,05$) sehingga menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima. Diterimanya hipotesis ini artinya terdapat hubungan antara resiliensi dengan dukungan sosial pada biarawati. Hubungan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin tinggi juga resiliensi pada biarawati, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial, maka semakin rendah pula resiliensi biarawati di Kota Madiun. Dapat dilihat juga dari hasil tabulasi silang pada tabel 4.13 di mana mayoritas jika dukungan sosial rendah maka resiliensi ikut rendah juga, dukungan sosial sedang maka resiliensinya juga sedang, dan jika dukungan sosial tinggi maka resiliensinya ikut tinggi juga. Maka dari itu hipotesis penelitian ini dapat diterima dan dinyatakan memiliki hubungan yang signifikan antar variabelnya.

Dari hasil di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa subjek yang memiliki dukungan sosial tinggi juga akan mengalami resiliensi yang tinggi. Pernyataan tersebut di dukung oleh jurnal penelitian Raisa & EdiatI, 2016 mengenai hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi pada narapidana di lembaga pemasyarakatan kelas II A wanita di Semarang yang menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima semakin tinggi resiliensi seseorang, begitu juga sebaliknya semakin rendah dukungan sosial pada narapidana semakin rendah resiliensinya. Dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan resiliensi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Jannah & Rohmatun (2018), menunjukkan bahwa semakin besar dukungan sosial yang diterima para penyintas banjir rob Tambak Lorok maka semakin baik pula resiliennya, begitu pula sebaliknya, semakin kecil dukungan sosial yang diterima penyintas banjir rob Tambak Lorok maka semakin rendah pula resiliensinya. Dukungan sosial dibutuhkan individu agar bisa menjadikan individu sebagai pribadi yang kuat dan bisa mengatasi setiap permasalahan hidupnya. Individu yang mendapatkan dukungan sosial yang baik dari orang terdekat akan lebih mampu untuk menghadapi kesulitan dan kesusahan dibandingkan dengan individu yang kurang menerima dukungan tersebut. Lacy (2005) menemukan bahwa dukungan sosial mempunyai hubungan yang positif untuk resiliensi individu

Dukungan sosial dapat menjadi faktor penting untuk membentuk resiliensi pada remaja Afrika Amerika. Jaffee (Sippel, Pietrzak, Charney, Mayes, & Southwick, 2015) menjelaskan model transaksional resiliensi, yakni resiliensi yang baik akan menjadi suatu interaksi antara karakteristik individu, keadaan individu dan konteks. Misalnya anggota keluarga, masyarakat, dan budaya. Hal ini dapat diartikan bahwa besarnya interaksi antara individu dengan lingkungan disekitarnya bisa mempengaruhi resiliensi individu itu sendiri. Individu yang bisa melakukan adaptasi pada perubahan hidupnya dapat dikatakan sebagai individu yang memiliki resilien (Apriliam, 2013).

Adapun hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Chang & Taormina (2011) tentang *Reduced Secondary Trauma among Chinese Earthquake Rescuers : A Tes of Correlates and Life Indicators*, menemukan bahwa dukungan

sosial merupakan indikator terkuat atau terbesar terhadap resiliensi. Terutama dukungan jaringan sosial atau dukungan yang berasal dari orang-orang disekitar (Sambu, 2015). Adapun hasil penelitian yang dilakukan oleh Sarereake dan Nugroho (2023) tentang Resiliensi Hidup Membiara Bagi Suster Yuniior Fransiskan Penghayat Spiritualitas Peniten Rekolek Charitas Alles Voor Allen Dalam Formasio Awal, menemukan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa tingkat resiliensi hidup membiara suster yuniior berada pada kategori tinggi. Hasil ini mendukung gagasan Reivic dan Shatte (2002) dalam Ria Novianti, 2018 yang mengatakan bahwa individu yang resilien akan mampu untuk *Overcoming*, hal ini dicapai dengan berbagai metode termasuk analisi, bersikap lebih optimis, dan meningkatkan kemandirian. Hasil penelitian ini sejalan dengan wawancara yang dilakukan dengan formator yang mengatakan bahwa para suster yuniior memiliki sikap optimis dalam menjalani panggilan hidup membiara dan mereka menyadari keterbatasan diri, misalnya kurangnya pengendalian impuls, namun sejauh ini mereka pilih tidak salah, dan mereka tetap berjuang untuk mengembangkan diri. Adapun suster yuniior yang masih memiliki resiliensi yang rendah, dalam masa pembinaan dibantu untuk memiliki resiliensi diri yang baik dengan studi, kursus dan latihan-latihan rohani. Berdasarkan hasil analisis data penelitian tersebut dapat disimpulkan resiliensi hidup membiara suster yuniior sebanyak 27 suster (56%) memiliki resiliensi kategori tinggi, 21 suster (44%) berada pada kategori sedang, dan tidak ada suster yang memiliki tingkat resiliensi kategori rendah (0%).

Peneliti juga menyadari adanya kekurangan selama penelitian, dalam proses pengerjaan peneliti mengalami hambatan, adanya keterbatasan jumlah subjek karena tidak diijinkan oleh pimpinan biara karena ada biarawati yang masih baru. Selain itu peneliti memberikan penjelasan kepada beberapa subjek yang bertanya melalui *WhatsApp* dan bertemu secara tatap muka terkait skala penelitian yang sudah dibagikan sebelumnya oleh peneliti kepada subjek, sehingga hal ini menimbulkan keterbatasan waktu peneliti dalam pengambilan data.

5.2 Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara resiliensi dan dukungan sosial. Hasil analisis uji hipotesis yaitu sig 0,000 ($p < 0,05$) dengan nilai korelasi koefisien sebesar 0,826 maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara variabel resiliensi dengan dukungan sosial pada biarawati di Kota Madiun. Di mana semakin tinggi dukungan sosial maka resiliensi juga semakin tinggi pada biarawati di Kota Madiun, dan juga sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka resiliensi juga semakin rendah pada biarawati di Kota Madiun.

5.3 Saran

5.3.1 Bagi Biarawati

Bisa menambah pengetahuan kepada biarawati bahwa agar bisa terus bertahan dan setia dengan kaul kekalnya maka biarawati harus memiliki resiliensi yang tinggi. Untuk memiliki resiliensi tersebut maka diperlukan adanya dukungan sosial dari biarawati yang lain.

5.3.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti tentang resiliensi maupun dukungan sosial diharapkan dapat meneliti dan menambah karakteristik subjek biarawan dan biarawati yakni suster, romo, maupun bruder secara lebih luas lagi di tingkat keuskupan surabaya se-Jawa Timur. Selain itu, diharapkan penelitian ini dapat menambah informasi untuk penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, M.I.B & Darmawati, I. (2014). Resiliensi Pada Perempuan yang Dipoligami (Studi Kasus). *Jurnal Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2 (3)
- Adicondro, N., & Purnamasari, A. (2011). *Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga Dan Self-Regulated Learning Pada Siswa Kelas VIII*. Humanitas.
- Aleksander. (2007). *Aku Sebagai Citra Allah*. Medan : Bina Media Perintis.
- Ambarwati, R., & Pihasnawati. (2017). Dinamika resiliensi remaja yang pernah mengalami kekerasan orang tua. *Psikologika*, 22 (1)
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2014). *Reliabilitas dan validitas (4th Ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Badan Pusat Statistik Indonesia. (2021). *Statistik Pemuda Indonesia 2021*. Katalog BPS: 4103008. Diakses pada tanggal 3 Desember 2023 dari <https://www.bps.go.id/publication/2021/12/21/52333d2ce0a748fff6469811/statistik-pemuda-indonesia-2021.html>
- Boss, P. (2013). Resilience as tolerance for ambiguity. In D. S. Becvar (ed.). *handbook of family resilience*. New York: Springer. doi: 10.1007/978146143917217.
- Christie, Y., Hartanti, & Nanik. (2013). Perbedaan kesejahteraan psikologis pada wanita lajang ditinjau dari tipe wanita lajang. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* 2 (1)
- Cohen, S. (1985). Measuring the functional component of social support. Martinus Nijhoff Publishers. *Research and Application* (hal. 73-94). Martinus-Nijhoff: The Hague
- Cohen, S., & Hoberman, H. (1983). Positive events and social supports as buffers of life change stress. *Journal of Applied Social Psychology*, 13 (2)
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development Of A New Resilience Scale: The ConnorDavidson Resilience Scale (CDRISC). *Journal Of Depression And Anxiety*. 18 (2)

- Damayanti, T. M. (2018). Pengaruh resiliensi terhadap work engagement pada masinis yang bertugas di stasiun tuju Yogyakarta. *Jurnal Perkeretaapian Indonesia*, II (2).
- Deswanda, A. R. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi remaja Yayasan sosial di Jakarta selatan. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Ekman Paul. (2010). *Membaca Emosi Orang*. Yogyakarta: Think Jogjakarta
- Ermayanti, S., & Abdullah, S. M. (2011). *Hubungan Antara Persepsi Terhadap Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Masa Pensiun* Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Wangsa Manggala : Yogyakarta
- Estiane, U. (2015). Pengaruh dukungan sosial sahabat terhadap penyesuaian sosial mahasiswa baru di lingkungan perguruan tinggi. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental* 4 (1)
- Eze, C., Lindegger, G. C., & Rakoczy, S. (2014). Catholic religious sisters; identity dilemmas as committed and subjugated workers: A narrative approach. Spinger, -. doi:10.1007/s13644-014-0202-1
- Fauziya, L. I., & Daulima, N. H. (2017). Hubungan kecerdasan emosi dengan resiliensi penyintas banjir. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 20 (3). <https://doi.org/doi:10.7454/jki.v20i3.624>
- Febrianti. (2014). Hubungan antara Resiliensi dengan Stres pada Pasien Penyakit Kronis di Rumah Sakit Advent Bandung. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Advent Indonesia: Bandung
- Goleman & Daniel. (2002). *Kecerdasan Emosional Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama
- Gowing, M. K. (2001). "Measurement of Individual Emotional Competence" dalam Daniel Goleman, Cary Cherniss (ed.). *The emotionally intelligent workplace: How to select for, measure, and improve emotional intelligence in individuals, groups, and organizations*. Fransisco: Jossey-Bass.
- Grothberg, E. (1995). *A Guide to Promoting esilience in Childen: Strengthening the Human Spirit*. The Series Early Childhood Development: Practice and Reflections. Number8. The Hauge: Benard van Leer Voundatin.
- Grotberg, E. H. (2003). *Resiliensi for Today : Gaining Strength from Adversity*. Wesport: Praeger Publisher.

- Hagang, D.A.F.(2015). Kebermaknaan hidup pada biarawati di Kalimantan Timur. *E Journal psikologi fisip unmul.ac.id*. 4 (1)
- Handoko, E. 2018. Vatikan Imbau Biarawati Kurangi Bermain Media Sosial diakses pada 15 desember 2023
<https://internasional.kompas.com/read/2018/05/17/11292811/vatikan-imbaubiarawati-kurangi-bermain-media-sosial>).
- Hendriani, W. (2018). Resiliensi Psikologis. Prenadamedia Group.
- Hendrickson, Z. M., Kim, J., Tol, W. A., Shrestha, A., Kafle, H. M., Luitel, N. P & Surkan, P. J. (2018). Resilience among Nepali widows after the death of a spouse: “That was my past and now I have to see my present”. *Qualitative Health Research*, 28 (3)
- Herrman, Helen,. dkk. (2011). What Is Resilience?. *La Revue canadienne de psychiatrie*, 56 (5).
 doi: 10.1177/070674371105600504
- Holaday, M., & McPhearson, R. W. (1997). Resilience and severe burns. *Journal of Counseling & Development*, 75(5).
- Keye, M. D., & Pidgeon, A. M. (2013). Investigation of the relationship between resilience, mindfulness, and academic self-efficacy. *Open Journal of Social Sciences*. doi.org/10.4236/jss.2013.16001 1 (6)
- Kirmani, M. N., Sharma, P., Anas, M & Sanam, R. (2015). Hope, resilience and subjective well being among college going adolescent girls. *International Journal of Humanities & Social Science Studies (IJHSSS)*, 2(1).
<https://oaji.net/articles/2015/1115-1438581068>.
- Kusrini W. (2014). Hubungan dukungan sosial dan kepercayaan diri dengan prestasi bahasa inggris siswa kelas VIII SMP Negeri 6 Boyolali. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 15(2).
- Lestari, K. (2007). Hubungan antara bentuk-bentuk dukungan sosial dengan tingkat resiliensi penyintas gempa di Desa Canan, Kecamatan Wedi, Kabupaten Klaten *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
- 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).

- Martasudjita, E. 2002. *Spiritualitas Liturgi*. Yogyakarta: Kanisius.
- Masna.(2013). Resiliensi pada remaja penyandang Tunanetra pada SLB ARuhui Rahayu di Samarinda.*Jurnal psikologi,Ejournal Psikologi FISIPUNMUL.Samarinda::UniversitasMulawarman*. Di akses pada 24 November 2023 dari [http://ejournal.psikologi.fisipunmul.ac.id/site/wpcontent/uploads/2013/04/MASNA%20\(04-03-13-04-07-11](http://ejournal.psikologi.fisipunmul.ac.id/site/wpcontent/uploads/2013/04/MASNA%20(04-03-13-04-07-11)
- Maslihah, S. (2011). Studi tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial di Lingkungan Sekolah dan Prestasi Akademik Siswa SMPIT Assyfa *Boarding School* Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi UNDIP*, 10 (2).
- Maulidya, M & Eliana, R. (2013). Gambaran Resiliensi Perantau Minangkabau yang Berwirausaha di Medan. *Jurnal Psikologia*. 8(1)
- Missasi, V., & Izzati, I. D. (2019). Faktor – faktor yang mempengaruhi resiliensi. Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan,(2009) 433-441
- Murphey, D., Barry, M., & Vaughn, B. (2013). *Adolescent Health Highlight*, Positive mental health: Resilience,*Child Trends*. 7 (Januari), 1-6 <http://www.childtrends.org/?publications=positive-mental-health->
- Nanda, A. S. (2017). Pengaruh Kepemimpinan, Disiplin Kerja dan Motivasi Terhadap Kinerja Karyawan Mannayo Resto & Cafe Purwokerto (*Skripsi*, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Purwokerto).
- Nasution, S. M. (2011). Resiliensi: *Daya pegas menghadapi trauma kehidupan*. Medan: USU Press.
- Naputri, F. (2020). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kebermaknaan Hidup Narapidana di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Sigli (Doctoral dissertation, UIN Ar-Raniry).
- Nisa, M. K. & Muis, T. (2016). Studi tentang daya tangguh (resiliensi) anak di panti asuhan sidoarjo. *e-Journal UNES*, 1(1)
- Nur, A. L., & Shanti, K. LP (2011). Kesepian pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kedungpane Semarang ditinjau dari dukungan sosial keluarga dan status perkawinan. *Jurnal Psikologi*, IV (2).

- Nurmalasari, O. (2019). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Stres Kerja Pada Guru. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Patilima, H. (2015). Resiliensi anak usia dini. *Bandung*: Alfabeta.
- Priyatno, D. (2013). *SPSS Analisis Korelasi, Regresi dan Multivariate*. Yogyakarta: Gava Media.
- Putri, A. L. D. (2018). Hubungan antara Dukungan Sosial Orangtua dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. *Skripsi*. Salatiga: Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana.
- Raisa, R., & Ediati, A. (2017). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada narapidana di lembaga pemasyarakatan kelas IIa wanita semarang. *Jurnal empati*, 5(3).
- Reivich, K. & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. Newyork : Broadway Book.
- Resnick, B., Gwyther, L.P., & Roberto, K. A. (2011). *Resilience in Aging: Concepts, Research, and Outcomes*. New York: Springer
- Sarafino, E.P. (2006). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions* (5th ed). USA : John Willey & Sons Inc.
- Sarafino E.P., & Smith T.W. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial interaction*. Seventh Edition. US: John Wiley & Sons. Inc
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Sari, D. A., & Wulandari, D. A. (2015). Resiliensi diri dalam menghadapi tekanan kehidupan (studi pada rencana istri anggota tni angkatan darat). *Psycho Idea*, 13(1).
- Sari, I. P., Ifdil, & Yendi, F. M. (2019). Resiliensi pada single mother setelah kematian pasangan. *Indonesian Journal of School Counseling*, 4(3), <https://doi.org/10.23916/08411011>
- Sari, M.P.P & Setyawan, I. (2017). Pengalaman menjadi biarawati katolik: studi kualitatif Interpretative Phenomenological Analysis. *Jurnal empati*, 6 (1).

- Sari, S. P., Aryansah, J. E., & Sari, K. (2020). Resiliensi mahasiswa dalam menghadapi pandemic covid-19 dan implikasinya terhadap pembelajaran. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 9(1).
- Schoon, I. (2006). *Risk and resilience adaptation in changing time*. Cambridge : University Press.
- Setyoso, T. (2013). *Bukan arek Mbeling*. Yogyakarta: Indie Book Corner. Diakses pada tanggal 13 November 2023 dari https://books.google.co.id/books?id=3bEdBQAAQBAJ&dq=resiliensi&hl=id&source=gbs_navlinks_s
- Setyowati, A., Hartati, S., & Sawitri, D. R. (2010). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada siswa penghuni rumah damai. *Jurnal Psikologi*. 7 (1)
- Shetty, V. (2015). Resiliency, hope, and life satisfaction in midlife. *IOSR Journal Of Humanities And Social Science (IOSR-JHSS)*, 20(6), <https://doi.org/10.9790/0837-20632932>.
- Sholih, Rochani, Khairun, D. Y., & Hakim, I. A. (2017). Meningkatkan resiliensi remaja melalui bibliocounseling. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 2(1).
- Simanullang, G. (2017). Mantan Ordo Kapusin Provinsi Medan dari tahun 2000 hingga 2012: Kausa pengunduran diri. *Logos, Jurnal Filsafat-Teologi*, 14(1).
- Sitepu, P. D. (2020). Hubungan Dukungan Sosial dengan *Self Esteem* pada Siswa SMK Methodist Tanjung Morawa .*Skripsi*. Universitas Medan Area. Fakultas Psikologi
- Smith & Osborne, A. (2007). Life span and resiliency theory: a critical review. *Advance in Social Work, Journal of Evidence-Based Social Work* 8(1).
- Sugiyono. (2008). *Statistika untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2009). *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2014). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan rnd*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Suharso, & Retnoningsih, A. (2009). *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*. Semarang: CV. Widya Karya.
- Suparni & Astutik, (2016). *Menopause masalah dan Penangannya*. Yogyakarta : Deepublish
- Suparno, P. (2015). *Hidup membiara di zaman modern*. Yogyakarta: Kanisius.
- Suparno, P. (2016). *Hidup Membiara di Zaman Modern*. Yogyakarta: Kanisius.
- Suparno, P. (2016). *Tantangan Hidup Membiara di Zaman Modern dan Bagaimana Menyikapinya*. Yogyakarta: Kanisius.
- Tampi, B., Kumaat, L., & Masi, G. (2013). Hubungan sikap dukungan sosial dengan tingkat resiliensi stres penyintas banjir di kelurahan Taas kecamatan Tikala kota Manado. *Jurnal Keperawatan*, 1(1)
- Ungar, M. (2008). Resilience across culture. *British journal of social work*, 38.
- Widiastuti, C. A., & Sudiaritara, Y. (2013). Faktorfaktor yang menyebabkan seorang “mantan” pastor memutuskan untuk menikah. *Psikodimensia*, 12(1) <https://journal.unika.ac.id/index.php/psi/article/view/3599/1767>
- Widuri, E. (2012). Regulasi Emosi dan Resiliensi pada Mahasiswa Tahun pertama. *Jurnal Hu-manitas*, 9 (2).
- Wirrota, D.W. (2020). Pelatihan kebersyukuran untuk meningkatkan resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. *Tesis*. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
- Wolin, SJ. & Wolin, S.(2010). *The resilient self: how survivors oftroubled families rise above adversity*. Random House LCC