

**NASKAH PUBLIKASI**

**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN  
RESILIENSI PADA MASYARAKAT DI DAERAH RAWAN  
BENCANA**



Oleh :

**RAHMA TRI ESTRIA**

**QUROTUL UYUN**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA  
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**

**YOGYAKARTA**

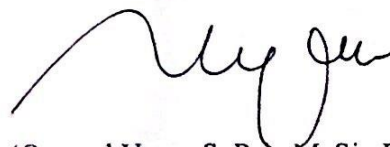
**2018**

NASKAH PUBLIKASI  
HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN RESILIENSI PADA  
MASYARAKAT DI DAERAH RAWAN BENCANA

Telah Disetujui Pada Tanggal

31 MAY 2018

Dosen Pembimbing Utama



(Qurotul Uyun, S. Psi., M. Si., Psikolog)

## HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN RESILIENSI PADA MASYARAKAT DI DAERAH RAWAN BENCANA ALAM

Rahma Tri Estria  
Dr. Quratul Uyun

### INTISARI

Penelitian ini berusaha mencari hubungan antara kebersyukuran dan resiliensi pada masyarakat di daerah rawan bencana. Responden penelitian ini adalah masyarakat yang tinggal di daerah rawan bencana dan sudah mengalami peristiwa bencana. Uji hipotesis pada penelitian ini didasarkan pada asumsi bahwa kebersyukuran yang lebih tinggi berkorelasi dengan resiliensi yang lebih tinggi. Data dikumpulkan dengan skala resiliensi dari The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) yang telah dianalisis faktor oleh Notario-Pacheco, Solera-Martinez, Serrano-Parra, Bartolomé-Gutiérrez, García-Campayo, dan Martínez-Vizcaíno (2011) dan skala kebersyukuran yang disusun oleh Zuhra (2014) berdasarkan teori Al-Munajjid (2006). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa resiliensi dan kebersyukuran secara signifikan berkorelasi positif dengan nilai koefisien  $r = 0,360$  dan  $p = 0,002$  ( $p < 0,5$ ). Oleh karena itu, dapat dikatakan semakin besar kebersyukuran individu maka akan semakin tinggi tingkat resiliensinya

**Kata kunci :** *Kebersyukuran*, Resiliensi, Pemukiman Rawan Bencana.

## **HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN RESILIENSI PADA MASYARAKAT DI DAERAH RAWAN BENCANA ALAM**

### **A. PENGANTAR**

Indonesia merupakan wilayah yang rawan terhadap bencana terkait dengan kondisi geografis, geologis, hidrologis, dan demografis yang dimiliki. Kondisi tersebut menyebabkan Indonesia dilanda bencana yang datang silih berganti setiap tahunnya. Data yang dimiliki BNPB pada tahun 2018 menunjukkan waktu kurang dari satu tahun terdapat 958 kejadian bencana alam di seluruh Indonesia. Intensitas kejadian paling banyak yaitu bencana puting beliung sebanyak 360 kali, bencana banjir sebanyak 306 kali, dan bencana tanah longsor terjadi sebanyak 249 kali, sisanya terbagi dalam bencana alam lain seperti kebakaran hutan dan lahan, gelombang pasang, gempa bumi, dan letusan gunung api ([www.dibi.bnpb.go.id](http://www.dibi.bnpb.go.id)., 2018). Dari fenomena bencana alam yang terjadi yang paling banyak menimbulkan korban jiwa adalah tanah longsor, salah satu pemicu hal tersebut karena masih banyaknya masyarakat yang bermukim di wilayah zona merah atau rawan bencana longsor. Daerah rawan bencana adalah daerah yang memiliki resiko tinggi terhadap ancaman bencana jika dibandingkan dengan daerah atau kawasan lain.

Dilihat dari kondisi geografisnya, gambaran topografi Indonesia merupakan daerah yang memiliki banyak kontur pegunungan dan lereng-lereng yang menjadi ancaman utama bencana tanah longsor (Apriyono, 2009). Data yang dimiliki Pusat Vulkanologi dan Mitigasi Bencana

Geologi (dalam Apriyono, 2009) menyatakan ada sekitar 918 daerah rawan longsor yang tersebar di Indonesia dengan jumlah daerah rawan longsor tertinggi sebanyak 327 lokasi yang berada di Propinsi Jawa Tengah. Ditambah informasi data dari BNPB (2015) bahwa sepanjang tahun 2013 sampai dengan 2015 kejadian tanah longsor juga terbanyak berada di wilayah Jawa Tengah. Dari pemaparan diatas timbul kemungkinan setiap wilayah pegunungan dan lereng di Indonesia khususnya di Jawa Tengah berpotensi mengalami ancaman bencana tanah longsor dan dampak yang mengikutinya.

Salah satu longsor yang pernah terjadi di Jawa Tengah berada Kabupaten Banjarnegara dimana kejadian tersebut menimbun satu dusun pada akhir tahun 2014 tepatnya tanggal 12 Desember 2014. Peristiwa ini juga menyebabkan kehilangan dan kerugian yang cukup parah, terdapat korban meninggal dunia kurang lebih 95 orang, 13 orang lainnya hilang, 5 orang luka berat, 9 orang luka ringan dan ratusan orang terpaksa mengungsi di tempat yang lebih aman, setidaknya 105 unit rumah tertimbun longsor beserta lahan sawah dan perkebunan masyarakat (BNPB, 2015). Bencana alam yang terjadi sering dianggap juga sebagai salah satu ujian yang dikirim Allah untuk berbagai tujuan, bisa sebagai teguran ataupun ujian keimanan. Seperti dalam Al-Quran Allah SWT telah berfirman dalam QS Al-Baqarah (155):

*“Dan Kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira bagi orang-orang yang sabar”*

Saat bencana terjadi akan timbul dampak yang signifikan terhadap fisik, psikologis dan sosial pada masyarakatnya. Hal ini di dukung oleh Rusmiyati dan Hikmawati (2012) bahwa korban bencana alam akan menghadapi situasi yang sangat kompleks baik secara fisik, psikis, maupun sosial yang terjadi di dalam dirinya. Keadaan psikologis masyarakat seperti merasa ketakutan, khawatir, cemas, gelisah, bingung, panik, dan perasaan sedih akan kehilangan yang dialami bercampur dengan rasa lelah dan harus berada dilokasi pengungsian menjadi penyebab para masyarakat mengalami kondisi tertekan dan depresi karena bencana, kondisi tersebut juga dapat menyebabkan permasalahan jangka panjang sehingga Allah menjajikan kabar gembira untuk yang sabar menghadapinya. Menurut Taufiq, Susanty, Titi, dan Nurlina (2014) mengingat dampak yang ditimbulkan akibat bencana alam maka diperlukan suatu upaya yang menyeluruh dalam rangka penanggulangan bencana baik ketika sedang terjadi maupun setelah terjadi yang beresiko timbulnya persoalan fisik, psikis maupun sosial. Upaya yang bisa dilakukan adalah meningkatkan kemampuan dari dalam diri agar masyarakat rawan bencana dapat meminimalisir dampak bencana menuju kepada kondisi semula, maka dari itu diperlukan kemampuan yang dikenal dengan nama resiliensi.

Resiliensi adalah proses perkembangan psikologis dalam merespon terhadap tekanan kehidupan yang mempengaruhi fungsi kesehatan mental (Taufiq, Susanti, & Sawitri, 2014). Pada dasarnya setiap manusia memiliki kemampuan resiliensi pada dirinya, seperti yang dinyatakan oleh Dewi, Djoenaina dan Melisa (2014) bahwa setiap individu mempunyai kemampuan untuk tangguh (resilien) secara alami, tetapi hal tersebut harus dipelihara dan diasah. Melalui berbagai keberhasilan dan kegagalan dalam menghadapi situasi sulit, individu belajar memperkuat diri dan terus berkembang sehingga mampu mengubah situasi yang menekan dan tidak menyenangkan menjadi dapat diatasi. Proses itulah yang membuat individu juga bisa bertahan dalam kesulitan dan bangkit kembali setelah bencana yang terjadi. Menurut Joshep (dalam Isaacson, 2002) resiliensi sendiri dapat dilihat dari kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menyesuaikan diri, beradaptasi dengan perubahan, tuntutan, dan perasan kecewa yang muncul dalam kehidupan. Ketika masyarakat di daerah rawan bencana memiliki kemampuan resiliensi yang baik, maka ketika suatu saat tertimpa bencana mereka dapat menata kehidupannya kembali pasca bencana tersebut terjadi.

Diambil dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Satria dan Sari (2017) di Aceh juga mengungkapkan bahwa tingkat resiliensi pada warga di daerah rawan bencana tsunami berada pada kategori tinggi yakni 63% dengan kata lain masih terdapat 37% warga yang resiliensinya pada kategori rendah. Tingkat risiliensi seseorang atau masyarakat menentukan

bagaimana mereka bertahan di tengah situasi menekan, melakukan pemulihan dan merespon terhadap bencana yang terjadi. Pada individu atau masyarakat yang tingkat resiliensinya rendah maka individu atau masyarakat tersebut tidak hanya rentan terhadap dampak psikologis dari bencana yang akan terjadi tetapi juga lambat dalam melakukan pemulihan dan beradaptasi setelah peristiwa bencana.

Menurut pendapat Resnick, Gwyther, dan Roberto (2011) seseorang memiliki resiliensi yang baik dipengaruhi oleh beberapa faktor di antaranya adalah self-esteem, orang yang dapat menghargai dirinya sendiri lebih mudah untuk mengatasi kesengsaraan yang terjadi, faktor selanjutnya adalah dukungan sosial, ketika individu mendapat *support* dari orang yang disekelilingnya dapat membantu menyelesaikan masalah individu agar bangkit kembali. Faktor ketiga resiliensi yaitu emosi positif, saat individu memiliki emosi positif dalam dirinya maka dapat mengurangi stres secara lebih efektif. Faktor terakhir yang mempengaruhi resiliensi yaitu spiritualitas yang dekat kaitannya dengan keyakinan seseorang kepada Tuhan yang dipengaruhi pengalaman. Dari pengalaman yang didapat akan memberikan makna dan rasa keterhubungan antara dirinya dan suatu kekuatan yang maha besar. Proses spiritual tersebut yang akan menumbuhkan rasa bersyukur dalam diri individu kepada Tuhan. Mereka yakin bahwa Tuhan mampu menyelesaikan segala permasalahan yang ada dan Tuhan menjadi penolong setiap hamba melalui banyak cara, keyakinan tersebut di gunakan sebagai sarana mengatasi berbagai kesulitan.



Berdasarkan penjabaran di atas menunjukkan bahwa rasa syukur yang dimiliki oleh individu atas nikmat yang Allah berikan selama kehidupan ini hendaknya mampu meningkatkan sikap resiliensi individu ketika terjadi kesulitan atau bencana terjadi. Oleh karena itu peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan antara kebersyukuran dan resiliensi pada masyarakat di daerah rawan bencana.

## **B. METODE PENELITIAN**

### **1. Subjek Penelitian**

Adapun subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah masyarakat yang berada pada daerah rawan bencana di kabupaten Banjarnegara tepatnya di Huntap yang berada di Dusun Suren dan masyarakat Desa Sampang Dusun Jemblung, masyarakat kedua desa tersebut menurut Badan Penanggulangan Bencana Daerah termasuk berada pada daerah rawan bencana. Subjek berjenis kelamin perempuan dan laki-laki yang beragama Islam. Usia subjek yang dipilih peneliti yaitu usia 18-60 tahun.

### **2. Metode Pengumpulan Data**

3. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan angket yaitu menggunakan skala resiliensi dan skala kebersyukuran.

#### **a. Skala Resiliensi**

Skala resiliensi yang digunakan oleh peneliti menggunakan skala yang digunakan oleh Fitria, B (2015) dalam penelitian

sebelumnya. Skala resiliensi diadaptasi dari *The Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) yang telah dianalisis faktor oleh Notario-Pacheco, dkk (2011).

Jumlah aitem pada skala resiliensi ini sebanyak 10 aitem yang mana sembilan aitem *favourable* dan satu aitem *unfavourable*. Setiap aitem yang ada pada skala tersebut menggunakan model skala *likert*. Penyekoran pertanyaan dimulai dari 1 sampai 5 dengan menggunakan pilihan jawaban sebagai berikut : skor 1 untuk jawaban “Tidak Pernah”, skor 2 untuk jawaban “Jarang”, skor 3 untuk jawaban “Kadang-Kadang”, skor 4 untuk jawaban “Sering”, skor 5 untuk jawaban “Selalu”

b. Skala Kebersyukuran

Skala kebersyukuran pada penelitian ini disusun oleh yang telah dilakukan pada penelitian sebelumnya oleh Azuhra (2014). Skala kebersyukuran mengacu pada aspek dari al-Munajjid (2006) terdiri dari tiga hal yaitu mengenal nikmat, menerima nikmat, dan memuji Allah atas nikmat yang diberikan. Dari tiga aspek itu menciptakan 15 aitem yang dapat menunjukkan tingkat kebersyukuran individu, terdapat 9 aitem *favorable* dan 6 aitem *unfavorable*. Penyekoran pertanyaan dimulai dari 1 sampai 5 dengan menggunakan pilihan jawaban sebagai berikut : skor 1 untuk jawaban “Tidak Pernah”, skor 2 untuk jawaban “Jarang”, skor

3 untuk jawaban “Kadang-Kadang”, skor 4 untuk jawaban “Sering”, skor 5 untuk jawaban “Selalu”.

#### 4. Metode Analisis Data

Metode yang digunakan adalah metode analisis statistik *korelasi product moment Spearman's Rho*. Perhitungan analisis data dilakukan dengan menggunakan komputer pada program SPSS (*Statistic Program For Social Science*) versi 23.0 *for windows* sebagai alat bantu analisis secara statistik.

### C. Hasil Penelitian

#### 1. Deskripsi Subjek Penelitian

Gambaran lebih lanjut mengenai subjek penelitian berdasarkan data yang diperoleh adalah sebagai berikut.

Tabel 1  
Deskripsi Subjek Penelitian

Deskripsi	Kategori	Jumlah	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	34	49,3 %
	Perempuan	35	50,7 %
Jenis Dampak	Langsung	37	53,6 %
	Tidak Langsung	32	46,4 %
Usia	Dewasa Awal (18-40)	40	58,0 %
	Dewasa Madya (41-60)	29	42,0 %

#### 2. Deskripsi Data penelitian

Berdasarkan data yang telah ada, maka peneliti mendapatkan deskripsi nilai persentil dari masing-masing variabel. Dari nilai persentil yang didapat, peneliti menggunakannya untuk memperoleh

norma yang selanjutnya digunakan sebagai pedoman mengkategorisasikan tinggi rendahnya skor yang diperoleh subjek.

a. Skala Resiliensi

Tabel 2  
kategorisasi variabel resiliensi

Kategorisasi	Rentang Nilai	Frekuensi	Presentase
Sangat Rendah	$X < 27,0$	13	18,8
Rendah	$27,0 \leq X < 30,0$	14	20,3
Sedang	$30,0 \leq X < 33,0$	12	17,4
Tinggi	$33,0 \leq X \leq 38,0$	17	24,7
Sangat Tinggi	$X > 38,0$	13	18,8

Hasil kategorisasi diatas menunjukkan bahwa tingkat resiliensi pada subjek yang diteliti cenderung tinggi. Dari skor yang di peroleh pada sebagian subjek yang berada pada kategori sangat rendah sebanyak 13 orang (18,8%), pada kategori rendah sebanyak 14 orang (20,3%), selanjutnya pada kategori sedang sebanyak 12 orang (17,4%), pada kategori tinggi sebanyak 17 orang (24,7%), dan pada kategori sangat tinggi sebanyak 13 orang (18,8%).

b. Skala Kebersyukuran

Tabel 3  
Kategorisasi variabel kebersyukuran

Kategorisasi	Rentang Nilai	Frekuensi	Presentase
Sangat Rendah	$X < 54,0$	11	15,9
Rendah	$54,0 \leq X < 59,0$	16	23,2
Sedang	$59,0 \leq X < 61,0$	10	14,5
Tinggi	$61,0 \leq X \leq 67,0$	20	29,0
Sangat Tinggi	$X > 67,0$	12	17,4

Berdasarkan tabel diatas, tingkat kebersyukuran pada subjek yang telah di teliti cenderung dalam kategori tinggi. Pada kategori sangat rendah terdapat 11 subjek (15,9%), pada kategori rendah

terdapat 16 orang (23,2%), selanjutnya pada kategori sedang sebanyak 10 orang (14,5%), pada kategori tinggi terdapat 20 orang (29,0%), dan pada kategori sangat tinggi terdapat 12 orang (17,4%).

### 3. Uji Asumsi

Berdasarkan hasil uji normalitas yang dilakukan dengan *Test of Normality Komologorov-Smirnov* tersebut, dapat disimpulkan bahwa data dari skala resiliensi tersebar secara normal dengan nilai  $p=0,109$  ( $p>0,05$ ), sedangkan data skala kebersyukuran tidak terdistribusi secara normal karena  $p = 0,014$  ( $p<0,05$ ).

Dari hasil uji linearitas dapat diketahui bahwa antara variabel kebersyukuran dan resiliensi memiliki hubungan yang bersifat linier karena memiliki nilai  $F=9,164$  dan  $p=0,004$  ( $p < 0,05$ ) dan pada *Deviation from Linearity* diperoleh nilai  $F=0,848$  dengan  $p=0,643$  ( $p>0,05$ ) yang mana dapat dikatakan bahwa tidak ada penyimpangan dari garis lurus. Maka dapat dikatakan pada penelitian ini bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang linier.

### D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan resiliensi pada masyarakat di daerah rawan bencana alam. Berdasarkan analisis korelasi yang dilakukan sebelumnya, diketahui bahwa nilai  $r = 0,360$  dengan  $p = 0,002$  ( $p<0,5$ ), sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan positif antara kebersyukuran dengan resiliensi pada masyarakat di daerah rawan bencana alam. Koefisien determinasi ( $r^2$ )

yang di peroleh sebesar 0,1296, artinya sumbangan efektif kebersyukuran terhadap resiliensi sebesar 12,96%. Hal ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara kebersyukuran dengan resiliensi, dimana kebersyukuran merupakan salah satu faktor yang memberikan kontribusi terhadap tinggi rendahnya resiliensi sebesar 12,96% pada seseorang.

Hasil penelitian ini juga di dukung oleh penelitian yang dilakukan Maulina (2014) bahwa terdapat hubungan yang positif antara kebersyukuran dan resiliensi pada masyarakat di daerah rawan bencana erupsi gunung Merapi. Penelitian tersebut menjadi gambaran pentingnya rasa syukur untuk menumbuhkan sifat resiliensi yang harus dimiliki pada masyarakat yang berada di daerah rawan bencana. Penelitian yang mendukung lain adalah penelitian yang dilakukan oleh Fredrickson, B. L., Tugade, M. M., Waugh, C. E., & Larkin, G. R. (2003) tentang bencana di Amerika Serikat menunjukkan bahwa setelah serangan teroris 11 September, mereka menemukan bahwa ukuran emosi positif (termasuk rasa syukur) yang dimiliki seseorang dapat menyangga reaksi depresif yang muncul pada individu yang memiliki ketahanan baik. Hal tersebut menunjukkan adanya hubungan yang positif antara kebersyukuran dan resiliensi pada korban bencana dimana ketika individu memiliki tingkat kebersyukuran yang baik, maka individu tersebut memiliki tingkat resiliensi yang juga baik.

Menurut Luthar, Chichetti, dan Becker (2016) resiliensi didefinisikan sebagai proses dinamis untuk mempertahankan adaptasi yang positif dan strategi penanggulangan yang efektif dalam menghadapi kesulitan. Kemampuan individu untuk resiliensi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah faktor spiritualitas, dimana spiritualitas dan agama memiliki peranan khas yang penting bagi banyak individu, agama memberikan solusi dalam bentuk dukungan spiritual ketika bentuk dukungan sosial lainnya kurang (Rensick, dkk., 2011). Spiritualitas juga merupakan salah satu cara seseorang untuk merasakan anugrah dari Allah. Individu yang melibatkan Allah pada setiap kejadian yang terjadi dalam kehidupannya, akan menunjukkan rasa terima kasih atas apa yang telah diterima dalam wujud bersyukur kepada Tuhan. Dikatakan oleh Ong, A. D., Bergeman, C. S., Bisconti, T. L., dan Wallace, K. A (2006) bahwa emosi positif dapat bertindak sebagai pelindung bagi orang-orang yang menghadapi situasi stres. Oleh karena itu, bagi individu yang memiliki rasa syukur akan lebih baik dalam menghadapi keadaan yang menekan.

Bersyukur menjadi hal yang penting karena salah satu kunci agar manusia sejahtera yaitu dengan mensyukuri semua nikmat Allah dan atas semua yang diberikan, tidak juga menjadikan orang lain sebagai tolak ukur dalam kehidupannya. Menerima keadaan diri dalam segala kondisi di kehidupan bukanlah hal yang mudah, terlebih jika keadaan yang tidak diinginkan sedang menimpa. Hal tersebutlah yang membuat bersyukur

juga menjadi sesuatu yang tidak mudah karena dalam keadaan apapun individu harus menerima kondisinya semata-mata semua adalah ketentuan yang sudah Allah tetapkan untuknya. Termasuk keyakinan bahwa individu mampu bertahan hidup di daerah rawan bencana sudah menjadi ketentuan yang Allah takdirkan untuknya. Namun Allah berfirman dalam QS. Asy Syarh ayat 5

*“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”*

Ayat tersebut menjelaskan pada manusia bahwa jika ada kesulitan datang melanda maka sesungguhnya manusia tidak perlu khawatir akan masa depan kehidupan setelahnya. Bersyukur berarti juga selalu berpikir positif terhadap rencana Allah, sehingga dengan memiliki pemikiran positif maka sesungguhnya manusia sedang mengundang pertolongan Allah dalam berikhtiar. Dengan demikian orang yang bersyukur akan dapat beradaptasi, bertahan bahkan bangkit dari keterpurukan yang pernah dialami karena mengingat bahwa peristiwa tersebut adalah kehendak Allah.

Pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti, hasil dari kategorisasi menunjukkan sebagian besar subjek tingkat kebersyukuran masyarakat di daerah rawan bencana sebanyak 20 orang (29,0%) dari 69 subjek berada pada kategori tinggi, hal yang sama juga terdapat pada kategori resiliensi yaitu sebanyak 17 orang (24,7%) berada pada kategori tinggi. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki tingkat kebersyukuran cenderung tinggi, dimana kebersyukuran yang tinggi tersebut terkait dengan tingkat resiliensi yang tinggi pula.



Berdasarkan analisis deskriptif yang dilakukan peneliti, jumlah subjek antara laki-laki dan perempuan masing-masing memiliki jumlah yang hampir sama. Subjek laki-laki berjumlah 34 orang dan subjek perempuan berjumlah 35 orang. Hal ini digunakan peneliti untuk melakukan uji beda resiliensi dilihat dari jenis kelamin subjek. Setelah analisis dilakukan didapatkan hasil nilai  $p=0,937$  ( $p>0,05$ ), sehingga dapat dikatakan resiliensi yang dimiliki perempuan dan laki-laki pada masyarakat di daerah penelitian memiliki kesamaan atau tidak ada beda yang signifikan. Hasil tersebut tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rinaldi (2010) mendapatkan skor resiliensi laki-laki lebih tinggi dari pada wanita pada masyarakat di Padang dimana tempat tersebut sebelumnya mengalami bencana gempa bumi. Hal didukung oleh Hirani, Lasiuk, & Hegadoren (2016) bahwa resiliensi yang dimiliki antara laki-laki dan perempuan terdapat perbedaan dimana wanita memiliki tingkat ketahanan yang lebih rendah, pilihan strategi mengatasi masalah yang lebih buruk dan kemungkinan lebih rendah untuk bisa sukses dalam melakukan adaptasi. Perbedaan ini dapat dipengaruhi oleh pandangan yang berbeda dimana pria sering menggunakan pendekatan penyelesaian masalah dengan sikap yang optimis dibandingkan wanita, sedangkan wanita kebanyakan merasa bahwa dirinya memiliki rasa tidak berdaya dibandingkan laki-laki.

Selain jenis kelamin peneliti juga melakukan analisis uji beda resiliensi dilihat dari paparan dampak yang terkena langsung ataupun tidak

langsung dari bencana yang terjadi. Analisis yang telah dilakukan menemukan bahwa resiliensi yang dimiliki oleh subjek yang terkena dampak langsung dan tidak langsung terdapat adanya perbedaan, diketahui dari nilai signifikansi yang diperoleh yaitu  $p=0,012$  ( $p<0,05$ ). Artinya ada perbedaan tingkat resiliensi yang dimiliki oleh subjek yang terkena dampak langsung dan yang tidak langsung. Perbedaan tersebut bisa diakibatkan karena adanya perbedaan tingkat kesulitan yang dialami oleh masyarakat dan pengalaman yang di dapatkan sepanjang kehidupannya. Dilaporkan oleh Greene, Paranjothy, dan Stephen (2015) pada penelitiannya yang dilakukan di Inggris (South Yorkshire dan Worcestershire) yang terkena bencana banjir pada tahun 2007 menunjukkan tingkat tekanan psikologis dalam kelompok yang tergenang banjir sebesar 68,9%, dibandingkan dengan kelompok yang tidak terpengaruh banjir hanya sebesar 19%. Dari data tersebut dapat dikatakan bahwa pengalaman yang menyebabkan tekanan psikologis. Oleh karena itu, tingkat tekanan psikologis karena bencana memungkinkan memberi pengaruh terhadap perbedaan resiliensi kelompok yang terkena dampak langsung ataupun tidak langsung di daerah rawan bencana.

Selanjutnya resiliensi ditinjau dari usia. Setelah analisis dilakukan didapatkan hasil bahwa usia yang dibagi menjadi dua kategori berdasarkan teori Hurlock (2001) hasilnya adalah tidak terdapat perbedaan antara kelompok usia 18-40 dan kelompok usia 41-60 dengan nilai  $p=0,073$  ( $p>0,05$ ). Penemuan ini tidak sejalan dengan pendapat Hayman, Kerse,

dan Consedine (2017) menurut mereka dilihat dari pendekatan perkembangan manusia terhadap resiliensi menunjukkan bahwa ketika orang-orang dari berbagai usia menghadapi situasi yang sama, mereka akan mengalami tingkatan stres yang berbeda. Perbedaan tersebut dapat dikarenakan adanya pengalaman yang berbeda antara orang tua dan yang lebih muda mengingat bahwa resilien memiliki sifat yang tidak statis. Perbedaan juga bisa disebabkan karena sumber daya antara orang tua dan yang lebih muda, dengan usia muda maka akan dapat memanfaatkan sumber daya yang membuat dirinya lebih resilien terhadap tekanan.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa penelitian ini membuktikan adanya hubungan yang antara kebersyukuran dan resiliensi pada masyarakat di daerah rawan bencana. Rasa syukur yang dimiliki mampu membantu masyarakat meningkatkan resiliensi dalam menghadapi bencana. Masyarakat diharapkan selain memiliki kemampuan fisik yang baik juga harus memiliki kemampuan psikis dimana akan membantu dirinya untuk bangkit dari keterpurukan.

#### **E. KESIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan ada hubungan positif antara kebersyukuran dan resiliensi pada masyarakat di daerah rawan bencana alam. Artinya semakin tinggi tingkat kebersyukuran maka semakin tinggi tingkat resiliensi, sebaliknya semakin rendah tingkat kebersyukuran maka semakin rendah pula

resiliensi. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti diterima.

## **F. SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

### **1. Bagi Subjek Penelitian**

Pada penelitian ini subjek yang diambil adalah masyarakat yang berada di daerah rawan bencana, sehingga harapan untuk kedepannya adalah mengembangkan potensi selain yang dimiliki sebelumnya, sehingga ketika terjadi bencana maka potensi yang lain tersebut dapat dijadikan mata pencaharian yang baru jika dalam keadaan terdesak. Upaya ini juga digunakan untuk mendorong kemampuan resiliensi masyarakatnya. Selain itu, masyarakat juga diharapkan lebih terbuka dengan pengetahuan dari luar atau dari ahli terkait mitigasi bencana dan meningkatkan kualitas pendidikan untuk keterunan-keturunan selanjutnya sehingga informasi dapat diterima dengan baik di daerah tersebut.

### **2. Bagi peneliti selanjutnya**

Peneliti selanjutnya yang berminat untuk melakukan penelitian yang sejenis diharapkan dapat menghasilkan berbagai macam variasi penelitian sehingga lebih dalam membahas mengenai kebersyukuran dan resiliensi, dalam hal ini peneliti dapat melakukannya dengan cara membantu subjek untuk memaknai rasa bersyukur agar lebih resilien pada

saat terjadi bencana. Cara membantu meningkatkan kemampuan tersebut dapat berupa memberi perlakuan, konseling dan beberapa cara lainnya. Data deskriptif tentang lamanya bangkit dari kondisi bencana juga perlu diketahui oleh peneliti, sehingga penelitian selanjutnya bisa menjelaskan lebih spesifik tentang kondisi masyarakatnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Apriyono, Arwan. (2009). Analisis penyebab tanah longsor di kalitlaga Banjarnegara. *Dinamika Rekayasa*, 5 (1), 14-18.
- BNPB. (2014). Info bencana.
- Dewi, F, I, R., Djoenaina, V., & Melisa. (2014). Hubungan antara resiliensi dengan depresi pada perempuan pasca pengangkatan payudara (mastektomi). *Jurnal Psikologi*, 2 (2), 101-120.
- Data Informasi Bencana Indonesia. (2018). [www.dibi.bnpb.go.id](http://www.dibi.bnpb.go.id).  
<http://bnpb.cloud/dibi/laporan3>
- Fitria, B. (2015). Hubungan antara *prophetic parenting* dan resiliensi pada remaja. *Skripsi*. Fakultas psikologi dan ilmu sosial budaya. Universitas Islam Indonesia.
- Fredrickson, B. L., Tugade, M. M., Waugh, C. E., & Larkin, G. R. (2003). What good are positive emotions in crises? A prospective study of resilience and emotions following the terrorist attackson the United States on September 11th, 2001. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 365–376.
- Greene, G., Paranjothy, S., & Palmer, S, R. Resilience and vulnerability to the psychological harm from flooding: the role of social cohesion. *American Journal of Public Health*, 105 (9), 1792-1795.
- Hayman, K, J., Kerse, N., & Consedine, N, S. (2017) Resilience in context: the special case of advanced age, *Aging & Mental Health*, 21:6, 577-585, doi: 10.1080/13607863.2016.1196336
- Hirani, S., Lasiuk, G., & Hegadoren, K. (2016). The intersection of gender and resilience. *Jornal of Psychiatric and Mental Healt Nursing*, 23, 455-467, doi: <https://doi.org/10.1111/jpm.12313>
- Hurlock, Elizabeth. (2001). *Psikologi Perkembangan Edisi Kelima*. Jakarta : Erlangga
- Isaacson, B. (2002). *Characteristics and enhancement of resiliency in young people*. University of wisconsin-stout.
- Luthar, S, S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2002). The construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for future work. *Wiley, society for research in child development*, 71(3), 543-562.
- Notario-Pacheco, B., Solera-Martinez, M., Serrano-Parra, M., Bartolomé-Gutiérrez, R., García-Campayo, J., & Martínez-Vizcaíno, V. (2011). Reliability and validity of the Spanish version of the 10-item Connor-Davidson Resilience

- Scale (10-item CD-RISC) in young adults. *Health and Quality of Life Outcomes*, 9, 1-6. doi: 10.1186/1477-7525-9-63
- Ong, A. D., Bergeman, C. S., Bisconti, T. L., & Wallace, K. A. (2006). Psychological resilience, positive emotions, and successful adaptation to stress in later life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(4), 730–749.
- Satria, B., & Sari, M. (2017). Tingkat resiliensi masyarakat di area rawan bencana. *Idea Nursing Journal*, 8 (2), 30-34.
- Resnick, B., Gwyther, L. P., & Roberto, K. A. (2011). *Resilience in aging: concepts, research, and outcomes*. New York : Springer.
- Rinaldi. (2010). Resiliensi pada masyarakat kota padangditinjau dari jenis kelamin. *Jurnal Psikologi*, 3(2), 99-105.
- Rusmiyati, C., & Hikmawati, E. (2012). Penanganan dampak sosial psikologis korban bencana merapi. *Informasi*, 17(2), 97-110.
- Taufiq, R., Susanty, E., Titi, D., & Nurlina, E. (2014). Gambaran resiliensi anak pasca bencana banjir di desa Dayeuhkolot, kabupaten Bandung, Jawa Barat. *Wacana Psikologi*, 6(11), 73-87.