



Spiritualitas dalam kehidupan berkaitan dengan kesehatan dan kesejahteraan keluarga. Keyakinan dan praktik-praktik spiritual membantu keluarga untuk mengatasi berbagai masalah dan untuk meningkatkan daya tahan dalam menghadapi tekanan dan menemukan makna hidup. Setiap individu yang menjalankan keyakinan dan menerapkan serta menjalankan ritual religio-sitasnya akan memiliki ketenangan di dalam kehidupannya karena memiliki tempat untuk menyalurkan semua permasalahan yang dihadapi ke tangan Tuhan Maha Esa. Pengalaman spiritualitas sehari-sehari mampu menghasilkan emosi-emosi positif seperti pengharapan, kasih, pengampunan, dan rasa syukur yang mampu membuat individu lebih bahagia, merasa lebih puas, menikmati kehidupan, dan memiliki kesehatan mental dan fisik yang baik.

Kesejahteraan psikologis ditandai dengan individu yang dapat menerima segala kekurangan dan kelebihan dirinya, mandiri, mampu membina hubungan yang positif dengan orang lain, dapat menguasai lingkungannya dalam arti dapat memodifikasi lingkungan agar sesuai dengan keinginannya, memiliki tujuan dalam hidup, serta terus mengembangkan pribadinya. Di samping itu, individu yang memiliki kesejahteraan psikologis mampu berelasi dengan baik, saling percaya dengan orang lain, memiliki perhatian terhadap kesejahteraan orang lain, dapat menunjukkan rasa empati, rasa kasih, serta memahami konsep memberi dan menerima dalam hubungan sesama manusia.

## DISEMINASI PENELITIAN SPIRITUALITAS DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS

DISEMINASI PENELITIAN SPIRITUALITAS DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS



Ulfa Trijayanti, Gianti Gunawan, Jane Savitri, Grace Yohana Christine Gunawan, Lisa Imelia Satyanan, Balqis Abdillah Bawazier, Ria Wardani, Maria Yuni Megarini, Christine Widiapradja, G. Irene P. Edwina, Meilani Rohinsa, Alicia Yosi Reviana, Heliana Koswanto, Arianna Loeissa, Dina Kamalita, Evany Victoriana, Lukrhedia Syahputri, Kevin Harry Anugerah Cunong, Reinita Nathania, Nurul Aisah, Indarta Wira, Livia Yulawati, Sharon Charish Abigail W., Missiliana Riasnugrahani, C.M. Indah Soca R. Kuntari, Yulita Anggeli, Yuspendi, Jacqueline, Ari Rismawanti, Robert O. Rajagukguk, Ni Putu Febby Crisna O., Lutfia Dara Sabrina, Meta Dwijayanthi, Marlina Samsir, Jacqueline Mariae, Audrey Vania Sonjaya, Vida Handayani, Divania Triestanti, Marissa Chitra Sulastra, Felicia Angie Hosea, Kezia Kesiva Harmoko, Richelleen Widjaja, Petra Julianto, Michelle Devina, Meilani Sandjaja, Yesaya Kusuma, Petrayuna Dian Omega, Claudia Margaretha, Sondang Ruth, Kintan Wiramurti, Ni Luh Ayu Vivekananda, Laksinda Lintang, Carent Imanuella Merribel, Maria Cristabelle, Adisa Nadria, Eriska Angie Priscilla, Salwaa Laksita, Arnelita Natalie Antonio, Clara Hosana Yessica Jelita Dewi, Ingrid Devyana Chandra, Jennifer Olivia Lapod, Arinalhaq Padamayan, Soegiono F., Recta Chaty, Elnie Indriane, Nisa Nurjanah, Vico Lesmana, Tossalonika Sembiring, Vindy Jonathan, Ira Adolina.

Zahr Publishing  
#zahrpublishing@gmail.com  
www.zahrpublishing.net



Zahr Publishing

Ulfah Trijayanti, Gianti Gunawan, dkk.

# **DISEMINASI PENELITIAN SPIRITUALITAS DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS**

**Editor:**

Rosida Tiurma Manurung  
Gianti Gunawan



## **DISEMINASI PENELITIAN SPIRITUALITAS DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS**

### **Penulis**

Ulfah Trijayanti, Gianti Gunawan, Jane Savitri, Grace Yohana Christine Gunawan, Lisa Imelia Satyawati, Balqis Abdillah Bawazier, Ria Wardani, Maria Yuni Megarini, Christine Widiapradja, O. Irene P. Edwina, Meilani Rohinsa, Alicia Yosi Reviana, Heliany Kiswantomo, Arianna Loeissa, Dina Kamalita, Evany Victoriana, Lukrhedia Syahputri, Kevin Harry Anugerah Cunong, Reinita Nathania, Nurul Aisah, Indarta Wira, Livia Yuliawati, Sharon Charish Abigail W., Missiliana Riasnugrahani, C.M. Indah Soca R. Kuntari, Yulita Anggelia, Yuspendi, Jacqueline, Ari Rismawanti, Robert O. Rajagukguk, Ni Putu Febby Crisna Q., Lutfia Dara Sabrina, Meta Dwijayanthy, Marini Samosir, Jacqueline Mariae, Audrey Vania Sonjaya, Vida Handayani, Divania Triestanti, Marissa Chitra Sulastra, Felicia Angie Hosea, Kezia Kevina Harmoko, Richelleen Widjaja, Petra Julianto, Michelle Devina, Meilani Sandjaja, Yesaya Kusuma, Petrayuna Dian Omega, Claudia Margaretha, Sondang Ruth, Kintan Wiramurti, Ni Luh Ayu Vivekananda, Laksinda Lintang, Carent Imanuella Merribeth, Maria Cristabelle, Adisa Nadria, Eriska Angie Priscilla, Salwaa Laksita, Arnelita Natalie Antonio, Clara Hosana Yessica Jelita Dewi, Ingrid Devyana Chandra, Jennifer Olivia Lapod, Arinalhaq Padamayan, Soegiono F., Recta Chatyty, Efnie Indrianie, Nisa Nurjanah, Vico Lesmana, Tesselonika Sembiring, Vindy Yonathan, Ira Adelina

### **Editor**

Rosida Tiurma Manurung, Gianti Gunawan

### **Tata Letak**

Ulfa

### **Desain Sampul**

Faizin

15,5 x 23 cm, viii + 552 hlm.

Cetakan pertama, Agustus 2022

**ISBN:** 978-623-466-111-8

Diterbitkan oleh:

### **ZAHIR PUBLISHING**

Kadisoka RT. 05 RW. 02, Purwomartani,

Kalasan, Sleman, Yogyakarta 55571

e-mail : [zahirpublishing@gmail.com](mailto:zahirpublishing@gmail.com)

Anggota IKAPI D.I. Yogyakarta

No. 132/DIY/2020

### **Hak cipta dilindungi oleh undang-undang.**

Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit.

# KATA PENGANTAR

Salam sejahtera,

Kesehatan mental sangat penting dalam kehidupan manusia. Ini karena masalah dengan kesehatan mental dapat menyebabkan gangguan mental atau tekanan emosional, seperti depresi atau kecemasan atau disfungsi psikologis. Aspek spiritualitas dapat mempengaruhi kesehatan mental. Selain itu, berdasarkan penelitian terdapat hal-hal yang memengaruhi kesehatan mental, seperti hubungan interpersonal dengan lingkungan, sosial, kelompok dan Tuhan yang merupakan bagian dari proses kehidupan spiritual.

Pengetahuan mengenai kesehatan mental dan spiritualitas merupakan hal yang dapat bermanfaat bagi praktisi kesehatan mental maupun ilmuwan psikologi. Oleh karena itu, diseminasi ini menekankan pentingnya nilai-nilai kehidupan spiritualitas (*spirituality*) serta upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis (*well-being*) yang tercermin dari hasil-hasil penelitian (*best scientific evidence*), pengalaman klinikal (*clinical experience*) dan pendekatan terhadap nilai-nilai klien (*patient value*) yang terangkum dalam Evidence Based Practice (EBP).

Buku "**Diseminasi Penelitian Spiritualitas dan Kesejahteraan Psikologis**" ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pembaca sehingga diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan *spirituality* dan *wellbeing* masyarakat di Indonesia, sekaligus sebagai wadah bagi penulis untuk memublikasikan hasil riset dalam bentuk diseminasi.

Semoga bermanfaat. Sekian dan terima kasih.

Bandung, 1 Agustus 2022

Koordinator Penulis,

Dr. Gianti Gunawan, M.Psi., Psikolog



## DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI .....	v
PENYUSUNAN MODEL KOMPETENSI GURU DI YAYASAN "X" KABUPATEN BANDUNG BARAT Ulfah Trijayanti, Gianti Gunawan, Jane Savitri .....	1
HUBUNGAN <i>PERCEIVED SOCIAL SUPPORT</i> DENGAN <i>GRATITUDE</i> PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS "X" BANDUNG SELAMA PEMBELAJARAN JARAK JAUH Grace Yohana Christine Gunawan, Lisa Imelia Satyawan.....	21
PSIKOEDUKASI REGULASI EMOSI UNTUK MENURUNKAN PARENTAL BURNOUT Balqis Abdillah Bawazier, Ria Wardani, Maria Yuni Megarini.....	35
PERAN <i>SELF-ESTEEM</i> DAN DIMENSI <i>ATTACHMENT</i> TERHADAP RESILIENSI PADA SAUDARA KANDUNG BERKEBUTUHAN KHUSUS Christine Widiapradja, O. Irene P. Edwina, Meilani Rohinsa.....	49
PERAN STRES AKADEMIK TERHADAP <i>SUBJECTIVE WELL- BEING</i> MAHASISWA PROGRAM MSIB DI KOTA BANDUNG Alicia Yosi Reviana, Heliany Kiswantomo .....	69
HUBUNGAN ANTARA <i>ADULT ATTACHMENT STYLE</i> DAN <i>SUBJECTIVE WELL-BEING</i> PADA <i>EMERGING ADULTS</i> DENGAN ORANG TUA BERCERAI Arianna Loeissa, Heliany Kiswantomo .....	91
<i>SELF-COMPASSION</i> UNTUK MENINGKATKAN <i>PSYCHOLOGICAL WELL-BEING</i> ISTRI YANG MENGALAMI KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA (MELALUI KONSELING MINDFUL SELF-COMPASSION) Dina Kamalita, O. Irene P. Edwina, Evany Victoriana .....	109

<i>SELF-COMPASSION</i> UNTUK MENGURANGI KECEMASAN IBU RUMAH TANGGA PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI KOTA CIMAHI Lukrhedia Syahputri, Ria Wardani, Evany Victoriana.....	125
EFEKTIVITAS PELATIHAN <i>SELF MONITORING</i> TERHADAP <i>SELF REGULATED LEARNING</i> SISWA PADA PANDEMI COVID-19 Kevin Harry Anugerah Cunong, Reinita Nathania, Nurul Aisah, Indarta Wira, Livia Yuliawati.....	141
<i>MARITAL SATISFACTION</i> DAN <i>PARENTAL SELF-EFFICACY: WORK-FAMILY CONFLICT</i> SEBAGAI MODERATOR Sharon Charish Abigail W., Missiliana Riasnugrahani, C.M. Indah Soca R.K. ....	163
<i>SELF-ESTEEM IMPROVEMENT</i> PROGRAM UNTUK MENINGKATKAN <i>SECURE PEER ATTACHMENT</i> PADA REMAJA DENGAN ORANG TUA BERCERAI DI SEKOLAH X BANDUNG Yulita Anggelia, Yuspendi, dan Jacqueline .....	191
PENGARUH PELATIHAN <i>SELF-EFFICACY</i> DALAM MENINGKATKAN <i>PSYCHOLOGICAL WELL-BEING</i> PADA GURU WANITA DI SMK "X" YANG MENGALAMI <i>WORK-FAMILY CONFLICT</i> Ari Rismawanti, Indah Soca R.K., Robert O. Rajagukguk .....	211
PENGARUH PELATIHAN HARDINESS DALAM RANGKA PENURUNAN DERAJAT STRES KERJA PADA PERAWAT RUMAH SAKIT TNI AU (RSAU 'X') Ni Putu Febby Crisna Q., Yuspendi, Indah Soca R. Kuntari.....	229
PERAN PERCEIVED ORGANIZATIONAL SUPPORT TERHADAP WORK ENGAGEMENT PADA BIDAN PUSKESMAS WILAYAH "X" SUBANG Lutfia Dara Sabrina, Meta Dwijayanthi .....	243
<i>COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY FOR INSOMNIA (CBT-I)</i> UNTUK MENGURANGI INSOMNIA KEPADA MAHASISWA DI KOTA BANDUNG Marini Samosir, Ria Wardani, Jacqueline Mariae.....	257

ACADEMIC RESILIENCE DAN SUBJECTIVE WELL-BEING MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN Audrey Vania Sonjaya, Vida Handayani.....	267
KONTRIBUSI STRENGTH-BASED PARENTING TERHADAP KOMPONEN SUBJECTIVE WELL-BEING Divania Triestanti, Marissa Chitra Sulastra.....	287
IMPULSIVE BUYING PADA DEWASA AWAL SELAMA PANDEMI DI INDONESIA DITINJAU DARI KECEMASAN DAN KESEPIAN Felicia Angie Hosea, Kezia Kevina Harmoko, Richelleen Widjaja, Petra Julianto, Michelle Devina, Meilani Sandjaja .....	303
HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL SUAMI DENGAN RESILIENSI PADA PENGIDAP KANKER PAYUDARA Yesaya Kusuma, Petrayuna Dian Omega.....	321
PENGARUH PELATIHAN POSITIVE R-COPING UNTUK MENINGKATKAN SUBJECTIVE WELL BEING PADA TENAGA KEPERAWATAN RS"X" CIMAH I DI MASA PANDEMI COVID-19 Claudia Margaretha <sup>1</sup> , Yuspendi <sup>2</sup> , Evany Victoriana <sup>3</sup> .....	337
PSIKOEDUKASI SOCIAL SUPPORT UNTUK MENINGKATKAN PARENTING SELF-EFFICACY ORANG TUA DALAM MEMBERIKAN PENDIDIKAN SEKSUAL KEPADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS Sondang Ruth, Ria Wardani, Maria Yuni Megarini.....	357
KONTRIBUSI HOPE TERHADAP GRIT PADA SISWA KELAS XII SMK "X" KOTA CIANJUR Kintan Wiramurti, Ni Luh Ayu Vivekananda .....	375
PENGARUH WORK-LIFE BALANCE TERHADAP SUBJECTIVE WELL-BEING PADA GURU SEKOLAH MENENGAH ATAS "X" KAB. BANDUNG Laksinda Lintang <sup>1</sup> , Gianti Gunawan <sup>2</sup> .....	391



HUBUNGAN <i>COPING STRESS</i> DAN <i>PSYCHOLOGICAL WELL-BEING</i> PADA MAHASISWA SEMESTER 4 FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS "X"	
Carent Imanuella Merribeth, Maria Cristabelle, Adisa Nadria, Eriska Angie Priscilla, Salwaa Laksita, Missiliana Riasnugrahani, Heliany Kiswantomo .....	411
MEMULIHKAN HARGA DIRI DAN KEPUASAN BERPACARAN PADA HUBUNGAN PASCA <i>TOXIC RELATIONSHIP</i>	
Arnelita Natalie Antonio, Clara Hosana Yessica Jelita Dewi, Ingrid Devyana Chandra, Jennifer Olivia Lapod, Livia Yuliatwati .....	423
PENGARUH PELATIHAN ADVERSITY QUOTIENT TERHADAP WORK-FAMILY CONFLICT DALAM RANGKA MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA TENAGA KESEHATAN DI PUSKESMAS X KOTA BANDUNG	
Arinalhaq Padamayan, Indah Soca R. Kuntari, Robert O. Rajagukguk .....	443
PENGARUH PELATIHAN MANAJEMEN STRES PADA KARYAWAN GTV HOTEL YANG MENGALAMI <i>WORK-FAMILY CONFLICT</i>	
Soegiono F, Kuntari I.S.R., Robert O. Rajagukguk .....	463
PERAN RELIGIUSITAS TERHADAP <i>HAPPINESS</i> PADA BIARAWATI DI KONGREGASI "X" PROVINSI LAMPUNG	
Recta Chatyty, Efnie Indrianie.....	473
REGULASI EMOSI DENGAN TEKNIK <i>GRATITUDE JOURNALING</i> UNTUK MENURUNKAN <i>PARENTING STRESS</i> PADA IBU DI MASA PANDEMIC COVID-19	
Nisa Nurjanah, Ria Wardani, Maria Yuni Megarini.....	497
HUBUNGAN ANTARA RELIGIOSITAS DAN TOLERANSI BERAGAMA PADA MAHASISWA DI KOTA BANDUNG	
Vico Lesmana, Tesselonika Sembiring.....	519
KOMPARASI SELF-COMPASSION PADA BHIKKHU, BHIKKHUNI, SAMANERA, DAN SAMANERI ORGANISASI "X"	
Vindy Yonathan, Ira Adelina.....	537

# PERAN *SELF-ESTEEM* DAN DIMENSI *ATTACHMENT* TERHADAP RESILIENSI PADA SAUDARA KANDUNG BERKEBUTUHAN KHUSUS

**Christine Widiapradja, O. Irene P. Edwina, Meilani Rohinsa**

Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Maranatha  
e-mail: q\_tin79@yahoo.com, irene.pe@psy.maranatha.edu,  
meilani.rohinsa@psy.maranatha.edu

**Abstract:** *Families and parents of children with disabilities have been identified as resilient, yet have shared many stressors and threats to that resilience. Limited research attempts to investigate resiliency levels in siblings of children with special needs. The present study aims to evaluate the role of self-esteem and two dimension of attachment (i.e., attachment anxiety and avoidance) on resilience among adolescents with siblings of children with special needs. Participants were recruited with purposive technique sampling through e-flyers distributed to all families within several communities of children with special needs in Bandung. Adolescents 13-18 years of age were recruited (n=30). Each participant completed the Resiliency Scales (Benard), Self-Esteem Inventory (Coopersmith), and An Adaptation of the Experiences in Close Relationships Scale-Revised for Use with Children and Adolescents (Bowlby) in Indonesian. These three measuring tools have a high level of reliability. Using multiple linear regression, we found that partially self-esteem and attachment anxiety was significantly contributes to resilience ( $R^2_1 = .314$ ;  $R^2_2 = .238$ ;  $p < .05$ ) however attachment avoidance was not significantly contributes to resilience ( $R^2_3 = .089$ ;  $p > .05$ ). The findings indicate that high level of self-esteem and low levels of attachment anxiety may be associated with greater resilience. This finding implies that it is important to pay attention to self-esteem and the attachment between parents and children to promote resilience of adolescents with siblings of children with special needs, so that they can face pressure as siblings of children with special needs.*

**Keywords:** *attachment anxiety, attachment avoidance, resilience, self-esteem, siblings with special needs*

**Abstrak:** Keluarga dan orang tua dari anak-anak berkebutuhan khusus telah diidentifikasi memiliki resiliensi, karena telah menghadapi banyak tekanan dan ancaman terhadap resiliensi. Penelitian yang meneliti tingkat resiliensi pada saudara kandung dari anak berkebutuhan khusus masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi peran *self-esteem* dan dua dimensi *attachment* (yaitu, *attachment anxiety* dan *attachment avoidance*) terhadap resiliensi pada remaja dengan saudara kandung anak berkebutuhan khusus. Partisipan direkrut dengan teknik *purposive sampling*, melalui *e-flyer* yang dibagikan kepada seluruh keluarga dalam beberapa komunitas anak berkebutuhan khusus di Bandung. Remaja berusia 13-18 tahun direkrut ( $n=30$ ). Setiap peserta menyelesaikan *Resiliency Scales* (Benard, 2014), *Self-Esteem Inventory* (Coopersmith), dan *An Adaptation of the Experiences in Close Relationships Scale-Revised for Use with Children and Adolescents* (Bowlby) dalam bahasa Indonesia. Ketiga alat ukur ini memiliki tingkat reliabilitas tinggi. Data dianalisis dengan regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan *self-esteem* dan *attachment anxiety* berperan secara signifikan terhadap resiliensi ( $R^2_1=.314$ ;  $R^2_2=.238$ ;  $p<.05$ ), namun *attachment avoidance* tidak berperan secara signifikan terhadap resiliensi ( $R^2_3=.089$ ;  $p>.05$ ). Temuan menunjukkan bahwa tingkat *self-esteem* yang tinggi dan tingkat *attachment anxiety* yang rendah dapat dikaitkan dengan resiliensi yang lebih besar. Temuan ini menyiratkan bahwa penting untuk memperhatikan *self-esteem* dan *attachment* antara orangtua dan anak untuk meningkatkan resiliensi remaja dengan saudara kandung berkebutuhan khusus, sehingga mereka dapat menghadapi tekanan sebagai saudara kandung dari anak berkebutuhan khusus.

**Kata kunci:** *attachment anxiety, attachment avoidance, resiliensi, self-esteem, saudara kandung ABK*

Jumlah anak berkebutuhan khusus (ABK) di Indonesia dari tahun ke tahun terus meningkat. Data Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia tahun 2017 menyebutkan bahwa jumlah anak berkebutuhan khusus tahun 2017 di Indonesia tercatat mencapai 1.544.184 anak, dengan 330.764 anak (21,42 persen) berada dalam rentang usia 5-18 tahun.

Menurut teori sistem keluarga, keluarga dianggap sebagai unit unik dengan interaksi dan reaksi yang intens terhadap rangsangan eksternal, semua anggota keluarga saling terkait sehingga apapun yang mempengaruhi satu anggota keluarga akan mempengaruhi seluruh sistem (Minuchin dalam Koukouriki, 2021). Keluarga yang merawat Anak Berkebutuhan Khusus termasuk keluarga yang rentan (Kuhaneck et.al, 2010). Hadirnya seorang ABK dalam keluarga, akan mempengaruhi semua subsistem keluarga, termasuk saudara kandung.

Partisipan yang akan berpartisipasi dalam penelitian ini adalah saudara kandung ABK yang berusia remaja. Kehadiran ABK dalam keluarga menyebabkan saudara kandungnya mengalami stres, perasaan malu, marah, cemburu karena keberadaan ABK mengambil porsi waktu dan perhatian yang tidak adil dan seringkali menjadi penghambat kegiatan keluarga (Greenspan, 2006). Saudara kandung memiliki tanggung jawab tambahan karena hubungan unik mereka dengan saudara penyandang disabilitas dan kekhawatiran tentang masa depan mereka (Thomas dkk, 2014). Saudara kandung ABK usia remaja menghadapi situasi yang lebih sulit dibandingkan dengan remaja yang tidak memiliki saudara kandung ABK. Faktor risiko yang dapat mengurangi kemampuan saudara kandung ABK untuk mengatasi kesulitan, yaitu tidak memahami kebutuhan khusus saudara mereka, tidak dapat berbicara dengan siapa pun tentang kekhawatiran mereka, merasa diabaikan dalam keluarga, merasa bahwa kebutuhan mereka dikesampingkan (Strohm, 2008). Kurangnya dukungan dari luar menyebabkan saudara kandung ABK berisiko mengembangkan masalah fisik, emosi dan psikologis jangka panjang (Strohm, 2008).

Penelitian resiliensi pada awalnya ditujukan kepada anak-anak yang lahir dalam kondisi berisiko tinggi (*risk factors*) seperti keluarga di mana orangtuanya mengalami perceraian, pecandu alkohol, atau kriminalitas. Sebanyak 50% remaja yang tumbuh dalam kondisi berisiko tinggi mengembangkan kompetensi sosial meskipun terpapar stres berat dan mengatasi peluang untuk menjalani hidup yang sukses (Rutter, 1987, 2000 dalam Benard, 2004). Menurut Benard (2004), resiliensi adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri secara positif di tengah situasi sulit. Resiliensi diri adalah karakteristik individual yang juga merupakan aset internal atau disebut juga kompetensi pribadi, terkait dengan perkembangan yang sehat dan kesuksesan hidup.

Aspek yang terdapat dalam individu yang resilien, yaitu *social competence, problem solving, autonomy, dan sense of purpose*. Aspek-aspek ini tidak menyebabkan resilien, namun merupakan hasil perkembangan positif yang menunjukkan bahwa kapasitas-kapasitas dalam diri ini terlibat. Benard dalam bukunya mengutip pernyataan Werner & Smith yang menyatakan bahwa resiliensi bukanlah sifat genetik yang hanya dimiliki oleh segelintir anak super, sebaliknya itu adalah kapasitas bawaan seseorang untuk memperbaiki diri sendiri serta untuk transformasi dan perubahan diri (Lifton, 1993 dalam Benard, 2004). Dengan meningkatkan resiliensi, diharapkan individu yang memiliki saudara kandung ABK dapat mengembangkan ketrampilan hidup seperti bagaimana berkomunikasi, kemampuan dalam membuat rencana hidup dan mampu mengambil langkah yang tepat bagi hidupnya (Rojas dalam Utami dan Helmi, 2017). Mereka akan mengembangkan cara untuk mengubah keadaan yang penuh tekanan menjadi sebuah kesempatan untuk pengembangan dirinya.

Masten dan Coatsworth (1998) menguraikan beberapa atribut pribadi yang mempromosikan resiliensi pada anak, salah satunya adalah *self-esteem* yang tinggi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *self-esteem* merupakan faktor yang sangat penting yang dapat meningkatkan resiliensi dan menurunkan depresi dalam

kehidupan seseorang (Koba et al., 2019, Singh, 2018). Menurut Coopersmith (1967) *self-esteem* adalah evaluasi yang dibuat oleh individu dan biasanya berhubungan dengan penghargaan terhadap dirinya sendiri, hal ini mengekspresikan suatu sikap setuju atau tidak setuju dan menunjukkan tingkat dimana individu itu meyakini diri sendiri mampu, penting, berhasil dan berharga. Coopersmith (1967) menyebutkan terdapat empat aspek dalam *self-esteem*, yaitu: kekuatan (*power*), keberartian (*significance*), kebijakan (*virtue*), serta kompetensi (*competence*). *Self-esteem* yang meningkat berfungsi sebagai kapasitas untuk memperkuat ketahanan individu, yang akan membawa pada level resiliensi yang lebih tinggi.

Penelitian Saraswati (2017) menunjukkan bahwa *self-esteem* mempengaruhi resiliensi sebesar 49,1 %, dan 50,9% nya adalah faktor lain. Penelitian lain tentang pengaruh *self-esteem* terhadap resiliensi oleh Balgiu (2017) menunjukkan bahwa *self-esteem* memberikan pengaruh terhadap resiliensi sebesar 23%. Kedua penelitian ini menunjukkan bahwa *self-esteem* saja tidak cukup untuk meningkatkan resiliensi, sehingga peneliti menambahkan variabel lain dalam penelitian ini, sehingga dapat lebih jelas bagaimana resiliensi terbentuk.

Menurut Strohm (2008) saudara kandung ABK memiliki faktor protektif berupa komunikasi yang terbuka di dalam keluarga mereka, hubungan yang kuat dengan keluarga dan teman-teman dan dengan sumber dukungan dari luar. Penelitian Bender & Ingram (2018) telah menunjukkan bahwa keterikatan yang aman dengan *attachment figure* dapat menumbuhkan resiliensi. *Attachment* merupakan dasar pemahaman individu terhadap hubungannya dan arah hubungan interaksi sosialnya (Fraley & Shaver, 2000; Hazan & Shaver, 1987). Menurut Santrock (2014), *attachment* adalah ikatan emosional yang erat antara dua orang. Teori *attachment* pada awalnya dikembangkan oleh John Bowlby (1907 - 1990), seorang psikoanalisis Inggris yang mencoba memahami tekanan intens yang dialami oleh bayi yang telah dipisahkan dari orangtua mereka.

Penelitian awal tentang *attachment* telah menyoroti gagasan Brennan, Clark, & Shaver (1998) bahwa *attachment style* didukung oleh dua dimensi *attachment*, yaitu *attachment anxiety* dan *attachment avoidance* (Skoczeń dkk, 2018). Analisis terbaru dari Fraley & Shaver (2000) telah menunjukkan bahwa pendekatan dimensi menghasilkan representasi yang lebih baik pada domain *attachment* daripada pendekatan kategoris (*style*). Sebagai konsekuensi, penelitian terbaru tentang *attachment* semakin mengadopsi pendekatan dimensi. Sebagian besar peneliti saat ini mengonsep dan mengukur perbedaan individu dalam *attachment* secara dimensi daripada kategoris. Artinya, diasumsikan bahwa *attachment style* adalah hal-hal yang bervariasi dalam derajat daripada jenis.

Brennan, Clark, dan Shaver (1998) mengungkapkan *attachment anxiety* mengacu pada kecemasan tentang penolakan, pengabaian, dan tidak dapat dicintai. *Attachment avoidance* mengacu pada menghindari keintiman dan ketergantungan (Brennan, Clark, dan Shaver, 1998). Sejalan dengan teori *attachment*, pengalaman *attachment* dalam keluarga mempengaruhi kualitas hubungan sosial anak-anak dan remaja dengan pihak di luar keluarga, khususnya hubungan mereka dengan teman-temannya (Cassidy, 2008). Kecemasan saudara kandung ABK berkurang ketika hubungan anak dengan orangtua dibangun berdasarkan penerimaan, cinta dan perhatian (Malicha, 2020).

Berdasarkan uraian di atas mengenai interaksi ketiga dimensi terhadap resiliensi, maka pada penelitian ini akan dilihat (1) peran *self-esteem* sebagai bagian dari *protective factors* dalam meningkatkan resiliensi, dan (2) peran dimensi *attachment anxiety* dan dimensi *attachment avoidance* dalam meningkatkan resiliensi pada individu yang memiliki saudara kandung ABK.

## **METODE PENELITIAN**

Partisipan penelitian adalah remaja berusia 13-18 tahun yang merupakan saudara kandung ABK yang tergabung dalam beberpa

komunitas ABK di Bandung. Alat ukur resiliensi yang digunakan dalam penelitian ini adalah alat ukur yang dibuat oleh O. Irene Prameswari Edwina (2013) berdasarkan teori Bonnie Benard (2004). Kuesioner resiliensi terdiri dari 20 item yang dipilih berdasarkan muatan faktor terbesar di setiap sub aspek. Item tersebut berdasarkan empat dimensi dari resiliensi, yaitu *social competence*, *problem solving*, *autonomy*, dan *sense of purpose*. Kuesioner memiliki empat pilihan jawaban mulai dari (1) tidak sesuai hingga (4) sangat sesuai. Sementara *self-esteem* diukur menggunakan *Self-Esteem Inventory* yang dikemukakan oleh Coopersmith (1967) yang dimodifikasi oleh Febriyanto (2017) dan *expert judgement* Arie Suciyana Suriyanto, S.Si, M.Si., yang terdiri dari 19 item. Item tersebut berdasarkan empat aspek dari *self-esteem*, yaitu *power*, *significance*, *virtue*, dan *competence*. Terdapat empat pilihan jawaban untuk setiap pernyataan, yaitu Tidak Sesuai (TS), Kurang Sesuai (KS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS) yang setiap jawabannya memiliki rentang nilai 1-4. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur dimensi *attachment* dalam penelitian ini adalah alat ukur yang dikonstruksi oleh Katrijn Brenning, dkk (2011) dalam jurnalnya yang berjudul *An Adaptation of the Experiences in Close Relationships Scale-Revised for Use with Children and Adolescents*. Alat ukur *attachment* ini disusun untuk masa kanak-kanak pertengahan dan remaja awal dan diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh peneliti. Alat ukur ini terdiri dari 36 item; 18 item mengukur dimensi *attachment anxiety* dan 18 item mengukur dimensi *attachment avoidance*. Terdapat enam pilihan jawaban dari setiap item, yaitu Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Cenderung Tidak Setuju (CTS), Cenderung Setuju (CS), Setuju (S), Sangat Setuju (SS) yang setiap jawabannya memiliki rentang nilai 1-6.

Melalui teknik *purposive sampling*, ketiga kuesioner ini diisi oleh 30 saudara kandung ABK. Hasil perhitungan reliabilitas alat ukur resiliensi sebesar 0.868 menunjukkan reliabilitas tinggi. Alat ukur *self-esteem* menghasilkan nilai sebesar 0.887 menunjukkan reliabilitas tinggi. Alat ukur dimensi *attachment anxiety* menghasilkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0.916 dan alat ukur dimensi *attachment*



*avoidance* menghasilkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0.921, menunjukkan reliabilitas sangat tinggi. Teknik analisis data menggunakan regresi berganda untuk melihat bagaimana variabel *self-esteem* dan dimensi *attachment* (IV) berhubungan dengan resiliensi (DV). Pengujian ini diawali dengan uji Asumsi Klasik.

## HASIL

Dalam tabel 1 terlihat bahwa partisipan berjumlah 30 saudara kandung ABK, dengan rentang usia 13 sampai 18 tahun. Berdasarkan tabel 1, responden penelitian sebagian besar berusia 13 tahun, (26,7%) dan 18 tahun (23,3%). Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (60%) dan merupakan adik dari ABK (56,7%).

**Tabel 1.** *Gambaran Partisipan Berdasarkan Data Demografi*

<b>Data Demografi</b>	<b>Karakteristik Partisipan</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Janis Kelamin	Laki-laki	12	40%
	Perempuan	18	60%
	Total	30	100%
Usia	13 tahun	8	26.70%
	14 tahun	5	16.70%
	15 tahun	5	16.70%
	16 tahun	5	16.70%
	17 tahun	0	0%
	18 tahun	7	23.30%
	Total	30	100%
Posisi saudara kandung	Adik	17	56.70%
	Kakak	13	43.30%
	Total	30	100%

**Tabel 2. Korelasi Antar Variabel**

	<b>Variabel</b>	<b>M</b>	<b>SD</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
1	Gender	-	-			
2	Usia	15.17	1.895	-.037		
3	Posisi Saudara Kandung		-	-.110	.174	
4	Resiliensi	3.157	.4116	.299	.186	.011

N=30. Gender (Laki-laki:1, Wanita:2). Usia ditulis dalam tahun. Posisi saudara kandung (Adik:1, Kakak:2). \*\* $p < .01$

Berdasarkan tabel 2 diperoleh hasil bahwa data demografis tidak berkorelasi terhadap resiliensi.

Untuk menjawab hipotesis penelitian maka dilakukan pengujian hipotesis dengan perhitungan statistik berupa uji regresi linear berganda antara tiga variabel *independent* terhadap variabel *dependent*. Penelitian ini akan mencari gambaran seberapa besar peran dan signifikan atau tidaknya antara variabel *independent self esteem*, dimensi *attachment anxiety*, dan dimensi *attachment avoidance* terhadap variabel *dependent* resiliensi. Sebelumnya telah dilakukan uji asumsi klasik yang berupa uji normalitas dengan Kolmogorov Smirnov. Nilai probabilitas  $0.200 > 0.05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa data terdistribusi normal, uji heterokedastisitas (*scatter plot* tersebar acak dan merata antara bagian atas serta bawah garis nol) dan uji multikolinieritas nilai VIF variabel *self esteem*  $1.892 < 10$ . Nilai VIF variabel *attachment anxiety*  $2.558 < 10$ . Nilai VIF variabel *attachment avoidance* adalah  $2.657 < 10$ . *Tolerance value self esteem*. 529, *tolerance value anxiety*. 391, dan *tolerance value avoidance*. 376. Seluruh nilai *tolerance*  $> 0.1$ . Maka pada data tersebut tidak terjadi multikolinieritas.

**Tabel 3. Hasil Analisis Regresi Berganda**

<b>Regresi Berganda</b>	<b>F</b>	<b>R<sup>2</sup></b>	<b>Adjusted R<sup>2</sup></b>	<b>p-value</b>	<b>Keterangan</b>
<i>Self Esteem, Anxiety, Avoidance</i> -> Resiliensi	5.716	.397	.328	.004	Signifikan

Nilai  $F = 5.716$  dan  $p = <.001$  pada tabel 3 menunjukkan bahwa *self-esteem*, *attachment anxiety*, dan *attachment avoidance* berperan secara signifikan terhadap variabel resiliensi. Nilai  $R^2$  sebesar .397 menunjukkan bahwa *self-esteem*, *attachment anxiety*, dan *attachment avoidance* berpengaruh sebesar 39.7% terhadap resiliensi, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain.

**Tabel 4.** Hasil Analisis Uji Parsial

Variabel	F	$\beta$	$R^2$	Adjusted $R^2$	p-value	Keterangan
<i>Self Esteem</i> -> Resiliensi	12.798	.56	.314	.289	.001	Signifikan
<i>Anxiety</i> -> Resiliensi	8.728	-.487	.238	.21	.006	Signifikan
<i>Avoidance</i> -> Resiliensi	2.729	-.298	.089	.056	.11	Tidak signifikan

Tabel 4 memberikan keterangan tentang besar peran yang diberikan masing-masing variabel independent terhadap variabel dependent. Baik *self-esteem* dan *attachment anxiety* memiliki  $p\text{-value} < .05$  maka dapat disimpulkan peran keduanya signifikan. *Attachment avoidance* memiliki  $p\text{-value} > .05$ , maka dapat disimpulkan peran *attachment avoidance* tidak signifikan. Nilai konstanta  $\beta_1$  sebesar .56 menunjukkan bahwa setiap kenaikan 1 satuan variabel *self-esteem* maka akan mempengaruhi resiliensi sebesar 0.56 dengan asumsi bahwa variabel lain tidak diteliti dalam penelitian ini.

Hasil perhitungan parsial pada tabel 4 menunjukkan bahwa dimensi *attachment anxiety* sebagai prediktor terhadap resiliensi memberikan kontribusi sebesar 23,8% terhadap resiliensi. Nilai konstanta  $\beta_2$  sebesar  $-0,487$  menunjukkan bahwa setiap penurunan 1 satuan variabel *attcahment anxiety* maka akan mempengaruhi resiliensi sebesar 0.487 dengan asumsi bahwa variabel lain tidak diteliti dalam penelitian ini. Nilai negatif menunjukkan bahwa variabel dimensi *attachment anxiety* memberikan peran yang negatif terhadap resiliensi. Berdasarkan tabel 4 dapat disimpulkan bahwa

*self-esteem* ( $\beta = .56$ ,  $F = 12.798$ ,  $R^2 = .314$ ,  $p\text{-value} < .05$ ) memberikan peran yang lebih dominan daripada *attachment anxiety* ( $\beta = -.487$ ,  $F = 8.728$ ,  $R^2 = .238$ ,  $p\text{-value} < .05$ ).

## PEMBAHASAN

Peneliti telah melakukan olah data statistik untuk menguji hipotesis melalui uji regresi linear berganda. Hasil uji tersebut menunjukkan hasil signifikan dan tidak signifikan. Menurut Sugiyono (2013), signifikansi adalah kemampuan data sampel untuk digeneralisasikan pada populasi dengan kesalahan tertentu. Hasil yang signifikan menunjukkan bahwa variabel-variabel *independent* berperan dan merupakan prediktor dari resiliensi, sementara hasil yang tidak signifikan menunjukkan bahwa peran dari variabel terikat hanya memberikan kontribusi yang rendah terhadap resiliensi.

Secara parsial, *self-esteem* memberikan pengaruh yang positif dan signifikan terhadap resiliensi. Hal ini berarti semakin besar saudara kandung ABK menghayati dirinya memiliki *self-esteem* yang tinggi, maka semakin tinggi pula penghayatan dirinya bahwa ia memiliki resiliensi yang tinggi. Sejalan dengan hasil perhitungan uji regresi linear berganda, hasil perhitungan tabulasi silang (Lampiran 6) menggambarkan bahwa 66,67% partisipan yang menghayati diri mereka memiliki tingkat *self-esteem* tinggi, juga menghayati diri mereka memiliki tingkat resiliensi yang tinggi. Sebanyak 60% dari partisipan yang menghayati diri mereka memiliki *self-esteem* rendah juga menghayati diri mereka memiliki resiliensi rendah. Hal ini membuktikan bahwa semakin tinggi tingkat *self-esteem* maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi mereka. Selaras dengan hasil perhitungan, pernyataan Sibert (2009) menunjukkan bahwa *self-esteem* berfungsi sebagai pelindung yang mengontrol akses ke tingkat resiliensi yang lebih tinggi. Bagi saudara kandung ABK, kurangnya *self-esteem* akan menyebabkan resiliensi psikologis mereka menurun. Aspek-aspek dalam *self-esteem* yang terdiri dari *power*, *virtue*, *competence*, dan *significance* menjadi prediktor bagi tingkat resiliensi. Saudara kandung ABK yang memiliki *power*,

membangun harapan yang tinggi akan kekuatannya sendiri sehingga ia memiliki *autonomy* untuk mengatur dan mengontrol tingkah laku diri sendiri dan orang lain. Kebijakan (*virtue*) diperlukan oleh saudara kandung ABK untuk meningkatkan *social competence*, sehingga diharapkan dapat membuat saudara kandung ABK mampu membentuk hubungan dan keterikatan positif dengan orang lain melalui daya tanggap, kemampuan komunikasi, empati dan kepedulian, welas asih, altruisme, dan pengampunan. Kompetensi (*competence*) yang dimiliki saudara kandung ABK akan membantu meningkatkan *problem solving skills* sehingga saudara kandung ABK mampu mencari cara untuk mengatasi masalah yang dihadapinya melalui perencanaan masa depan, fleksibilitas dalam mencari solusi dari masalah yang mereka hadapi, serta mencari sumber daya untuk membantu mereka mengatasi masalah. *Significance* yang dimiliki saudara kandung ABK meningkatkan *sense of purpose and bright future*, sehingga mereka memiliki keyakinan bahwa mereka dapat melewati berbagai rintangan yang harus dihadapi dalam menjalani kehidupannya dan memiliki performa yang baik. Penelitian Balgiu (2017) menunjukkan bahwa siswa yang memiliki *self-esteem* yang kuat dan yang seimbang secara emosional dapat dengan mudah beradaptasi dan dapat berkembang di lingkungan baru, sehingga mendukung resiliensi individu, sedangkan orang-orang dengan keadaan emosi negatif dan perasaan cemas dan bersalah akan menghadapi situasi stres yang sulit. Oleh karena itu, *self-esteem* yang kuat akan meningkatkan derajat resiliensi (Karakas & Cakar, 2011).

Hasil perhitungan menunjukkan bahwa *self-esteem* memberikan peran sebesar 31.4% terhadap resiliensi, perhitungan tabulasi silang juga menunjukkan bahwa terdapat 40% partisipan yang menghayati diri mereka memiliki tingkat *self-esteem* rendah, ternyata menghayati diri mereka memiliki resiliensi tinggi. Artinya ada variabel lain yang mempengaruhi tingkat resiliensi seorang individu.

*Protective factor* lain yang juga turut mempengaruhi tingkat resiliensi adalah *caring relationship*, yang tertuju pada dukungan

penuh kasih, artinya hadir untuk seseorang, dapat dipercaya, memberikan cinta yang tanpa syarat. *Caring relationship* dihubungkan dengan membangun kepercayaan dasar yang aman yang dimanifestasikan melalui skor rendah pada dimensi *attachment anxiety* dan *attachment avoidance*. Nilai negatif pada konstanta  $\beta_2$  dimaknai dengan semakin rendah tingkat *attachment anxiety* seorang saudara kandung ABK, maka resiliensi mereka semakin tinggi. Skor rendah pada dimensi *attachment anxiety* dimaknai dengan saudara kandung ABK memiliki pandangan positif terhadap dirinya sendiri, sehingga ia lebih aman dalam tanggapan yang dirasakan *attachment figure*-nya. Skor tinggi pada dimensi *attachment anxiety* dimaknai dengan tingginya kekhawatiran akan penolakan atau pengabaian interpersonal, kebutuhan yang berlebihan untuk persetujuan dari orang lain, dan kesusahan ketika orangtuanya tidak tersedia atau tidak responsif. Hasil tabulasi silang (Lampiran 6) menunjukkan bahwa terdapat 66,67% partisipan yang menghayati diri mereka memiliki *attachment anxiety* rendah, menghayati pula diri mereka memiliki tingkat resiliensi tinggi. Sebanyak 60% dari seluruh partisipan yang menghayati diri mereka memiliki tingkat *attachment anxiety* tinggi, ternyata menghayati diri mereka memiliki tingkat resiliensi rendah.

Hasil perhitungan ini sejalan dengan asumsi inti teori *attachment* sehubungan dengan pola *attachment* tidak aman. Berdasarkan teori *attachment*, interaksi dengan *attachment figure* yang tidak konsisten, tidak dapat diandalkan, atau tidak sensitif mengganggu perkembangan fondasi mental yang aman dan stabil; mengurangi ketahanan terhadap peristiwa kehidupan yang penuh tekanan; dan mempengaruhi individu untuk gangguan psikologis pada saat krisis (Bowlby, 1988). Saudara kandung ABK membutuhkan penggambaran diri yang positif (derajat dimensi *attachment anxiety* yang rendah) untuk membangun *autonomy* dalam diri mereka sehingga saudara kandung ABK dapat bertindak secara independen dan memiliki kontrol terhadap lingkungannya. *Autonomy* yang ditandai dengan pembentukan identitas diri yang positif merupakan salah satu karakteristik dalam diri remaja yang resilien (Masten &

Coatsworth, 1998; Werner & Smith, 1992). Penggambaran diri yang positif juga dibutuhkan agar saudara kandung ABK memiliki *sense of purpose and bright future*, agar mereka memiliki keyakinan bahwa mereka dapat melewati berbagai rintangan yang harus dihadapi dalam menjalani kehidupannya dan memiliki performa yang baik.

Hasil perhitungan parsial pada tabel 4 menunjukkan bahwa nilai signifikansi dimensi *attachment avoidance* terhadap resiliensi lebih besar dari .05, sehingga dimensi *attachment avoidance* tidak memberikan peran yang signifikan terhadap resiliensi. Jumlah partisipan yang tidak terlalu banyak mempengaruhi nilai signifikansi, sehingga jika jumlah partisipan ditambah, maka ada kemungkinan dimensi *attachment avoidance* memberikan peran yang signifikan terhadap resiliensi. Dimensi *attachment avoidance* sebagai prediktor terhadap resiliensi hanya memberikan kontribusi sebesar 8.9% terhadap resiliensi. Nilai kontribusi yang kecil tidak berarti *attachment avoidance* tidak memberikan peran sama sekali. Nilai konstanta  $\beta_3$  yang negatif menunjukkan bahwa *attachment avoidance* memberikan sedikit peran negatif terhadap resiliensi, artinya semakin kecil kekhawatiran saudara kandung ABK akan ketergantungan dan keintiman interpersonal, kebutuhan yang berlebihan untuk kemandirian, dan keengganan untuk mengungkapkan diri, semakin tinggi resiliensi mereka.

Hasil perhitungan statistik regresi linear berganda sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gozali, Karen (2021) yang berjudul *The effect of attachment on resilience among adolescents with divorced parents* menyatakan bahwa dimensi *attachment anxiety* memberi pengaruh yang negative terhadap resiliensi sedangkan dimensi *attachment avoidance* tidak signifikan dalam mempengaruhi resiliensi. Penelitian yang dilakukan oleh Kural dan Kovacs yang berjudul *Attachment Anxiety and Resilience: The Mediating Role of Coping* (2021) menunjukkan bahwa kecemasan (*anxiety*) secara langsung dan, melalui kedua strategi koping, secara tidak langsung terkait dengan resiliensi, namun penghindaran

(*avoidance*) hanya secara tidak langsung terkait dengan resilien melalui koping yang berfokus pada masalah.

Dimensi *attachment avoidance* mempengaruhi relasi saudara kandung ABK dengan orang lain. Saudara kandung ABK dengan skor tinggi pada dimensi ini memilih untuk tidak bergantung pada orang lain atau terbuka pada orang lain, tidak mempercayai niat orang lain dan secara defensif berusaha untuk mempertahankan kemandirian perilaku dan emosional. Hal ini terjadi karena relasi mereka dengan saudara kandung yang memiliki keterbatasan memaksa mereka untuk mandiri. Tekanan-tekanan yang dialami saudara kandung ABK, seperti misalnya kesulitan dalam relasi adik kakak, tekanan untuk menjadi anggota keluarga yang paling signifikan, dan tuntutan untuk bertanggung jawab akan masa depan saudara kandung mereka.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa *self-esteem*, *attachment anxiety*, dan *attachment avoidance* secara bersama-sama memberikan pengaruh yang signifikan terhadap resiliensi. *Self-esteem*, *attachment anxiety*, dan *attachment avoidance* secara simultan memberikan peran sebesar 39.7% terhadap resiliensi. Hal ini berarti *self-esteem* yang dimiliki oleh saudara kandung ABK bersama-sama dengan *attachment anxiety* dan *attachment avoidance* saudara kandung ABK memberikan peran sebesar 39.7% terhadap peningkatan resiliensi mereka, dan sisanya adalah variabel lain. Jika diperhatikan pada tabel 4, besar peran secara parsial *self-esteem* lebih dominan dibandingkan *attachment anxiety*, artinya secara empirik terbukti bahwa *self-esteem* memberikan kontribusi lebih besar untuk meningkatkan resiliensi daripada *attachment anxiety*. Hal ini menarik karena hasil perhitungan statistik sejalan dengan teori Masten dan Coatsworth bahwa salah satu atribut pribadi yang dapat meningkatkan resiliensi adalah *self-esteem*.

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan dalam beberapa hal. Jumlah partisipan dalam penelitian ini sangat sedikit, sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan pada populasi. Keterbatasan yang lain yaitu penelitian ini tidak membedakan



dimensi *attachment anxiety* dan dimensi *attachment avoidance* ayah dan ibu yang kemungkinan memiliki *attachment* yang berbeda dengan anak.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *self-esteem*, dimensi *attachment anxiety*, dan dimensi *attachment avoidance* secara bersama-sama berperan secara signifikan pada resiliensi. Artinya variabel *self-esteem*, dimensi *attachment anxiety*, dan dimensi *attachment avoidance* bersama-sama merupakan prediktor yang kuat untuk meningkatkan resiliensi. Secara parsial, hanya *self-esteem* dan dimensi *attachment anxiety* yang berperan signifikan terhadap resiliensi. Artinya saat *self-esteem* meningkat dan *attachment anxiety* menurun maka remaja pun akan semakin resilien.

Temuan ini memiliki implikasi bahwa penting untuk memperhatikan *self-esteem* dan keterikatan antara orangtua dan anak untuk membangun gambaran diri yang positif pada remaja dengan saudara kandung ABK, karena kedua faktor tersebut terbukti berperan terhadap resiliensi remaja dengan saudara kandung ABK dalam menghadapi tekanan menjadi saudara kandung ABK.

## **SARAN**

Penelitian mengenai *self-esteem* dan *dimensi attachment* dalam hubungannya dengan resiliensi dapat dikembangkan dengan meneliti secara detail dalam setiap dimensi yang dimiliki masing-masing variabel. Penelitian berikutnya juga diharapkan dapat mencari variabel-variabel lain yang juga berperan terhadap resiliensi remaja dengan saudara kandung ABK, misalnya pola asuh dan dukungan sosial.

Besarnya peran *self-esteem* dan dimensi *attachment anxiety* menjadi dasar bahwa resiliensi seseorang dipengaruhi oleh faktor dalam diri individu. Sehingga jika orangtua ingin meningkatkan resiliensi anak/remajanya, berikan intervensi pada *self-esteem*

mereka dengan cara memberikan kesempatan untuk berpartisipasi dalam kegiatan dan pengalaman yang menarik, menantang, serta memberikan ekspektasi yang jelas, positif, dan berpusat pada keyakinan yang mendalam akan resiliensi bawaan dan kapasitas *self-righting* remaja. Berikan kesempatan kepada remaja untuk menjadi seperti apa yang mereka inginkan. *Attachment anxiety* dapat diturunkan dengan menciptakan *caring relationship* yang tertuju pada hadir untuk anak, dapat dipercaya, memberikan cinta yang tanpa syarat yang didasarkan pada mendengarkan, dan membangun kepercayaan dasar yang aman.

*Self-esteem* memberikan peran yang lebih dominan dalam mempromosikan resiliensi dalam diri remaja, sehingga meningkatkan *self-esteem* pada saudara kandung ABK sangat penting. Saudara kandung ABK dapat diajak untuk mengidentifikasi kelebihan dan kelemahan diri, menggunakan kelebihan yang dimiliki untuk mengatasi tantangan, dan membangun identitas diri.

Bagi komunitas ABK disarankan untuk membuat komunitas saudara kandung sebagai wadah bagi saudara kandung untuk saling mendukung satu sama lain, karena dukungan dari lingkungan dapat meningkatkan resiliensi seseorang.

## **DAFTAR REFERENSI**

- Balgiu, B.A. (2017). Self Esteem, Personality and Resilience. Study of Students Emerging Adults Group. *Journal of Educational Sciences & Psychology Vol. VII (LXIX) No.1/ 2017*.
- Benard, B. (2004). *Resiliency: What We Have Learned*. WestEd.
- Bender, A. & Ingram, R. (2018). Connecting Attachment Style to Resilience: Contributions of Self-Care and Self-Efficacy. *Personality and Individual Differences, Volume 130, 2018*, Pages 18-20. ISSN 0191-8869. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.03.038>.
- Brenning, K., et.al. (2011). An Adaptation of the Experiences in Close Relationships Scale-Revised for Use with Children and Adolescents. *Journal of Social and Personal Relationships · November 2011*. DOI: 10.1177/0265407511402418

- Cassidy, J., Dykasa, M.J., Zivb, Y. (2008). Attachment and Peer Relations in Adolescence. *Attachment & Human Development* Vol. 10, No. 2, June 2008, 123-141
- Coopersmith, Stanley. (1967). *The Antecedent of Self Esteem*. San Fransisco: W.H Freeman and Company.
- Edwina, O.I.P. (2013). Faktor Kepribadian (Trait), Proteksi, dan Risiko Sebagai Determinan Pembentuk *Resilience* Pada Remaja Usia 15-18 Tahun di Kotamadya Bandung. *Disertasi Doktor*, Fakultas Psikologi Universitas Padjajaran: Bandung
- Febriyanto, Yuko Bagus. (2017). Hubungan Self-Esteem Dan Self-Disclosure Pada Remaja Di Jejaring Sosial Facebook Dan Instagram. *Tesis*. Fakultas Psikologi Mercu Buana: Bekasi
- Fraley, R.C. (2018). Adult Attachment Theory and Research. Department of Psychology University of Illinois at Urbana-Champaign. <http://labs.psychology.illinois.edu/~rcfraley/attachment.htm>
- Fraley, R. C. & Shaver, P.R. (2000). Adult Romantic Attachment: Theoretical Developments, Emerging Controversies, and Unanswered Questions. *Review of General Psychology* Copyright 2000 by the Educational Publishing Foundation 2000, Vol. 4, No. 2, 132-154. DOI: 10.1037//1089-2680.4.2.132
- Fraley R. C., Waller N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item-response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 350-365. doi: 10.1037/a0022898
- Gozali, K. (2021). The Effect of Attachment on Resilience Among Adolescents with Divorced Parents. Bachelor thesis, Universitas Pelita Harapan
- Greenspan, S.I., Wieder, S. & Simons, R. (2006). *Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta; Yayasan Ayo Main!. ISBN 979-25-9120-6
- <https://dosenpsikologi.com/teori-kepercayaan-diri>
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan » Republik Indonesia ([kemdikbud.go.id](http://kemdikbud.go.id))
- Koba, ISAB. Edwina, O.I.P. & Fun L.F. (2019). Peran Pelatihan Self-Esteem Enhancement dalam Meningkatkan Resiliensi pada Residen di Yayasan "X" Sentul. *Humanitas* Vol. 3 No. 1, April 2019, hal. 31-50.

- Koukouriki, E., Athanasopoulou, E. & Andreoulakis, E. (2021). Feelings of Loneliness and Social Dissatisfaction in Siblings of Children with Autism Spectrum Disorders: The Role of Birth Order and Perceived Social Support. *J Autism Dev Disord*. <https://doi.org/10.1007/s10803-021-05308-x>
- Kuhaneck, H.M., Burroughs, T., Wright, J., Lemanczyk, T., and Darragh, A.R. (2010). A Qualitative Study Of Coping In Mothers Of Children With An Autism Spectrum Disorder. *Occupational Therapy Faculty Publications*. Paper6.[http://digitalcommons.sacredheart.edu/ot\\_fac/6](http://digitalcommons.sacredheart.edu/ot_fac/6) doi:10.3109/01942638.2010.481662
- Kural, A.I. & Kovacs, M. (2021). Attachment anxiety and resilience: The mediating role of coping, *Acta Psychologica, Volume 221*, 103447, ISSN 0001-6918, <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2021.103447>.
- Masten, A.S., & Coatsworth, J.D. (1998). The Development of Competence in Favorable and Unfavorable Environments: Lessons from successful children. *American Psychologist*, *53*, 205-220.
- Malicha, L.N. (2020). Peran dan Penyesuaian Saudara Kandung Pada Individu Dengan Gangguan Spektrum Autisme: Literature Review. *Jurnal KELUARGA Vol 6 No 1 Februari 2020*
- Rutter, M. (1987). Psychosocial Resilience and Protective Mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, *57*, 316-331. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1939-0025.1987.tb03541.x>
- Santrock, J.W. *Life-span development* / John W. Santrock. — Fifteenth edition.
- Saraswati, L. Tiatri, S. & Sahrani, R. (2017). Peran Self-Esteem Dan School Well-Being Pada Resiliensi Siswa SMK Pariwisata A. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora Vol. 1, No. 2, Oktober 2017*: hlm 511-518,
- Singh, P. Mittal, S. (2018). Self-esteem, Depression and Resilience Amongst University Students: A Comparative Study. *Indian Journal of Human Relations ISSN-0974-10892018, vol. 52 (2)*, July-December, pp- 108-114 UGC Approved No. 42068
- Skoczeń, I., et.al. (2018). The Experiences in Close Relationships Scale-Revised Child Version: reliability and structural validity of the Polish adaptation. *European Journal of Developmental Psychology, January 2018*, DOI: 10.1080/17405629.2017.1422719

- Strohm, K. (2008). Guest Editorial Too important to ignore: Siblings of children with special needs. *Australian e-Journal for the Advancement of Mental Health (AeJAMH)*, Volume 7, Issue 2, 2008 ISSN: 1446-7984
- Sugiyono, P. D. (2014). *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Thomas, S., Krishna, Reddy.N, Kommu, J.V.S. (2014). Needs Of Siblings Of Children With Autism Spectrum Disorder. *International Journal of Humanities and Social Science* · November 2014. <https://www.researchgate.net/publication/273642782>
- Utami, C.T. Helmi, A.F. (2017). Self-Efficacy dan Resiliensi: Sebuah Tinjauan Meta-Analisis *Buletin Psikologi 2017*, Vol. 25, No. 1, 54-65.