

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

**SKRIPSI**



Oleh :

**RAHMA TRI ESTRIA**

14320175

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

**2018**

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

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia

untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh

Derajat Sarjana S1 Psikologi



Oleh :

**RAHMA TRI ESTRIA**

14320175

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA**

**UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**

**YOGYAKARTA**

**2018**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul:

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

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi dan Ilmu  
Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia untuk Memenuhi Sebagian Dari  
Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana S-1 Psikologi



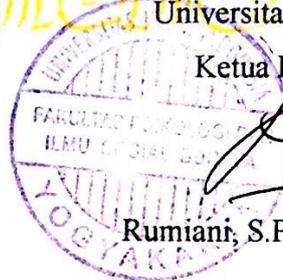
Mengesahkan,

Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya

Universitas Islam Indonesia

Ketua Program Studi

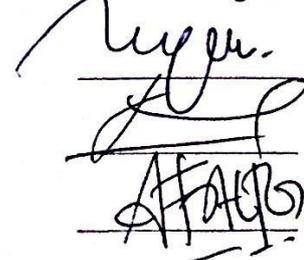


Rumiani, S.Psi., M.si., Psikolog.

Dewan Penguji

1. Qurotul Uyun, S.Psi., M.si., Dr. Phill., Psikolog.
2. Rumiani, S.Psi., M.si., Psikolog.
3. Fitri Ayu Kusumaningrum, S.Psi., MA.

Tanda Tangan



## PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Rahma Tri Estria

No. Mahasiswa : 14320175

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan antara kebersyukuran dan resiliensi pada masyarakat di daerah rawan bencana

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa:

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan tindakan pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Islam Indonesia. Karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.
3. Apabila dikemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Islam Indonesia.

Yang menyatakan,



Rahma Tri Estria

## HALAMAN PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillahirabbil'alamin

Allahu akbar. Syukur kepada Engkau pemilik alam semesta. Yang maha pengasih dan bijaksana. Yang telah mengatur semua sedemikian rupa hingga semua ada hikmahnya.

Terimakasih atas kesempatan yang Engkau berikan dan atas segala nikmat yang hamba terima. Engkau yang maha kuasa atas apa yang Engkau kehendaki yang berada dilangit dan di bumi. Ya Rabb, jika bukan karna kuasa dan ridho-Mu, karya sederhana ini takan selesai sampai saat ini.

Terima kasih untuk segala cinta, perhatian, doa dan dukungan dari orang-orang terdekat di hati:

Bapak terhormat dan Ibu tersayang

untuk segala doa, dukungan, perhatian, cinta dan pengorbanannya yang sampai saat ini masih terus berjalan, dan semoga bisa menjadi ladang pahala untuk mereka berdua.

Mba Reni dan Mba Dian

Untuk segala tenaga dan selalu siap kapunpun melindungi sampai sekarang udah sebesar ini. Terimakasih karna selalu ada dan selalu bisa diajak kompromi. Sampai bikin nggak bisa jauh-jauh dari kalian.

## HALAMAN MOTO

*Sesungguhnya Allah berkata : Aku sesuai prasangka hambaku padaku. Jika prasangka itu baik, maka kebaikan baginya. Dan apabila prasangka itu buruk, maka keburukan baginya.*

**(HR. Muslim)**

*You can choose to be happy, instead. Because you know your affairs are in Allah's Hands and He love you.*

**-Zahra Anwer-**

*Whatever situation you are in, if you spare a moment to smile, it lifts your spirit, and spread chemicals through your body, that make you feel good.*

**-anonim-**

## **PRAKATA**

### ***Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarokatuh***

Alhamdulillah Rabbil'alamin. Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia Allah ta'ala, yang telah memberikan kekuatan, kesabaran, kemudahan dan hikmah-hikmah petunjuk dan pertolongan-Nya, serta yang telah memberikan kemampuan dan jalan kemudahan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Keberhasilan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini semata-mata adalah Rahmat Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang.

Skripsi ini dapat diselesaikan berkat bantuan banyak pihak. Dalam kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. H. Fuad Nashori, S. Psi., M. Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
2. Ibu Rumiani, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya.
3. Ibu Dr. Phil. Qurotul Uyun, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi. Alhamdulillah bisa mendapat pembimbing oleh beliau selama mengerjakan skripsi ini. Terimakasih Bu Uyun telah memberikan waktu ditengah kesibukannya, untuk perhatian dan tenaga yang selalu beliau curahkan saat bimbingan, serta nasihat dan motivasi selama di dalam kelas ataupun selama mengerjakan skripsi. Semoga segala

urusan di kehidupan Ibu dan keluarga selalu dipermudah oleh Allah SWT, seperti halnya ibu mempermudah kami menyelesaikan skripsi ini.

4. Ibu Resnia Novitasari, S.Psi., MA selaku Dosen Pembimbing Akademik yang berkenan meluangkan waktu untuk menandatangani berkas-berkas penulis dan selalu bertanya mengenai kabar mahasiswanya dan perkembangan skripsinya.
5. Bapak/Ibu Dosen FPSB yang telah berkenan memberikan ilmu kepada penulis, baik ilmu untuk kebutuhan duniawi ataupun ilmu tentang akhirat. Mereka yang selalu menjunjung tinggi nilai-nilai islam di setiap pembelajaran.
6. Kedua orangtua yang sangat kusayangi Pak Trilas dan Bu Ena, orang nomer satu yang mendoakan anaknya tanpa henti, memberikan kasih sayang, perhatian, perlindungan dan perjuangan terbaik saat anaknya sedang membutuhkan mereka. Terima kasih sudah ikhlas merawat dan tidak pernah melarangku memilih jalanku sendiri. Terimakasih telah mempersiapkan senyum terbaik, pelukan terhangat, dan ciuman tersayang setiap aku pulang ke rumah. Semoga semua yang bapak ibu lakukan bisa menjadi pembarat timbangan amal baik Bapak dan Ibu di akhirat kelak. Terima kasih Pak Bu sudah mencintaiku tanpa syarat.
7. Kedua Mba-ku, Mba Reni dan Mba Dian untuk segalanya yang telah mereka lakukan kepadaku dan pengorbanannya dan sudah membantu menjawab berbagai kebingungan yang aku alami selama ini. Terimakasih selalu ada didekatku, intinya aku nggak bisa jauh-jauh dari kalian.

Terimakasih juga untuk kaka iparku, Mas Rio yang telah melindungi, terimakasih untuk segala perhatian dan doanya.

8. Untuk keluarga besarku (terutama Mbah), terimakasih sudah mendoakan dan memberikan masukan kepadaku, terimakasih sudah menjadi penghibur kalau lagi kumpul bareng dan meninggalkan dunia maya masing-masing cuma buat ngobrol-ngobrolin kehidupan nyata.
9. Untuk Amaliyah Amany Djalaludin dan Winny Rose Indah Gayatri Putri, nggak tau harus sebut kalian apa di hidupku, dan nggak kebayang juga aku kalau sampai nggak ketemu dan kenal kalian. Dua orang yang menjadi support system dan serotoniniku. Terimakasih Amel untuk empat tahun nemenin aku, sampai aku skripsi yang bikin kamu gemes dan semoga sampai kita tua nanti. Terimakasih Winnay, dari pertama ospek sampai sekampus dua semester, terimakasih udah memilih aku buat dengerin semua cerita kamu, dan untuk selalu siaga kalau aku udah chat “Win”. Terimakasih sudah membuat aku merasa berharga dan bermakna untuk kalian. Kalian berdua bukti aku bisa nyelesin skripsi yang dibumbui drama-drama kehidupan! Haha ☺
10. Terima kasih teman 17 tahunku! Akses sama Lutfi, kalian yang tau jeleknya aku kalau dirumah dari jaman TK sampai kuliah. Sering-sering aja sarapan bareng sampai kita ngembang bareng kaya sekarang. Terimakasih udah mau temenan yang nggak ngenal jaman. Terimakasih sudah banyak menyimpan rahasiaku. Semoga Allah selalu jaga kalian.

11. Teman-teman dua puluh empat jamku yang sangat aku sayangi Aci, Eka, Vio, Naya, Isti, Uci, Ayu, dan Nisa kalian semua sangat berarti di kehidupan perantauan ini. Dari berbagi cerita sampai pagi, berbagi makanan, berbagi kamar, dan semua prosesnya yang bikin aku nggak bisa lupa sama kalian. Terimakasih juga sudah mau berbagi susah senang bareng-bareng dan tetap menyayangiku dengan semua keburukanku. I love you through my prayers.
12. Bu Uyun's team, terimakasih untuk Wiwiek dan Kiki yang paling sering nanya "udah sampe mana?" dan untuk kemageran yang saling menular diantara kita bertiga tapi sekaligus aku jadi tau ternyata mereka deadliner terbaik ku. Untuk Ririn, Rosita, dan Echa terimakasih yang selalu sempat menjawab pertanyaan-pertanyaan dariku. Semoga ilmu yang kita semua dapat bisa bermanfaat kelak.
13. Teman kuliah yang banyak memberikan inspirasi dan banyak pembelajaran kehidupan dari kalian. Terimakasih untuk Mora dan Lia yang selalu ada cerita tiap sama kalian. Dyas, Mahda dan Dewi yang udah percayain aku untuk jadi pendengar cerita kalian, Allah's plans are better than our wishes, guys!. Iqma juga yang selalu ingin memberikan yang terbaik dan bermanfaat untuk teman-temannya termasuk aku, terimakasih. Kaka teman seperguruan yang nggak bisa jauh dari makanan. Mutiara yang sering bikin kesel karna jalan dia lambat tapi sayang. Terimakasih sudah menjadikan aku bagian dari hidup kalian!

14. Terimakasih untuk masyarakat di Huntap dan Dusun Jemblung yang telah bersedia membantu penelitian ini. Terimakasih untuk Bu RT di Huntap sudah mempermudah pengambilan data dan untuk Yu Ru yang telah menemani menemui warga dari rumah ke rumah.
15. Terima kasih buat Mba Diah dan team yang selalu aku repotin kalau mau ngeprint, rela dibayar terakhir demi ngejar dosen ke kampus. Semoga rejekinya Mba Diah dan semuanya semakin lancar dan sehat terus.
16. Untuk semua pihak yang telah membantu penelitian ini baik dalam bentuk doa ataupun fisik. Semoga Allah memberi ganjaran atas kebaikan kalian semua, Amiin.

***Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh***

Yogyakarta, Mei 2018

Rahma Tri Estria

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	iv
HALAMAN MOTTO .....	v
PRAKATA .....	vi
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
INTISARI .....	xvi
BAB I PENGANTAR .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Tujuan Penelitian .....	10
C. Manfaat Penelitian .....	10
D. Keaslian Penelitian .....	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	14
A. Resiliensi.....	14
1. Definisi Resiliensi .....	14
2. Aspek-aspek Resiliensi.....	15
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiliensi .....	19
B. Kebersyukuran.....	20

1. Definisi Kebersyukuran.....	21
2. Aspek-aspek Kebersyukuran .....	22
C. Hubungan antara Kebersyukuran dan Resiliensi.....	26
D. Hipotesis Penelitian .....	31
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>32</b>
A. Identifikasi Variabel Penelitian .....	32
B. Definisi Operasional .....	32
1. Resiliensi.....	32
2. Kebersyukuran .....	32
C. Subjek Penelitian.....	33
D. Metode Pengumpulan Data.....	33
1. Skala Resiliensi.....	33
1. Skala Kebersyukuran.....	35
E. Validitas dan Reliabilitas.....	36
F. Metode Analisis Data.....	37
<b>BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>38</b>
A. Orientasi Kacah dan Persiapan Penelitian .....	38
1. Orientasi Kacah.....	38
2. Persiapan Penelitian .....	40
a. Persiapan Administrasi .....	40
b. Persiapan Alat Ukur.....	41
c. Hasil Uji Coba Alat Ukur .....	42
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian .....	44

C. Analisis dan Hasil Penelitian .....	46
1. Deskripsi Responden Penelitian .....	46
2. Deskripsi Data Penelitian .....	47
3. Hasil Uji Asumsi .....	49
4. Hasil Uji Hipotesis .....	51
5. Analisis Tambahan .....	52
D. Pembahasan .....	55
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>63</b>
A. Kesimpulan .....	63
B. Saran .....	63
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>65</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>70</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Distribusi Skala Resiliensi .....	36
Tabel 2. Distribusi Skala Kebersyukuran.....	37
Tabel 3. Distribusi Aitem Skala Resiliensi Setelah Uji Coba.....	43
Tabel 4. Deskripsi Aitem Skala Kebersyukuran Setelah Uji Coba.....	44
Tabel 5. Deskripsi Subjek Penelitian Menurut Jenis Kelamin.....	46
Tabel 6. Deskripsi Subjek Penelitian Menurut Jenis Dampak yang Dialami .....	46
Tabel 7. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia.....	47
Tabel 8. Pembagian <i>Percentile</i> .....	47
Tabel 9. Rumus Penormaan .....	48
Tabel 10. Kategorisasi Variabel Resiliensi .....	48
Tabel 11. Kategorisasi Variabel Kebersyukuran .....	49
Tabel 12. Hasil Uji Normalitas .....	50
Tabel 13. Hasil Uji Linearitas .....	51
Tabel 14. Hasil Uji Hipotesis .....	52
Tabel 15. Tabel Uji Beda Resiliensi ditinjau dari Jenis Kelamin .....	53
Tabel 16. Tabel Uji Beda Resiliensi ditinjau dari Paparan Dampak.....	54
Tabel 17. Tabel Uji Beda Resiliensi ditinjau dari Usia.....	54

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Sebelum Uji Coba .....	71
Lampiran 2. Tabulasi Data Resiliensi Sebelum Gugur .....	81
Lampiran 3. Tabulasi Data Resiliensi Setelah Gugur .....	86
Lampiran 4. Tabulasi Data Kebersyukuran Sebelum Gugur .....	91
Lampiran 5. Tabulasi Data Kebersyukuran Setelah Gugur.....	94
Lampiran 6. Hasil Reliabilitas dan Validitas Skala Resiliensi Sebelum Gugur.....	97
Lampiran 7. Hasil Reliabilitas dan Validitas Skala Resiliensi Setelah Gugur .....	99
Lampiran 8. Hasil Reliabilitas dan Validitas Skala Kebersyukuran Sebelum Gugur.....	101
Lampiran 9. Hasil Reliabilitas dan Validitas Skala Kebersyukuran Setelah Gugur .....	103
Lampiran 10. Hasil Uji Deskriptif Responden Penelitian.....	105
Lampiran 11. Hasil Uji Deskriptif Data Penelitian .....	107
Lampiran 12. Skala Setelah Uji Coba .....	111
Lampiran 13. Total Skor Skala Kebersyukuran dan Resiliensi .....	121
Lampiran 14. Uji Asumsi .....	124
Lampiran 15. Uji Hipotesis .....	126
Lampiran 16. Analisis Tambahan .....	128
Lampiran 17. Surat Permohonan Izin Penelitian	
Lampiran 18. Surat Keterangan Telah Selesai Penelitian	

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

Rahma Tri Estria  
Qurotul 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 menjadi unidimensional oleh Notario-Pacheco, Solera-Martinez, Serrano-Parra, Bartolomé-Gutiérrez, García-Campayo, dan Martínez-Vizcaíno (2011) lalu diadaptasi oleh Fitria (2015) 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.

## **BAB 1**

### **PENGANTAR**

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

Indonesia merupakan wilayah yang rawan terhadap bencana terkait dengan kondisi alamnya. 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). Peristiwa bencana alam ini tentunya menyisakan penderitaan bagi orang-orang yang mengalaminya dan timbulnya kerusakan infrastruktur di lokasi kejadian tersebut. Hal tersebut membuat bencana alam yang terjadi kerap dianggap 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”*

Dari ayat tersebut dapat dijadikan pedoman bahwa bencana bisa menimpa siapa saja jika Allah berkehendak, namun setelah mengalami semua kesulitan itu Allah akan berikan ganjaran bagi hambanya atas kesabaran menjalani cobaan seperti halnya para penyintas.

Korban bencana alam yang selamat bisa disebut juga dengan istilah penyintas. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2018) disebutkan bahwa penyintas berasal dari kata “sintas” yang mempunyai makna “orang yang mampu bertahan hidup”. Dari arti kata sintas maka dapat dikatakan bahwa penyintas adalah seseorang yang selamat dari suatu peristiwa yang mungkin dapat membuat nyawa melayang atau sangat berbahaya. Rusmiyati dan Hikmawati (2012) menyatakan bahwa korban bencana alam akan menghadapi situasi yang sangat kompleks baik secara fisik, psikis, maupun sosial yang terjadi di dalam dirinya. Keadaan psikologis para penyintas seperti merasa ketakutan, khawatir, cemas, gelisah, bingung, panik, dan perasaan sedih akan kehilangan yang dialami bercampur dengan rasa lelah dan harus berada di lokasi pengungsian menjadi penyebab para masyarakat mengalami kondisi tertekan dan depresi karena bencana. Banyak masyarakat yang menderita kerugian materi karena kehilangan tempat tinggal dan mata pencaharian serta menderita trauma pasca bencana karena peristiwa ini terjadi secara tiba-tiba, tidak diinginkan serta memerlukan waktu untuk menerima dan pulih kembali. Penyintas yang belum dapat menerima kejadian tersebut akan merasa terpuruk serta merasakan kesedihan yang mendalam akibat kehilangan keluarga dan harta benda. 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. Fletcher dan Sarkar (2013) juga mengatakan resiliensi dapat muncul ketika individu menghadapi kesulitan dan tantangan selama perjalanan hidup mereka, mulai dari masalah sehari-hari atau peristiwa besar dalam hidupnya. 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 perasaan kecewa yang muncul dalam kehidupan. Masyarakat yang berada di daerah rawan bencana harus berusaha bertahan dalam keadaan tertekan dan berhadapan dengan kesulitan atau trauma yang dialami setelah bencana dengan kemampuan tersebut. 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. Seperti yang dikatakan oleh Ghafur, Noorkamilah, dan Gazali (2012) tingkat resiliensi yang dimiliki akan memberikan kesiapsiagaan bagi seseorang atau komunitas dalam menghadapi bencana yang akan terjadi. Pernyataan tersebut di dukung oleh Jimba, Hubbard, Sase, Suzuki, dan Otsuka (2011) bahwa individu tidak mampu mencegah semua ancaman yang dihasilkan dari keadaan darurat atau bencana, akan tetapi individu bisa membangun resiliensi dalam diri untuk mengatasi kesulitan yang dialami jika suatu saat keadaan darurat atau bencana terjadi.

Pada beberapa orang yang memiliki sikap dan kepribadian yang luar biasa memungkinkan munculnya reaksi positif saat terjadi bencana. Reaksi positif tersebut dapat berwujud sikap resilien yang tinggi pada diri seseorang. Haddadi dan Besharat (2010) menemukan resiliensi memiliki korelasi positif dengan kesehatan psikologis dan korelasi negatif dengan tingkat kerentanan termasuk tekanan psikologis, depresi, dan kecemasan. Maka dari itu masyarakat daerah rawan bencana sudah seharusnya memiliki kapasitas daya bangkit kembali yang baik untuk membantu dari keterpurukan jika suatu saat bencana menimpa. Hal perlu disadari mengingat bahwa resiko terkena

bencana yang lebih besar dari pada masyarakat daerah lain namun, kenyataannya individu terkadang belum menyadari pentingnya sikap resiliensi yang harus dimiliki pada masyarakat daerah rawan bencana.

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. Hasil penelitian lain yang dilakukan Setyowati, Hartati dan Sawitri (2010) menyatakan bahwa mengembangkan resiliensi merupakan perjalanan pribadi setiap individu, oleh karena itu setiap individu berbeda dalam mempersepsi peristiwa traumatik dan peristiwa hidupnya, sehingga seorang individu yang memiliki resiliensi tidak berarti terlepas dari kesedihan, kesusahan dan distress, akan tetapi dalam kondisi tersebut individu mampu untuk menyikapinya dengan positif dan tetap mengembangkan dirinya kearah yang lebih baik. Tingkat resiliensi 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 menyesuaikan diri setelah peristiwa bencana. Penyesuaian diri sebagai kemampuan membangun daya tahan dan mempertahankan batas antara tingkat emosi positif dan negatif yang menggambarkan kekuatan yang mendasari individu dalam kelenturan

menyesuaikan diri, keberhasilan menyesuaikan diri digambarkan kapasitas untuk pulih dengan cepat dari stresor lingkungan (Setiawan & Pratitis, 2015).

Salah satu gambaran kondisi penyintas diceritakan oleh RA yang merupakan salah satu penyintas longsor di Banjarnegara, saat dilakukan wawancara pada wanita berusia sekitar 35 tahun bernama RA menjelaskan bahwa keadaan yang dijalaninya saat ini berbeda dengan kehidupan sebelum terkena bencana, RA harus kehilangan suami dan anak-anaknya yang meninggal akibat longsor tersebut. RA menceritakan keadaan dimana saat longsor terjadi RA mendengar suara anaknya memanggilnya namun RA tidak dapat melakukan apa-apa untuk menolong anaknya, kejadian tersebut yang masih diingat RA sangat jelas. Selama beberapa minggu setelah bencana RA mengaku masih belum bisa bangkit dari peristiwa tersebut, RA masih selalu teringat anak dan suaminya sehingga membuat RA tidak bisa beristirahat dengan nyenyak. Setelah beberapa bulan kemudian RA juga belum memiliki kekuatan untuk membangun kehidupannya lagi, sehari-harinya lebih banyak dihabiskan untuk tidur. Sampai saat ini RA juga merasa ketakutan ketika hujan melanda sepanjang malam di daerahnya. Setelah itu menurut RA yang saat itu tinggal dengan orangtuanya, orantuanya lah yang dengan sabar memahami kondisi dirinya, enam bulan setelahnya RA hanya mengikuti pekerjaan orangtuanya yaitu membantu di ladang, RA merasa cepat lelah tidak seperti kondisi kesehatan sebelumnya. Gambaran resiliensi yang dimiliki RA jika dilihat pada kondisi RA dapat dijelaskan dengan salah satu aspek resiliensi Cannor, K. M & Davidson, J. R. T (2003) dimana seseorang yang

resiliensinya tinggi memiliki kemampuan mengontrol diri yang baik, hal tersebut menggambarkan kemampuan mengendalikan diri serta kegigihan untuk mencapai tujuan sehingga ketika menghadapi situasi sulit tidak mudah putus asa dan cepat bangkit kembali. Dari penjelasan tersebut RA kurang menggambarkan salah satu aspek resiliensi sehingga dapat dikatakan kemampuan resiliensi yang RA miliki belum cukup baik. Berdasarkan kenyataan tersebut, kemampuan untuk melanjutkan hidup setelah ditimpa kemalangan atau setelah mengalami tekanan yang berat dan situasi-situasi yang semakin sulit tersebut bukanlah sebuah keberuntungan, tetapi menggambarkan adanya kemampuan dari diri individu yang dikenal dengan istilah resiliensi (Tugade dan Fredrickson, 2004).

Adanya sikap resiliensi yang baik diharapkan individu dapat bertahan ditengah kondisi tempat tinggal dengan potensi tinggi terjadi bencana sekaligus jika terjadi bencana dapat memperbaiki keadaan kehidupannya seperti semula sebelum bencana datang melanda. 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 di sekelilingnya 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. Seseorang 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. Hal tersebut terbukti pada penelitian yang dilakukan oleh Fara (2012) yang meneliti tentang resiliensi pada penyintas tsunami Aceh. Pada penelitian tersebut didapatkan hasil bahwa yang mempengaruhi masyarakat terhadap kemampuan resiliensi yang dimilikinya adalah agama dimana masyarakat sangat menerapkan nilai-nilai islami dalam kehidupannya.

Individu yang melibatkan Tuhan pada setiap kejadian yang terjadi dalam kehidupannya, akan menunjukkan rasa terima kasih atas apa yang telah diterima dalam wujud bersyukur kepada Tuhan. Hal ini di dukung oleh pernyataan Dewanto dan Retnowati (2015) bersyukur melibatkan perasaan takjub, terima kasih, penghargaan dan kebahagiaan atas anugerah dan kehidupan yang dijalani. Pemahaman mengenai syukur, khususnya pada masyarakat Indonesia yang beragama Islam tentunya diperoleh melalui ajaran-ajaran dalam Islam, yang juga dipengaruhi oleh budaya yang ada dalam Indonesia (Shohibah, 2014). Hal itu dikarenakan ketika seseorang bersyukur kepada Allah SWT, maka keimanan mereka juga akan semakin meningkat

sehingga individu tidak mudah cemas dan menghargai akan kehidupan yang Allah SWT berikan. Penelitian yang pernah dilakukan oleh Maulina (2014) juga ditemukan hasil bahwa adanya hubungan antara kebersyukuran dan resiliensi, artinya bersyukur mempengaruhi tingkat resiliensi seseorang dalam menghadapi bencana yang terjadi, penelitian ini dilakukan pada penyintas erupsi gunung merapi. Pernyataan Romdhon (dalam Shohibah, 2014) juga mendukung bahwa orang yang bersyukur akan mudah mencapai kebahagiaan dan kehidupan yang penuh ketentraman serta lebih mudah dalam menghadapi berbagai permasalahan hidup atau keadaan yang menekan.

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. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dan resiliensi pada masyarakat di daerah rawan bencana.

## **C. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat teoritis**

- a. Memperkaya pengetahuan dan memberikan informasi mengenai kebersyukuran dan resiliensi pada masyarakat daerah rawan bencana alam.

b. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber literatur maupun sebagai acuan bagi penelitian selanjutnya mengenai kebersyukuran dan resiliensi pada masyarakat rawan bencana alam khususnya tanah longsor di Kabupaten Banjarnegara, Jawa Tengah.

## 2. Manfaat praktis

a. Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kebersyukuran pada masyarakat yang berada di daerah rawan bencana dan sikap resiliensi yang ada pada masyarakat tersebut

b. Penelitian ini juga diharapkan mampu membantu pemerintah daerah untuk dapat melihat kondisi psikologis pada masyarakat yang tinggal di daerah rawan bencana dan melakukan tindakan preventif yang dapat ditinjau lanjuti dengan baik.

### **D. Keaslian Penelitian**

Penelitian-penelitian tentang resiliensi pada masyarakat di daerah rawan bencana memang sudah ada dan dilakukan oleh penelitian sebelumnya, begitupun dengan kebersyukuran. Namun mengenai teori dan tempat penelitian berbeda dari penelitian sebelumnya. Penelitian yang pernah dilakukan diantaranya penelitian oleh Maulina (2014) dengan judul “hubungan antara kebersyukuran dengan resiliensi pada masyarakat yang berada di daerah rawan bencana”. Pada penelitian ini kebersyukuran menjadi variabel bebas dan resiliensi menjadi variabel tergantung. Penelitian lain juga dilakukan oleh Azuhra (2014) dengan judul “Hubungan Antara Kebersyukuran Dengan Kebahagiaan Pada Penyintas Erupsi Merapi Di

Yogyakarta” dimana kebersyukuran sebagai variabel bebas dan kebahagiaan sebagai variabel tergantung. Selain itu, Fara (2012) juga melakukan penelitian dengan judul “Resiliensi pada Dewasa Awal Berlatar Belakang Budaya Aceh Yang Mengalami Bencana Tsunami 2004” yang menggunakan metode penelitian deskriptif. Adapun penjelasan rinci mengenai keaslian penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### 1. Keaslian Topik

Jika dilihat dari keaslian topik, topik yang diambil peneliti memiliki kesamaan dengan topik penelitian Maulina (2014), namun yang menjadi beda adalah dari segi tempat pengambilan data dan jenis bencana alamnya. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Azuhra (2014) yaitu “hubungan antara kebersyukuran dengan kebahagiaan pada penyintas erupsi merapi di Yogyakarta” memiliki kesamaan pada variabel bebasnya, namun variabel tergantung yang dipilih peneliti yaitu resiliensi berbeda dengan yang di gunakan oleh penelitian Azuhra (2014) yaitu kebahagiaan. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Fara (2012) memiliki kesamaan pada variabel tergantung yaitu resiliensi, namun variabel bebas yang berbeda dengan yang dipilih oleh peneliti.

#### 2. Keaslian teori

Teori yang digunakan peneliti dalam penelitian ini untuk menjelaskan kebersyukuran menggunakan teori al-Munajjid (2006) yang digunakan juga sebagai dasar teori oleh penelitian Azuhra (2014). Pada penelitian tersebut, kebersyukuran sama-sama menjadi variabel tergantung

dan variabel bebasnya adalah kebahagiaan. Sedangkan pada resiliensi menggunakan teori Connor-Davidson (2003) yang digunakan oleh Fitria (2015) yang sama-sama menggunakan resiliensi sebagai variabel bebas dan variabel tergantung pada penelitian tersebut adalah *prophetic parenting*.

### 3. Keaslian alat ukur

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kebersyukuran yang mengacu pada aspek kebersyukuran menurut al-Munajjid (2006) yang digunakan juga pada penelitian Azuhra (2014) sebagai variabel bebas, sedangkan untuk resiliensi menggunakan *Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) milik Connor-Davidson yang telah dianalisis faktor menjadi unidimensional oleh Notario-Pacheco, Solera-Martinez, Serrano-Parra, Bartolomé-Gutiérrez, García-Campayo, dan Martínez-Vizcaíno (2011) dan telah dipakai pada penelitian sebelumnya oleh Fitria, B (2014) sebagai variabel tergantung.

### 4. Keaslian subjek

Peneliti memilih subjek masyarakat yang berada di daerah rawan bencana tanah longsor di Banjarnegara yang berada hantap dan dusun yang berada di sekitar daerah rawan bencana tanah longsor.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Resiliensi**

##### **1. Definisi Resiliensi**

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk merespon secara positif terhadap situasi merugikan yang mereka hadapi, memungkinkan individu untuk mencapai, mempertahankan, atau memulihkan kesehatan fisik atau emosional setelah mendapatkan penyakit, kerugian, atau situasi stres lainnya (Cal & Santiago, 2013). Resiliensi didefinisikan sebagai proses dinamis untuk mempertahankan adaptasi yang positif dan strategi penanggulangan yang efektif dalam menghadapi kesulitan (Luthar, S.S., Chichetti, D., & Becker, B., 2002). Menurut Setyowati, Hartati dan Sawitri (2010) resiliensi merupakan kekuatan yang berperan penting untuk dapat bertahan mengatasi masalah dan mempertahankan kesehatan ketika menghadapi lingkungan beresiko. Resiliensi dikonsepsikan sebagai proses perkembangan atau berkapasitas dinamis, bukan sebagai hasil yang statis, artinya resiliensi muncul dari banyak interaksi dan di antara sistem seperti budaya, perkembangan individu, dan konteks historis yang secara kolektif mempengaruhi kapasitas sistem individu untuk beradaptasi dan sukses dalam menghadapi tantangan (Yates, Tyrell, & Masten 2015). Hal ini didukung oleh Lestari dan Mariyati (2015) bahwa resiliensi juga diartikan sebagai kapasitas individual untuk bertahan dalam situasi yang *stressfull*, namun resiliensi bukanlah suatu sifat (*traits*) melainkan suatu proses.

Resiliensi mengacu pada kemampuan individu untuk bertahan dan bangkit kembali, guna memulihkan kebahagiaan setelah menghadapi situasi yang tidak menyenangkan (Yuniar, Nurtjahjanti & Rusmawati, 2011). Resiliensi juga dipahami sebagai kemampuan individu untuk *rebound* atau bangkit kembali setelah mengalami beberapa stres atau *shock* dan ditunjukkan dengan tingkat fleksibilitas serta fungsi kegigihan (Pelling, 2011). Resiliensi dapat digunakan untuk mewakili kemampuan bertahan dan penyesuaian individu setelah mengalami kejadian traumatis yang serius (Yu & Zhang, 2007). Menurut Dewi, Djoenaina dan Melisa (2014) individu yang resilien akan berusaha untuk mengatasi permasalahan dalam hidup, sehingga dapat terbebas dari masalah dan mampu beradaptasi terhadap permasalahan tersebut. Menurut Connor dan Davidson (2003) resiliensi membantu mewujudkan kualitas pribadi yang memungkinkan individu untuk berkembang dalam menghadapi kesulitan.

Secara garis besar resiliensi merupakan proses yang ditandai dengan adanya kegigihan serta nilai juang yang tinggi dari individu. Resiliensi juga dapat menunjukkan kemampuan individu untuk bertahan, bangkit dan menyesuaikan diri dengan peristiwa hidup yang menyakitkan.

## **2. Aspek-aspek Resiliensi**

Connor dan Davidson (2003) menyatakan pada penelitiannya bahwa resiliensi memiliki lima faktor sebagai indikator bahwa individu tersebut memiliki tingkat resiliensi yang tinggi, hal tersebut dilihat dari :

- a. Individu mampu mencerminkan kompetensi pribadi, standar tinggi, dan keuletan.

Aspek tersebut dapat mendukung perasaan yang kuat pada individu dan tetap memegang teguh tujuan individu saat menghadapi situasi yang tidak diinginkan serta menunjukkan bahwa individu merasa bahwa dirinya kuat dan mampu mencapai tujuan dalam situasi kemunduran dan kegagalan.

- b. Seseorang dapat percaya pada nalurinya sendiri, mentoleransi dampak negatif, dan kuat dalam menghadapi stres.

Aspek ini berhubungan dengan ketenangan dan ketepatan individu sehingga dapat mengambil keputusan yang terbaik dan juga tepat saat mengatasi tekanan yang sulit. Individu tetap mampu melihat sisi positif dari suatu kejadian yang penuh tekanan.

- c. Seseorang dapat menerima perubahan dengan positif dan memiliki hubungan yang aman.

Individu dapat menerima dengan positif terhadap perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya dan sekitarnya serta dapat menjalin hubungan yang positif dengan orang lain dan lingkungannya, hal tersebut menggambarkan kemampuan individu beradaptasi jika menghadapi perubahan dalam situasi yang buruk atau ketika terjadi bencana.

d. Kemampuan untuk mengontrol diri

Aspek ini menggambarkan kemampuan mengendalikan diri serta kegigihan untuk mencapai tujuan sehingga ketika dihadapkan pada kesulitan individu tidak akan mudah putus asa dan cepat bangkit kembali dari keadaan tersebut. Selain itu, kemampuan mengontrol tersebut akan membantu individu untuk meningkatkan keterampilannya dalam pemecahan masalah sosial.

e. Pengaruh spiritual

Aspek ini memperlihatkan keyakinan individu atas takdir yang Tuhan berikan. Hal ini dikarenakan peran iman dan keyakinan dianggap sebagai proses intervensi yang akan membantu individu untuk mencari jalan keluar dari permasalahan dan dapat memberikan dampak yang positif dalam kelangsungan hidup individu itu sendiri.

Masih mengacu pada *Connor Davidson Resilience Scale* (CD-RISC), Campbell-Sills dan Stein (2007) kemudian membagi aspek resiliensi ke dalam dua aspek yang telah dilakukan analisis *confirmatory factor*. Adapun aspek tersebut yaitu :

a. *Hardiness* atau tahan banting

Suatu kemampuan individu untuk dapat mengatasi perubahan yang terjadi secara tidak terduga baik itu stres, sakit/penderitaan, tekanan, maupun adanya perasaan yang tidak menyenangkan dalam diri individu. Dari semua kejadian yang dialami individu dapat segera

bangkit dari keterpurukan tersebut dan akan berusaha untuk menyelesaikannya.

b. *Persistence* atau kegigihan

Keadaan dimana individu memberikan usaha terbaiknya dan memiliki kepercayaan diri untuk dapat menyelesaikan masalah meskipun mendapat banyak kendala untuk mencapai tujuan, selain itu individu juga mudah untuk bangkit kembali setelah melewati masa-masa yang sulit.

Yu dan Zhang (2007) dalam penelitiannya mengungkapkan ada tiga unsur yang menunjukkan aspek resiliensi seseorang yang dilakukan di China yaitu :

a. *Tenacity* atau keuletan

Unsur ini menggambarkan keseimbangan, ketepatan waktu, ketekunan, dan kontrol individu pada saat menghadapi situasi yang sulit dan tantangan dalam kehidupan.

b. *Strenght* atau kekuatan

Unsur ini mengungkapkan seberapa baik kapasitas individu untuk bangkit dan menjadi pribadi yang kuat setelah mengalami kemunduran pada kehidupannya dan pengalaman masa lalu.

c. *Optimism* atau optimisme

Pada unsur ini mencerminkan kemampuan individu untuk melihat sisi positif dari suatu peristiwa sehingga dapat mengukur kepercayaan diri individu untuk melawan efek yang merugikan untuknya.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa peneliti memilih resiliensi sebagai variabel tergantung yang digunakan dalam penelitian ini. Aspek-aspek yang digunakan oleh peneliti untuk melihat resiliensi pada masyarakat di daerah rawan bencana alam menggunakan aspek yang mengacu pada teori Connor dan Davidson (2003) yang mampu menunjukkan dan menjelaskan secara lebih rinci dan mudah dipahami mengenai karakteristik individu yang memiliki resiliensi.

### **3. Faktor Resiliensi**

Menurut Rensick, dkk (2011), terdapat empat faktor yang mempengaruhi resiliensi pada individu, yaitu:

#### *a. Self-Esteem*

Memiliki self-esteem yang baik pada masa individu dapat membantu individu dalam menghadapi kesengsaraan. Seseorang yang mampu menghargai dirinya maka akan berusaha bangkit dari keterpurukan dan mengoptimalkan potensi yang dimilikinya.

#### *b. Dukungan Sosial (social support)*

Dukungan sosial sering dihubungkan dengan resiliensi bagi mereka yang mengalami kesulitan dan kesengsaraan akan meningkatkan resiliensi dalam dirinya ketika pelaku sosial yang ada di sekelilingnya memiliki support terhadap penyelesaian masalah atau proses bangkit kembali yang dilakukan oleh individu tersebut.

c. Emosi positif

Emosi positif juga merupakan faktor penting dalam pembentukan resiliensi individu. Emosi positif sangat dibutuhkan ketika menghadapi suatu situasi yang kritis dan dengan emosi positif dapat mengurangi stres secara lebih baik.

d. Spiritualitas

Salah satu faktor yang dapat meningkatkan resiliensi pada individu adalah spiritualitas. Spiritualitas adalah pengalaman yang dibentuk oleh individu dan masyarakat selama menjalani kehidupan. Spiritualitas memiliki pandangan yaitu individu percaya bahwa Tuhan adalah penolong dalam setiap kesengsaraan yang tengah di alaminya, tidak hanya manusia yang mampu menyelesaikan segala kesengsaraan yang ada.

Dari paparan di atas peneliti menggunakan faktor spiritualitas sebagai faktor yang berperan dalam meningkatkan resiliensi dimana spiritualitas adalah suatu hal yang hadir dari dalam diri individu berdasarkan pengalaman yang pernah dialami sehingga meningkatkan keyakinan mereka. Penelitian yang dilakukan oleh Adami dan Sulistyorini (2006) menyatakan pada penyintas gempa yang tingkat spiritualitasnya tinggi akan menjadikan mereka senantiasa hidup dalam nuansa keimanan kepada Tuhan. Para penyintas gempa Yogyakarta setelah mengalami bencana memiliki keinginan kuat untuk mendekati diri kepada Tuhan dengan meningkatkan ibadah dan perbuatan baik lainnya, hal tersebut

dilakukan semata-mata karena para penyintas merasa bersyukur masih diberi keselamatan sehingga menjadikan lebih dekat dengan Tuhan.

## **B. Kebersyukuran**

### **1. Definisi Kebersyukuran**

Kebersyukuran berasal dari kata *gratia*, yang dalam bahasa Latin berarti rahmat Tuhan, kebaikan hati, dan rasa terimakasih (Emmons & McCullough, 2003). Bersyukur menurut Al-Jauziah (1998) syukur adalah dimana seseorang yang bersyukur akan tunduk kepada yang disyukuri, mencintai-Nya, mengakui nikmatNya, memujiNya karena nikmat itu, dan tidak menjadikan nikmat itu sebagai sesuatu yang dibencinya. Al Fauzan (2007) mengungkapkan bahwa hakikat syukur terwujud dari nikmat Allah pada lidah seorang hamba melalui pujian, di hati melalui pengakuan, dan di anggota badan melalui ketundukan. Kebersyukuran menurut Mahfud (2014) adalah suka berterima kasih, tahu diri, tidak sombong karena nikmat yang kita miliki, dan tidak boleh lupa Tuhan, begitupun untuk seorang Muslim, kunci syukur itu adalah ingat Allah dan sebagai ungkapan terimakasih dari hambaNya yang telah menerima nikmat sangat banyak dan tidak ada terputus-putusnya dalam kehidupan kita selama ini.

Menurut McCullough (2003) bersyukur juga dapat diperoleh dari pengalaman hidup seseorang yang mana akan menimbulkan perasaan syukur, terimakasih, dan biasanya perasaan syukur muncul dari hasil persepsi pribadi yang positif, yang disebabkan oleh tindakan

orang lain. Sedangkan Al-Munajjid (2006) mengatakan bersyukur adalah kemantapan hati seorang hamba untuk mencintai Tuhan yang memberikan nikmat sehingga membuat seluruh anggota tubuhnya mentaatinya serta lisan yang tidak ada hentinya menyebut nama Tuhan.

Berdasarkan pengertian kebersyukuran menurut para ahli di atas dapat dikatakan seseorang yang bersyukur adalah orang yang sadar akan nikmat yang didapatkan dari Tuhan dapat melalui perantara manusia atau yang lainnya, sehingga membuat individu yang bersyukur akan terus berterimakasih yang dimanifestasikan dapat melalui ucapan dan perbuatan atau tindakan.

## **2. Aspek-aspek Kebersyukuran**

Aspek-aspek dalam bersyukur menurut Masykur (2013) mengatakan ada tiga yaitu:

### **a. Keputusan**

Syukur diawali dengan adanya keputusan. Keputusan dibuat individu dengan sadar dan berlandaskan pertimbangan logis. Keputusan tidak hanya kelogisan melainkan aspek kenyamanan, merasakan nikmat dalam membuat keputusan tersebut sehingga dapat ditindak lanjuti berupa tindakan yang mencerminkan keputusan untuk bersyukur. Sehingga setiap saat dapat membuat keputusan untuk bersyukur kepada Allah.

b. Bahagia

Ketika membuat keputusan untuk bersyukur, maka individu akan bahagia dengan apapun yang individu akan dapatkan dari Allah, baik sesuatu yang menyenangkan ataupun tidak menyenangkan individu akan merasakan bahagia, karena kebahagiaan tidak sekedar senang ketika keinginan dapat terwujud, namun lebih dari itu. Individu yang dapat memposisikan penderitaan tidak sebagai penderitaan juga merupakan salah satu bentuk kebahagiaan dalam bersyukur.

c. Tindakan saat ini

Bersyukur merupakan tindakan yang dilakukan saat itu juga, untuk merasakan syukur maka individu harus mampu melepaskan diri dari masa lalu. Ketika individu hanya mengingat masa lalu yang menyenangkan ataupun tidak menyenangkan maka langkah yang akan dijalani saat ini akan terasa berat. Masa lalu hanya diambil pelajaran (ibrah) agar dapat melakukan yang terbaik di masa kini. Demikian juga individu harus melepaskan diri dari kecemasan tentang masa depan. Kecemasan tentang masa depan akan terus mengganggu sehingga individu tidak dapat melakukan yang terbaik pada apa yang dijalani saat ini, hal tersebut akan berpengaruh pada individu yaitu kesulitan untuk merasakan emosi positif seperti kebersyukuran tentang kehidupan yang dijalani saat ini.

Selain ketiga aspek diatas, McCulough, Emmons, & Tsang (2002) juga menyebutkan beberapa aspek kebersyukuran yaitu diantaranya :

a. Intensitas

Individu yang bersyukur diharapkan ketika mengalami peristiwa positif intensitas kebersyukurannya semakin meningkat dari individu lain yang tidak mengalami peristiwa positif tersebut.

b. Frekuensi

Aspek ini menjelaskan bahwa individu yang memiliki kecenderungan bersyukur akan merasakan perasaan bersyukur setiap harinya dan rasa syukur dapat diperoleh dari peristiwa-peristiwa sederhana atau tindakan yang sopan. Sebaliknya, jika seseorang tidak pernah merasa bersyukur, maka setiap harinya jarang juga untuk bersyukur.

c. *Span*

Aspek ini menjelaskan bahwa banyaknya peristiwa kehidupan yang terjadi pada seseorang yang dapat mempengaruhi rasa syukur atas kesempatan yang diberikan. Individu dapat merasa bersyukur atas keluarga mereka, kesehatan mereka, dan kehidupan itu sendiri, dan yang berbagai keuntungan yang lainnya.

d. *Density* (keterikatan)

Aspek ini menjelaskan bahwa orang-orang yang mengalami perasaan bersyukur terhadap sesuatu hal yang positif akan mengingat nama-nama orang yang dianggap telah membuatnya bersyukur, termasuk orang tua, keluarga, dan teman.

Menurut Al-Munajjid (2006) bersyukur melibatkan tiga hal yaitu kalbu, lisan, dan semua anggota tubuh. Makna dari bersyukur akan tergantung pada aspek-aspek yaitu :

a. Mengenal nikmat Allah

Menghadirkan dalam hati, mengistimewakan dan meyakinkannya. Apabila individu telah mengenal nikmat, maka tahap selanjutnya adalah mengenal Tuhan sang pemberi nikmat tersebut. Setelah meresapinya, individu akan mencintai Tuhan yang telah memberinya nikmat. Jika individu telah mencintai Tuhan, maka akan dilakukan semua cara untuk menghamba kepadanya dan terciptalah ibadah sebagai manifestasi dari bersyukur kepada Tuhan.

b. Menerima Nikmat Allah

Menerima nikmat salah satunya menyambut datangnya nikmat tersebut dengan merendahkan diri kepada Tuhan sang pemberi nikmat. Individu menyadari bahwa semua nikmat yang diterima bukan karna keberkahan kita menddapatkannya, namun

menganggap semua nikmat yang Allah berikan sebagai karunia dan kemurahan dariNya semata.

c. Memuji Allah atas nikmat yang diberikan

Menyebutkan nikmat yang telah Tuhan berikan kepada Individu dan mencukupkan apa yang dibutuhkan. Ungkapan syukur atas nikmat yang Allah berikan dapat berupa ucapan alhamdulillah dengan merendahkan diri sebagai hamba Allah.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa peneliti memilih kebersyukuran sebagai variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini. Aspek-aspek yang dijelaskan oleh al-Munajjid (2006) digunakan oleh peneliti untuk melihat tingkat kebersyukuran yang ada pada masyarakat di daerah rawan bencana alam. Aspek ini dipilih karena teori yang dijelaskan lebih mengedepankan adanya hubungan kebersyukuran vertikal antara manusia dengan Tuhannya, tidak hanya hubungan sesama manusia.

### **C. Hubungan antara Kebersyukuran dan Resiliensi pada Masyarakat di Daerah Rawan Bencana**

Bencana alam yang terjadi menimpa manusia adalah kejadian di luar kendali manusia itu sendiri. Bencana alam seringkali datang secara tiba-tiba sehingga membuat individu akan merasakan perubahan kondisi yang tidak terkendali, merasa berada pada situasi yang terpuruk dan menyulitkan. Datangnya bencana juga akan memberikan banyak pengaruh bagi siapa saja terutama bagi para korban bencana atau masyarakat yang rentan terancam

bencana alam. Masyarakat yang berada di daerah rawan bencana memiliki potensi terpapar bencana lebih tinggi, beban masyarakat yang tinggal di daerah tersebut juga menjadi lebih banyak sehingga muncul kekhawatiran dengan tingkatan yang berbeda setiap individu.

Peterson dan Seligman (dalam Listiyandini, Nathania, Sonia, & Nadya, 2015) melihat ditengah keterpurukan menghadapi situasi menekan, seseorang selalu memiliki kesempatan untuk melihat kehidupan secara lebih positif. Situasi menekan yang muncul karena perasaan cemas dan khawatir ditengah kondisi yang dialami, akan memunculkan perasaan positif yang dapat berupa rasa syukur untuk mengurangi tekanan tersebut. Menurut Hoffman (2015) bahwa kebersyukuran memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan perasaan depresif. Saat seseorang bersyukur maka akan mengalami hubungan yang lebih kuat dengan Tuhan sehingga akan mendapatkan perasaan yang penuh kedamaian dan kepuasan. Apabila seseorang selalu bersyukur terhadap situasi yang membuat stress maka rasa syukur tersebut dapat memunculkan daya bangkit (resiliensi) individu dari kesulitan yang dialami.

Al-Munajjid (2006) menyebutkan ada tiga aspek kebersyukuran yang dapat memicu tumbuhnya sikap yang resilien agar masyarakat pada daerah rawan bencana siap menghadapi tekanan dalam kehidupan sehari-hari. Pertama yaitu individu mengenal nikmat yang telah Tuhan berikan sampai saat ini. Jika individu sudah mengenal nikmat dan apa saja yang telah Tuhan berikan, maka ketika individu tersebut mendapatkan musibah atau tekanan tidak akan berlarut-larut menghadapi musibah tersebut. Individu yang telah mengenal

nikmat Allah akan dapat menangkap hikmah dari bencana seperti sebagai salah satu ujian untuk menggugur dosa-dosanya. Menurut Listiyandini, dkk (2015) saat individu melihat dan merasakan penderitaan sebagai sesuatu yang positif, maka individu akan bisa meningkatkan *coping* baik secara sadar maupun tidak sadar dapat memicu timbulnya pemaknaan diri yang akan membawa kehidupannya lebih positif. Individu dapat bangkit lagi dari keterpurukan dan sekaligus siap dalam menghadapi ujian dari Tuhan jika suatu saat datang. Hal ini disebabkan kaerena individu merasa nikmat yang Tuhan yang telah diberikan selama hidupnya lebih banyak dari bencana yang didapatkan.

Aspek selanjutnya yaitu individu menerima nikmat yang Tuhan berikan. Individu yang menerima nikmat berupa ujian atas bencana yang terjadi merasa yakin bahwa semua yang telah diterimanya berasal dari Allah dan memiliki tujuan kebaikan. Individu perlu memahami bahwa Allah adalah yang menciptakan segala sesuatu yang ada di dunia, apapun bentuknya, baik suka maupun duka (Shohibah, 2014). Keyakinan yang dimiliki membuat individu merendahkan diri dengan cara menerima semua kejadian dengan lapang dada. Hal itu dapat menjadi kekuatan individu untuk bangkit dan tidak berputus asa di tengah situasi tidak menyenangkan karena individu merasa bahwa Tuhan sangat baik karena telah memberi nikmat sehingga nikmat yang ada tidak untuk disia-siakan. Dijelaskan dalam Al-Qur'an surat An-Nahl:18

*“Dan jika kamu menghitung-hitung nikmat Allah, niscaya kamu tidak dapat menentukan jumlahnya. Sesungguhnya Allah benar-benar Maha Pengampun lagi Maha Penyayang”*

Dari banyaknya nikmat yang Allah berikan, maka hal yang perlu dilakukan ketika telah mengenali nikmat Allah adalah memanfaatkan nikmat Allah sesuai dengan kehendaknya. Jika seseorang sedang mengalami bencana dan merasa masih diberikan pertolongan oleh Allah berupa nikmat untuk hidup, maka hendaknya individu harus berusaha maksimal memanfaatkan nikmat tersebut untuk membantu keluar dari kesulitan yang dialami dan menyadari bahwa tidak semua orang dapat merasakannya.

Aspek selanjutnya yaitu individu memuji Allah atas nikmat yang diberikan. Semakin banyak individu memuji nama Allah atas nikmat yang diberikan maka akan semakin mengingatkan bahwa Allah selalu memuliakan hambanya. Individu yang memiliki intensitas tinggi memuji Allah dengan lisannya maka sesungguhnya Allah akan mencintai hambaNya yang senantiasa memujinya. Telah diperintahkan dalam Al-Qurat surat Adh Dhuha (11)

*“Dan terhadap nikmat Tuhanmu maka hendaknya kamu menyebut-nyebutnya (dengan bersyukur)”*

Individu yang bersyukur jika merasa terpuruk maka akan mengingat Allah dan nikmatNya yang telah diberikan sepanjang kehidupan dengan cara memuji sebagai tanda terimakasih hambaNya. Bahkan saat kebaikan Allah belum sempat kita menyebut nikmatNya yang telah diterima, Allah senantiasa mengirimkan nikmat yang lain kepada hambaNya. Menurut Pratama, Prasantiwi, dan Sartika (2015) mengatakan bahwa bersyukur merupakan salah satu cara menerima dan memberi nilai terhadap apa yang telah didapatkan. Kebaikan-kebaikan yang individu rasakan dapat meningkatkan hubungan individu dengan Allah, dari hubungan tersebut akan mempengaruhi perilaku,

sikap, dan cara pandangnya dalam menghadapi kehidupan. Hal tersebut dapat meningkatkan keimanan individu dan mendorong individu untuk memiliki dan membangun sikap resiliensi ketika dalam kesulitan sehari-hari atau saat bencana terjadi.

. Menurut Mukhlis dan Koentjoro (2015) jika pengalaman pada masa lalu dan masa sekarang pada diri seseorang dapat memperkuat kebersyukuran, maka kebersyukuran akan menguatkan seseorang dalam memandang masa depan mereka. Hal ini dapat disebabkan karena individu yang bersyukur akan menyadari bahwa apa yang didapatkan dalam hidup ini merupakan pemberian dari Allah dan individu dapat mengambil pelajaran dari kejadian-kejadian yang telah dialami untuk membuat bangkit kembali. Jika dihubungkan dengan masyarakat yang berada di daerah rawan bencana, dengan memiliki rasa syukur kepada Allah maka mereka akan meyakini dan menyadari bahwa ada hikmah yang akan Allah berikan dibalik apa yang telah menimpa mereka. Individu memiliki keyakinan kepada Allah mengenai segala permasalahan yang terjadi pada diri individu dapat memberikan kekuatan untuk berjuang serta tetap mencari solusi terhadap segala permasalahan sehingga individu dapat melaluinya dan bangkit dari keterpurukan. Dengan demikian hal tersebut dapat menurunkan depresi atau kecemasan apabila ada bencana yang akan datang.

Penelitian yang dilakukan oleh Suryaman, Stanislaus, dan Mabruhi (2013) juga menjelaskan bahwa aspek agama sebagai *coping* (religius atau *spiritual coping*) menjadi hal yang terutama pengaruhnya, sehingga

disimpulkan bahwa aspek agama memiliki peran terbesar dalam mempengaruhi resiliensi. Pernyataan tersebut terbukti pada penelitian yang dilakukan oleh Maulina (2014) yang membuktikan adanya hubungan antara kebersyukuran sebagai aspek agama dengan resiliensi pada penyintas erupsi gunung merapi. Pada penelitian tersebut juga membuktikan adanya hubungan positif antara kebersyukuran dan resiliensi dimana ketika individu memiliki tingkat kebersyukuran yang tinggi maka tingkat resiliensi yang dimiliki individu tersebut juga tinggi. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa kebersyukuran mampu mempengaruhi tingkat resiliensi seorang penyintas bencana alam.

Dari paparan di atas dapat diasumsikan aspek-aspek dari kebersyukuran berbanding lurus dengan tingkat resiliensi individu sehingga dapat dikatakan adanya hubungan antara kebersyukuran dan tingkat resiliensi seseorang, individu yang memiliki tingkat kebersyukuran yang tinggi akan menimbulkan resiliensi dalam diri individu.

#### **D. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara kebersyukuran dan resiliensi pada masyarakat yang berada di daerah rawan bencana.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Identifikasi Variabel Penelitian**

1. Variabel Tergantung : Resiliensi
2. Variabel Bebas : Kebersyukuran

#### **B. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

##### 1. Resiliensi

Tingkat resiliensi individu dapat dilihat melalui skor yang diperoleh dari skala resiliensi yang telah diisi oleh subjek. Skala resiliensi yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala resiliensi diadaptasi dari *The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)* yang telah dianalisis faktor menjadi unidimensional oleh Notario-Pacheco, dkk (2011) dan telah digunakan pada penelitian dan diadaptasi oleh Fitria (2015). Dari skala tersebut dapat dilihat tingkat resiliensi individu dimana semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi yang dimiliki oleh individu. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah skor resiliensi individu maka semakin rendah pula tingkat resiliensi individu.

##### 2. Kebersyukuran

Tingkat kebersyukuran individu dapat dilihat melalui skor yang diperoleh dari skala kebersyukuran yang telah diisi oleh subjek. Skala resiliensi yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan aspek dari Al-Munajjid (2006), aspek tersebut terdiri dari tiga hal yaitu mengenal nikmat, menerima nikmat, dan memuji Allah atas nikmat yang diberikan.

Dari skala tersebut dapat dilihat tingkat kebersyukuran individu, dimana semakin tinggi skor yang diperoleh individu, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi yang dimiliki oleh individu. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah skor kebersyukuran individu juga semakin rendah pula tingkat kebersyukuran yang dimiliki oleh individu.

### **C. Subjek Penelitian**

Subjek penelitian adalah sumber utama data penelitian yang mempunyai data mengenai variabel-variabel yang ingin diteliti. Adapun subjek yang digunakan dalam penelitian ini memiliki karakteristik sebagai berikut: masyarakat yang berada pada daerah rawan bencana di kabupaten Banjarnegara, peneliti mengambil subjek 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.

### **D. Metode Pengumpulan Data**

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

#### **1. Skala Resiliensi**

Skala resiliensi yang digunakan oleh peneliti menggunakan skala yang diadaptasi oleh Fitria (2015) dalam penelitian sebelumnya. Skala

resiliensi berdasarkan dari *The Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) yang telah dianalisis faktor menjadi unidimensional oleh Notario-Pacheco, dkk (2011) sehingga berjumlah 10 aitem dan telah digunakan pada penelitian Fitria (2015), skala resiliensi ini bertujuan untuk mengungkap resiliensi pada masyarakat di daerah rawan bencana.

Jumlah aitem pada skala resiliensi ini sebanyak 10 aitem yang mana sembilan aitem *favourable* dan satu aitem *unfavourable*. Aitem *favourable* adalah pertanyaan yang mendukung penelitian, sedangkan pernyataan *unfavourable* merupakan pertanyaan yang tidak mendukung penelitian.. Setiap aitem yang ada pada skala tersebut menggunakan model skala *likert*. Subjek diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban dari lima alternatif jawaban yang sesuai dengan keadaan subjek. 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”

Berikut adalah distribusi skala resiliensi sebelum uji coba dapat dilihat pada Tabel 1:

Tabel 1  
Distribusi Aitem Skala Resiliensi

Karakteristik	Butir pertanyaan		Jumlah
	Favourable	Unfavourable	
Mampu beradaptasi terhadap perubahan	1		1
Mampu menangani apapun yang datang	2		1
Mencoba melihat sisi humor masalah	3		1
Mengatasi stres dapat menguatkan individu	4		1
Cenderung untuk bangkit kembali setelah sakit atau kesulitan	5		1
Dapat mencapai tujuan meskipun mengalami kendala	6		1
Bisa tetap fokus di bawah tekanan	7		1
Tidak mudah putus asa oleh kegagalan		8	1
Berpikir diri sebagai pribadi yang kuat	9		1
Dapat menangani perasaan tidak menyenangkan	10		1
Total			10

## 2. 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*.

Setiap aitem yang ada pada skala tersebut menggunakan model skala *Likert*. Subjek diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban dari lima alternatif jawaban yang sesuai dengan keadaan subjek. Penyebaran 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”.

Berikut adalah distribusi skala kebersyukuran sebelum uji coba dapat dilihat pada Tabel 2:

*Tabel 2*  
*Distribusi Aitem Skala kebersyukuran*

Aspek	Nomor Item		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Mengenal nikmat Allah	1, 8, 9	4, 11, 13	6
Menerima nikmat Allah	2, 10, 12	5	4
Memuji Allah atas nikmatnya	3, 14, 15	6, 7	5
Total Aitem	9	6	15

### **E. Validitas dan Reliabilitas**

#### 1. Validitas

Validitas adalah ketepatan dan kecermatan skala dalam menjalankan fungsinya dalam pengukuran. Artinya sejauhmana skala tersebut dapat mengukur atribut yang dirancang untuk dapat menghasilkan data yang akurat sesuai dengan tujuan ukurnya (Azwar, 2010). Suatu alat

ukur yang validitasnya tinggi akan menghasilkan eror pengukuran yang kecil, artinya skor setiap subjek yang diperoleh pada alat ukur tersebut tidak jauh berbeda dari skor yang sesungguhnya, maka apa yang diperoleh dari prosedur validitas adalah semacam estimasi terhadap validitas tes dengan perhitungan tertentu.

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas adalah sejauhmana hasil dari pengukuran dapat dipercaya dan konsisten yang mengandung makna kecermatan pengukuran. Hasil pengukuran dapat dipercaya dan konsisiten apabila dilakukan beberapa kali pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama, maka hasil yang diperoleh relatif sama atau konsisiten dari waktu ke waktu. Reliabilitas akan dihitung dan dinyatakan dalam koefisien *alpha*. Dalam aplikasinya, reliabilitas akan dinyatakan oleh koefisien reliabilitas apabila angkanya berada dalam rentang dari 0 sampai dengan 1,00. Artinya apabila semakin tinggi koefisien reliabilitas yaitu mendekati angka 1,00, berarti semakin tinggi reliabilitas alat ukur. Sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 artinya semakin rendah reliabilitasnya (Azwar, 2010).

## F. Metode Analisis Data

Metode yang digunakan adalah metode analisis statistik *korelasi 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.

## **BAB IV**

### **PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN**

#### **A. Orientasi Kanchah dan Persiapan Penelitian**

##### **1. Orientasi Kanchah**

Penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan resiliensi pada masyarakat yang berada di daerah rawan bencana. Daerah rawan bencana adalah suatu wilayah yang memiliki kondisi karakteristik geologis, biologis, hidrologis, kloimatologis, geografis, sosial, budaya, politik, ekonomi, dan teknologi yang untuk jangka waktu lama tidak mampu mencegah atau meredam dampak buruk dari bahaya tertentu (Tondobala, 2011). Penelitian ini dilakukan dengan mengambil data di hunian tetap (huntap) yang dibangun di Dusun Suren Desa Ambal oleh pemerintah untuk korban tanah longsor di Banjarnegara pada tahun 2014, sebagian lagi pengambilan data dilakukan di sekitar area bencana longsor yaitu Dusun Jemblung.

Dusun Jemblung, Desa Sampang terletak di Kecamatan Karangobar Kabupaten Banjarnegara menjadi salah satu titik daerah rawan longsor. Daerah ini berada di kawasan lereng pegunungan yang mana jarak antara rumah warga dan lerengnya tidak terlalu jauh. Pemerintah bersama BPBD setempat sebelumnya sudah mewaspadai bahwa kawasan tersebut adalah daerah rawan longsor dengan ditandai intensitas longsor dalam skala kecil kerap terjadi di daerah tersebut terlebih jika musim hujan. Sebelum terjadi longsor, terdapat tanda-tanda munculnya air dari celah-celah keramik di

salah satu rumah warga, namun sang pemilik rumah tidak menghiraukan tanda-tanda tersebut sebagai salah satu pertanda kemungkinan terjadi longsor. Hal tersebut terkait juga dengan penyuluhan terhadap masyarakat daerah rawan bencana yang mana masyarakat kurang antusias untuk mengikuti penyuluhan tersebut sehingga kurangnya pengetahuan tentang tanda-tanda alam akan terjadinya bencana. Masyarakat pada desa ini mayoritas memiliki ekonomi menengah ke bawah serta tingkat pendidikan yang rendah sehingga menemui kesulitan ketika harus membaca dan menulis. Penghuni dari hantap sendiri adalah korban yang selamat dari bencana tanah longsor namun sudah tidak memiliki tempat tinggal di Dusun Jemblung Desa Sampang sehingga di alokasikan ke hantap dan dihuni oleh 27 kepala keluarga.

Sebagian masyarakat korban longsor yang masih memiliki tempat tinggal, setelah kejadian longsor dan dinyatakan aman mereka kembali dari pengungsian ke rumah masing-masing yang berada di Dusun Jemblung Desa Sampang. Korban yang masih menetap dan berada di Dusun Sampang saat ini sekitar 25 kepala keluarga. Sebagian besar penduduk di hantap ini memiliki mata pencaharian sebagai petani dan wirausaha, sebelumnya mata pencaharian masyarakatnya di dominasi oleh bidang pertanian, namun sejak bencana tanah longsor terjadi ada beberapa yang beralih menjadi wirausaha dengan berdagang dan memulainya dari nol, hal tersebut dikarenakan lahan pertanian mereka sebelumnya sudah tidak memungkinkan untuk dijadikan ladang pekerjaan, selain itu

pemerintah setempat mengganti ganti rugi lahan yang tertimbun longsor dalam bentuk uang, sehingga beberapa orang memilih beralih mata pencaharian.

Alasan peneliti melakukan pengambilan data pada masyarakat korban tanah longsor di Dusun Jemblung karena tempat yang mudah di jangkau oleh peneliti. Dari beberapa titik rawan longsor yang berada di Banjarnegara, ini adalah tempat dimana bencana tanah longsor terjadi cukup berat dan paling banyak menimbulkan korban jiwa diantara bencana tanah longsor yang sebelumnya, termasuk juga menimbulkan kerugian materil dan kerusakan infrastruktur yang berdampak cukup luas pada saat bencana terjadi.

## **2. Persiapan Penelitian**

Sebelum penelitian melakukan penelitian, peneliti mempersiapkan beberapa hal seperti persiapan administrasi dan persiapan alat ukur yang digunakan pada saat penelitian. Berikut adalah penjelasan terkait tentang persiapan yang dilakukan peneliti:

### **a. Persiapan Administrasi**

Persiapan administrasi yang dilakukan peneliti pada penelitian ini adalah mempersiapkan surat izin untuk kepentingan pengambilan data yang ditujukan kepada beberapa instansi terkait. Persiapan administratif yang dilakukan peneliti pertama kali adalah dengan membuat surat perizinan permohonan penelitian skripsi kepada Devisi Umum Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam

Indonesia untuk Kantor Kepala Desa Ambal dan Kantor Kepala Desa Sampang yang mana terlebih dahulu surat tersebut diajukan kepada Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya.

Setelah surat izin penelitian keluar dengan nomer surat 19/Dek/70/Div.Um.RT/I/2018 maka peneliti segera menyerahkan kepada pihak yang dituju guna mendapatkan izin penelitian. Selanjutnya peneliti melakukan koordinasi dengan instansi tersebut agar memperlancar proses pengambilan data dan berkoordinasi terkait warga yang memenuhi kriteria penelitian.

b. Persiapan Alat Ukur

Penelitian yang dilakukan ini menggunakan skala resiliensi dan skala kebersyukuran untuk mengumpulkan data penelitian. Skala yang digunakan untuk mengukur resiliensi pada penelitian ini merupakan skala yang digunakan Fitria (2015) mengadaptasi berdasarkan *Connor-Davidson Resilience Scale* (2003) dimana telah dianalisis faktor unidimensional oleh Notario-Pacheco, dkk (2011) yang terdiri dari 10 aitem. Pada skala resiliensi tersebut terdapat sembilan aitem *favourable* dan satu aitem *unfavourable*. Selanjutnya untuk mengukur kebersyukuran menggunakan skala yang disusun berdasarkan aspek-aspek dari Al-Munajjid (2006) yaitu mengenal nikmat Allah, menerima nikmat Allah, memuji Allah atas pemberian nikmat. Jumlah aitem dalam skala kebersyukuran ini ada 15 aitem dimana ada 9 aitem *favourable* dan 6 aitem *unfavourable*.

c. Hasil Uji Coba Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan metode *try out* terpakai yang mana pengambilan data hanya dilakukan satu kali. Alasan peneliti menggunakan *try out* terpakai adalah terbatasnya jumlah responden yang memenuhi kriteria penelitian dan kesempatan untuk bertemu yang sulit. Hasil yang didapatkan dari *try out* terpakai yang telah dianalisis menggunakan *SPSS for windows 23*.

1) Skala Resiliensi

Alat ukur resiliensi CD-RS terdiri dari 10 aitem yang di gunakan pada saat uji coba terpakai didapatkan hasil 10 aitem yang sah. Skor indeks beda aitem bergerak dari -0,152 – 0,758 dan diperoleh koefisien reliabilitas *Alpha* 0,818. Aitem yang gugur pada skala tersebut adalah aitem nomor 8 dengan skor indeks beda -0,152 ( $<0,25$ ).

Berikut adalah tabel penyebaran aitem skala resiliensi setelah dilakukan uji coba :

Tabel 3  
Distribusi Aitem Skala Resiliensi Setelah Uji Coba

Karakteristik	Butir pertanyaan		Sahih
	Favourable	Unfavourable	
Mampu beradaptasi terhadap perubahan	1		1
Mampu menangani apapun yang datang	2		1
Mencoba melihat sisi humor masalah	3		1
Mengatasi stres dapat menguatkan individu	4		1
Cenderung untuk bangkit kembali setelah sakit atau kesulitan	5		1
Dapat mencapai tujuan meskipun mengalami kendala	6		1
Bisa tetap fokus di bawah tekanan	7		1
Tidak mudah putus asa oleh kegagalan		(8)	1
Berpikir diri sebagai pribadi yang kuat	9		1
Dapat menangani perasaan tidak menyenangkan	10		1
	Total		10

Setelah aitem nomor 8 di gugurkan, maka didapatkan skor indeks beda aitem bergerak dari 0,365 – 0,778. Hasil reliabilitas diketahui dengan skor koefisien *Cronbach alpha* yaitu sebesar 0,867.

## 2) Skala kebersyukuran

Skala kebersyukuran yang digunakan pada penelitian ini berjumlah 15 aitem yang telah dilakukan uji coba terpakai.

Hasilnya menunjukkan bahwa terdapat 14 aitem yang sah dan 1 aitem gugur. Aitem yang gugur adalah aitem nomor 6 pada skala kebersyukuran tersebut. Skor indeks beda aitem menunjukkan angka -0,246 sedangkan hasil reliabilitas diketahui dengan skor koefisien *Cronbach alpha* yaitu sebesar 0,734.

Berikut adalah tabel penyebaran setelah melakukan uji coba pada skala kebersyukuran :

Tabel 4  
Distribusi aitem skala kebersyukuran setelah uji coba

Aspek Kebersyukuran	Butir Pernyataan		Sahih
	favorable	unfavorable	
Mengenal nikmat Allah	1,8,9	4,11,13	6
Menerima nikmat Allah	2,10,12	5	4
Memuji Allah atas pemberian nikmat	3,14,15	(6),7	5
Total			15

Setelah aitem nomor 6 di gugurkan, didapatkan hasil skor beda aitem bergerak 0,270 – 0,654 dengan skor koefisien *Cronbach alpha* yaitu sebesar 0,803.

### **B. Laporan Pelaksanaan Penelitian**

Pengambilan data penelitian ini dilakukan di hunian tetap (huntap) Dusun Suren, Desa Ambal, Kec. Karangobar, Kabupaten Banjarnegara pada tanggal 7 Maret 2018 sampai dengan tanggal 15 Maret 2018. Selain itu peneliti juga melakukan pengambilan data di Dusun Jemblung, Desa

Sampang, Kecamatan Karangobar, Kabupaten Banjarnegara, pengambilan data dilakukan sejak tanggal 15 Maret 2018 hingga 20 Maret 2018. Pengambilan data di Huntap dilakukan dengan menitipkan quisioner pada Ibu RT di tempat tersebut lalu selanjutnya quisioner disebarikan kepada setiap subjek yang memenuhi kriteria yang berada di Huntap secara *door to door*. Pada penelitian di wilayah Huntap peneliti tidak ikut mendampingi subjek secara langsung dikarenakan tidak ada kesesuaian waktu yang dimiliki subjek dan peneliti. Daerah penelitian di tempat lain yaitu Dusun Jemblung peneliti berkesempatan untuk mendampingi proses pengambilan data secara langsung ditemani oleh salah satu warga yang sudah berkoordinasi sebelumnya. Jumlah subjek yang terlibat sebanyak 78 orang yang dapat terkumpulkan, terdapat 9 eksemplar yang tidak dapat dianalisis lebih lanjut sehingga hanya tersisa 69 subjek yang dapat dianalisis dalam penelitian ini.

Peneliti memakan waktu yang cukup lama dalam proses pengambilan data dikarenakan kendala adanya longsor yang terjadi membuat terputusnya akses jalan menuju ke lokasi pengambilan data. Longsor membuat jalan tersebut harus diperbaiki karena ambles dan menutup jalan kira-kira sepanjang 300 meter sehingga peneliti cukup lama dalam menunggu perbaikan infrastruktur jalan tersebut, ditambah kondisi tanah yang berlumpur karena intensitas hujan turun membuat perbaikan semakin lama karena jumlah kandungan air yang berada di dalam tanah menjadi cukup banyak.

### C. Analisis Data dan Hasil Penelitian

#### 1. Deskripsi subjek penelitian

Pada penelitian ini peneliti memilih subjek yaitu masyarakat yang berada di daerah rawan bencana alam, peneliti mengambil data di dua Dusun yang berada di Kecamatan Karangobar, Kabupaten Banjarnegara, Jawa Tengah. Gambaran lebih lanjut mengenai subjek penelitian berdasarkan data yang diperoleh adalah sebagai berikut :

Tabel 5  
Deskripsi Subjek Penelitian Menurut Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-laki	34	49,3 %
Perempuan	35	50,7 %
Jumlah	69	100,0 %

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin jumlahnya hampir sama antara laki-laki dan perempuan dimana laki-laki 34 orang dan perempuan 35 orang.

Tabel 6  
Deskripsi Subjek Penelitian Menurut Jenis Dampak yang Dialami

Jenis Dampak	Jumlah	Persentase
Langsung	37	53,6 %
Tidak Langsung	32	46,4 %
Jumlah	69	100,0 %

Dari tabel deskripsi berdasarkan dampak yang dialami subjek, terdapat 37 data yang menunjukan subjek terkena dampak langsung dan 32 data menunjukan subjek terkena dampak tidak langsung.

Tabel 7  
Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia

Jenis Dampak	Jumlah	Persentase
Dewasa Awal (18-40)	40	58,0 %
Dewasa Madya (41-60)	29	42,0 %
Jumlah	69	100,0 %

Pembagian usia subjek dikategorikan berdasarkan Hurlock (2001) membagi usia terdiri dari tiga kategori yaitu dewasa awal (usia 18-41), dewasa madya (usia 41-60), dan dewasa lanjut (usia 60-kematian). Dikarenakan data yang diperoleh dari subjek usia paling tinggi 60, maka peneliti menggunakan hanya dua kategori usia berdasarkan Hurlock (2001).

## 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.

Tabel 8  
Pembagian *Percentile*

<i>Percentile</i>	Resiliensi	Kebersyukuran
20	27,0	54,0
40	30,0	59,0
60	33,0	61,0
80	38,0	67,0

Berdasarkan kriteria kategori persentil, maka didapatkan lima norma untuk kategorisasi pada skala resiliensi dan kebersyukuran.

Berikut penormaan berdasarkan skor persentil dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 9  
Rumus Penormaan

Kategorisasi	Norma Resiliensi	Norma Kebersyukuran
Sangat Rendah	$X < 27,0$	$X < 54,0$
Rendah	$27,0 \leq X < 30,0$	$54,0 \leq X < 59,0$
Sedang	$30,0 \leq X < 33,0$	$59,0 \leq X < 61,0$
Tinggi	$33,0 \leq X \leq 38,0$	$61,0 \leq X \leq 67,0$
Sangat Tinggi	$X > 38,0$	$X > 67,0$

Hasil kategori berdasarkan nilai persentil pada variabel resiliensi dapat dilihat pada tabel dibawah :

Tabel 10  
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. Hal ini dapat dilihat presentase setiap tingkatan norma diatas. 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%).

Tabel 11  
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

Sebelum dilakukan analisis lebih lanjut maka perlu dilakukan uji asumsi yang berupa uji normalitas dan uji linearitas sebagai syarat melakukan uji hipotesis menggunakan uji statistik parametrik. Perhitungan uji asumsi dilakukan dengan menggunakan bantuan komputer program SPSS 23.00 *for windows*.

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk menguji apakah skor variabel penelitian ini terdistribusi secara normal atau tidak. Standar yang digunakan untuk mengetahui sebaran data normal atau tidak adalah jika nilai signifikansi atau nilai probabilitas ( $p$ )  $> 0,05$  maka sebaran data tersebut normal dan sebaliknya jika ( $p$ )  $< 0,05$  maka

sebaran data tersebut tidak normal. Hasil uji normalitas ditunjukkan pada Tabel 13.

Tabel 12  
Hasil Uji Normalitas

Variabel	<i>Komologorov-Smirnov<sup>a</sup></i>	p	Keterangan
Resiliensi	0,995	0,109	Normal
Kebersyukuran	0,971	0,014	Tidak Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas yang dilakukan dengan *Test of Normality Komologorov-Smirnov<sup>a</sup>* 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  $p = 0,014$  ( $p<0,05$ ).

b. Uji linearitas

Setelah melakukan uji normalitas maka langkah selanjutnya yaitu uji linearitas. Uji linearitas dilakukan untuk melihat apakah kedua variabel memiliki hubungan yang linier. Dikatakan linier ketika kedua variabel tersebut bervariasi secara proporsional, yaitu jika satu variabel naik, variabel lain juga akan naik dengan rasio yang sama. Hubungan kedua variabel dapat dikatakan linier diketahui dari nilai *linearity* yang jika  $p < 0,05$  dan *deviation from Linearity* menunjukkan  $p > 0,05$ . Pada penelitian ini uji linearitas dilakukan dengan *Test of Linearity* menggunakan *compare means*

pada SPSS *version 23.0 for Windows*. Berikut hasil uji linearitas yang telah dilakukan.

Tabel 13  
Hasil Uji Linearitas

Variabel	<i>Linearity</i>	F	p	Keterangan
	<i>Linearity</i>	9,164	0,004	Linier
Resiliensi*Keb ersyukur	<i>Deviation from Linearity</i>	0,848	0,643	Tidak menyimpang dari garis lurus

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.

#### 4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk melihat pembuktian dari hipotesis yang diajukan oleh peneliti yaitu apakah ada hubungan antara kebersyukuran dan resiliensi. Uji hipotesis dapat dilakukan setelah uji asumsi yaitu uji normalitas dan uji linieritas. Hasil dari uji asumsi yang telah dilakukan menunjukkan bahwa asumsi normalitas tidak terpenuhi. Oleh karena itu, peneliti menggunakan teknik korelasi *non*

*parametric Spearman's Rho*. Berikut adalah hasil uji hipotesis yang telah dilakukan.

Tabel 14  
Hasil Uji Hipotesis

Variabel	N	r	r <sup>2</sup>	p
Resiliensi*Kebersyukuran	69	0,360	0,1296	0.001

Analisis korelasi yang dilakukan menunjukkan hasil bahwa nilai koefisien  $r = 0,360$  dengan  $p = 0,002$  ( $p < 0,5$ ). Hal ini dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kebersyukuran dan resiliensi pada masyarakat rawan bencana alam. Hubungan yang diperoleh bersifat positif memiliki arti semakin besar kebersyukuran individu maka akan semakin tinggi tingkat resiliensinya. Dari hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti diterima. *Effect size* yang dihasilkan pada penelitian ini sebesar 12,96%, artinya bahwa sumbangan efektif kebersyukuran dalam resiliensi pada masyarakat di daerah rawan bencana sebesar 12,96%.

## 5. Analisis tambahan

Pada penelitian ini peneliti melakukan analisis lebih lanjut untuk melihat gambaran resiliensi ditinjau dari jenis kelamin, jenis dampak yang dialami, dan usia subjek. Sebelum uji beda dilakukan perlu melihat hasil dari uji homogen terlebih dahulu. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui varian datanya homogen atau tidak adalah jika

probabilitas *levene's test* diatas 0,05 ( $P > 0,05$ ), maka dapat dikatakan hubungan antara variable tersebut homogen.

a. Jenis kelamin

Tabel 15  
Tabel Uji Beda Resiliensi ditinjau dari Jenis Kelamin

Variabel Penelitian	Statistik Deskriptif		Uji Hipotesis		Uji homogen
	Laki-laki	Perempuan	<i>Independent Sample T-Test</i>	<i>Sig.(2-tailed)</i>	<i>Levene's Test</i>
			t (df)		Sig.
Resiliensi	M=32,23 SD=6,05	M=31,25 SD=6,13	0,666 (67)	0,507	0,935

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan maka dapat dijelaskan bahwa uji homogenitas data sebagai syarat uji beda terpenuhi dengan nilai  $p=0,935$  ( $<0,05$ ), sehingga dapat dikatakan data tersebut Homogen. Untuk uji beda data menunjukkan bahwa nilai  $p=0,507$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini membuktikan bahwa tidak terdapat perbedaan resiliensi antara laki-laki dan perempuan pada masyarakat di daerah rawan bencana.

b. Paparan dampak

Tabel 16  
Tabel Uji Beda Resiliensi ditinjau dari Paparan Dampak

Variabel Penelitian	Statistik Deskriptif		Uji Hipotesis		Uji homogen
	Langsung	Tidak Langsung	Independent Sample T-Test		Levene's Test
			Sig.(2-tailed)	t (df)	Sig.
Resiliensi	M=30,05 SD=6,19	M=33,68 SD=5,38	0,012	- 2,581 (67)	0,558

Dari analisis data dapat dijelaskan bahwa uji homogenitas data sebagai syarat uji beda terpenuhi dengan nilai  $p=0,558$  ( $>0,05$ ), artinya dapat dikatakan data tersebut homogen. Berdasarkan tabel diatas menunjukkan analisis uji beda yang dihasilkan data menunjukkan bahwa nilai  $p=0,012$  ( $p<0,05$ ), artinya terdapat perbedaan tingkat resiliensi antara masyarakat yang mengalami dampak langsung dan tidak langsung. Dari data tersebut terlihat resiliensi lebih tinggi pada masyarakat yang terkena dampak tidak langsung.

c. Usia

Tabel 17  
Tabel Uji Beda Resiliensi ditinjau dari Usia

Variabel Penelitian	Statistik Deskriptif		Uji Hipotesis		Uji homogen
	Dewasa Awal (18-40)	Dewasa Madya (41-60)	Independent Sample T-Test		Levene's Test
			Sig.(2-tailed)	t (df)	Sig.
Resiliensi	M=30,62 SD=5,705	M=33,27 SD=6,31	0,073	- 1,821 (67)	0,330

Sebelum melakukan analisis uji beda, syarat yang harus dipenuhi dengan melakukan uji homogenitas. Dari uji homogenitas didapatkan hasil  $p=0,330$  ( $p>0,05$ ) yang artinya data tersebut homogen. Hasil analisis uji beda resiliensi berdasarkan usia di dapatkan hasil bahwa bahwa tidak ada perbedaan resiliensi antara laki-laki dan perempuan karena  $p=0,073$  ( $p>0,05$ ).

#### **D. Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dan resiliensi pada masyarakat di daerah rawan bencana alam. Berdasarkan analisis korelasi yang telah dilakukan, diketahui bahwa nilai  $r = 0,360$  dengan  $p = 0,002$  ( $p<0,5$ ). 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 dan resiliensi pada masyarakat yang berada di daerah rawan bencana, 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, Tugade, Waugh, dan Larkin. (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 juga memiliki tingkat resiliensi yang baik. Keyakinan individu tentang kehidupan ini termasuk juga bahwa menjadi bagian dari masyarakat di daerah rawan bencana yang memiliki resiko tinggi akan dampak bencana adalah takdir Allah. Pada situasi tersebut individu harus tetap menjalankan kehidupannya dengan efektif sesuai aturan dan kehendak Allah dan merespon positif terhadap kejadian yang dialami sebagai wujud rasa syukurnya.

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, Bergeman, Bisconti, dan Wallace (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 mempengaruhi kemampuan resiliensi menjadi lebih baik.

Bersyukur adalah hal yang penting karena salah satu kunci agar manusia sejahtera yaitu dengan mensyukuri semua nikmat Allah dan atas semua yang diberikan. Menerima ketentuan Allah 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. Allah memiliki sifat yang Maha Pemurah lagi Maha Penyayang, ketika Allah memberikan cobaan kepada manusia karena sifat tersebut Allah juga akan memberikan kebaikan-kebaikan setelahnya. Ayat Al-Qur'an telah menjelaskan di dalamnya pada QS. Asy Syarh: 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. Hal ini mengingatkan kita bahwa sesungguhnya ketika kita bersyukur Allah mendatangkan kemampuan berupa kemudahan untuk beradaptasi, bertahan dalam kondisi yang menekan, bahkan bangkit dari keterpurukan. Bahkan dalam Al-Qur'an Allah telah berfirman dalam QS. Ibrahim ayat 7 yang artinya :

*“Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambahkan (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka pasti azab-Ku sangat berat”*

Berdasarkan ayat di atas, sesuatu yang perlu disadari adalah sesungguhnya Allah tidak membutuhkan syukur dan pujian manusia akan tetapi, spirit bersyukur memicu pertumbuhan moralitas dan sarana menerima nikmat yang lebih besar lagi. Allah telah berjanji kepada orang-orang yang bersyukur bahwa Allah akan menambah nikmat untuk hambanya yang konsisten terhadap rasa syukur tersebut. Maka tak heran jika orang yang bersyukur cenderung lebih puas dengan yang mereka miliki, dan lebih tidak rentan terhadap emosi negatif seperti kekecewaan, penyesalan, dan frustrasi (Uyun dan Trimulyaningsih, 2015). Penjelasan ini juga didukung oleh McCullough dan Emmons (2003) yang mengatakan bahwa bersyukur dapat menimbulkan ketenangan pikiran, kebahagiaan, kesehatan fisik dan hubungan pribadi lebih memuaskan. Maka sudah sepantasnya kita sebagai hamba Allah yang percaya akan kehendakNya

dapat bersyukur dengan segala kondisi yang terjadi saat ini, terlebih saat hal tidak menyenangkan menimpa.

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 resiliensi 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 dapat juga yang mempengaruhi 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.

Peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini secara keseluruhan masih terdapat beberapa kekurangan dalam pelaksanaannya, seperti jumlah subjek yang sedikit sehingga kurang mewakili gambaran keadaan masyarakat di daerah rawan bencana tersebut, selain itu pada penelitian ini juga kurangnya kemampuan peneliti dalam hal menjelaskan maksud dari isi kuisisionernya menggunakan bahasa daerah sehingga menyebabkan subjek kurang memahami apa yang dimaksud peneliti sehingga respon yang diberikan tidak sesuai dengan kenyataan dan hal tersebut juga menyebabkan beberapa informasi tidak terisi secara lengkap

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. 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. Dengan demikian hipotesis yang diajukan peneliti diterima.

#### **B. 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, diharapkan 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. Subjek dalam penelitian ini juga diharapkan dapat mengembangkan keterampilan spiritualitas terutama yang berkaitan dengan kebersyukuran dalam segala aspek kehidupan, sehingga dapat meningkatkan resiliensi apabila terjadi bencana kembali. Selain itu, masyarakat juga diharapkan

lebih terbuka dengan pengetahuan dari luar atau dari ahli terkait mitigasi bencana dan meningkatkan kualitas pendidikan untuk ketahanan-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

- Adami, A & Sulistyorini, I, R, Rr. (2008). Spiritualitas dan proactive coping pada survivor bencana gempa bumi di Bantul. *Psikologika*, 13 (25), 49-59.
- Al-Jauziah. 1998. *Madarijus salikhin*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.
- Al-Munajjid, M. B. S. (2006). *Silsilah amalan hati. ikhlas, tawakkal, optimis, takut, bersyukur, ridha, sabar, instropeksi diri, tafakur, mahabbah, taqwa, wara*. Bandung: Irsyad Baitus Salam.
- Al-Fauzan, A. B. S. (2007). *Indahnya bersyukur. Bagaimana meraihnya?*. Bandung : Marja.
- Apriyono, Arwan. (2009). Analisis penyebab tanah longsor di kalitlaga Banjarnegara. *Dinamika Rekayasa*, 5 (1), 14-18.
- Azuhra. (2014). Hubungan antara kebersyukuran dengan kebahagiaan pada penyintas erupsi merapi di Yogyakarta. *Skripsi*. Fakultas psikologi dan ilmu sosial budaya. Universitas Islam Indonesia.
- Azwar, S. (2010). *Dasar-dasar psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- BNPB. (2014). Info bencana.
- Campbell-Sills, L & Stein, M. B. (2007). Psychometric analysis and refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RIS) validation of a 10-item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress*, 20, 1019-1028. doi: 10.1002/jts
- Cal, S. F., & Santiago, M. B. (2013). Resilience in systemic lupus erythematosus. *Psychology, Health & Medicine*, 18 (5), 558-563.
- Connor, K. M & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76-82.
- Dewanto, W, & Retnowati, S. (2015). Intervensi kebersyukuran dan kesejahteraan penyandang disabilitas fisik. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology*, 1 (1), 33-47.
- 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>

- Fara, E. (2012). Resiliensi pada dewasa awal bertara belakang budaya aceh yang mengalami bencana tsaunami 2004. *Skripsi*. Fakultas psikologi. Universitas Indonesia.
- Fitria, B. (2015). Hubungan antara *prophetic parenting* dan resiliensi pada remaja. *Skripsi*. Fakultas psikologi dan ilmu sosial budaya. Universitas Islam Indonesia.
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience a review and critique of definitions, concepts, and theory. *European Psychologist*, 18 (1), 12-23, doi: 10.1027/1016-9040/a000124
- 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.
- Ghafur, W, A., Noorkamilah, & Gazali, H. (2012). *Resilience* perempuan dalam bencana alam merapi: studi di kinahrejo umbulharjo cangkringan sleman yogyakarta. *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*, 1 (1), 43-68.
- 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.
- Habibah, R., Lestari, D, S., Oktaviana, S, O., & Nashori, F. (2018). Resiliensi pada penyintas banjir ditinjau dari tawakal dan kecerdasan emosi. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 1 (1), 29-36, doi: 10.15575/jpib.v1i1.2108
- Hadadi, P & Besharat, M. A. (2010). Resilience, vulnerability, and mental health. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 639-642. doi: 10.1016/j.sbspro.2010.07.157
- Hambali, A., Meiza, A., & Fahmi, I. (2015). Faktor-faktor yang berperan dalam kebersyukuran (gratitude) pada orangtua anak berkebutuhan khusus perspektif psikologi islam. *Psymphatic Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2 (1), 94-101, doi: <https://doi.org/10.15575/psy.v2i1.450>
- Hayman, K, J., Kerse, N., & Consedine, N, S. (2017). Resilience in context: the special case of advanced age. *Journal 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

- Hoffman, D. L. (2015). The effects of a practice of gratitude on quality of life and depression in head and neck cancer survivors. *Disertasi*. Minneapolis : Capella University.
- Isaacson, B. (2002). *Characteristics and enhancement of resiliency in young people*. University of wisconsin-stout.
- Jimba, M., Hubbard, S., Sase, E., Suzuki, T., & Otsuka, K. (2011). Human security approaches for disaster recovery and resilience. *JMAJ*, 54 (5), 338-341.
- Lestari, F. A., & Mariyati, L. I. (2015). Resiliensi ibu yang memiliki anak down syndrome di Sidoarjo. *Psikologika*, 3 (1), 141-155.
- Listiyandini, R, A., Nathania, A., Syahniar, D., Sonia, L., & Nadya, R. (2015). Mengukur rasa syukur: pengembangan model awal skala kebersyukuran versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 2 (2), 473-496.
- 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.
- Mahfud, C. (2014). The power of syukur: tafsir kontekstual konsep syukur dalam al-qur'an. *Epistemé*, 9 (2), 378-400.
- Masykur, M, S. (2013). *Terapi bersyukur: menjadi kaya harta, bahagia ala Nabi Muhammad SAW*. Yogyakarta: messemmedia.
- Maulina. (2014). Hubungan antara kebersyukuran dengan resiliensi pada masyarakat di daerah rawan bencana Merapi. *Skripsi*. Fakultas psikologi dan ilmu sosial budaya. Universitas Islam Indonesia.
- McCullough, M, E., Emmons, R, A., & Tsang, J, A. (2002). The grateful disposition: a conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (1), 112–127. doi: 10.1037//0022-3514.82.1.112.
- McCullough, M, E., & Emmons, R, A.. (2003). Counting blessings versus burdens: an experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84 (2), 377-389.
- Mukhlis, H., & Koentjoro. (2015). Pelatihan kebersyukuran untuk menurunkan kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa SMA. *Gadjar mada Journal of Professional Psychology*, 1 (3), 203-215.
- 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

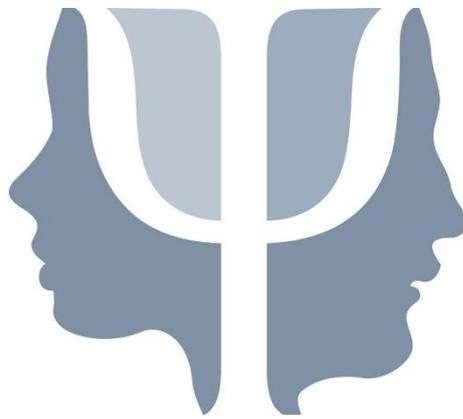
- Ong, A. D., Bergeman, C. S., Bisconti, T. L., & Wallace, K. A. (2006). Psychological resilience, positive emotions, and successful adaptation to stress in later life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91 (4), 730–749.
- Pelling, M. (2011). *Adaptation to climate change: from resilience to transformation*. London: Routledge.
- Pratama, A., Prasantiwi, N. G., & Sartika, S. (2015). Kebersyukuran dan kepuasan hidup pada tukang ojek. *Jurnal Psikologi*, 8 (1), 41-45.
- 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.
- Satria, B., & Sari, M. (2017). Tingkat resiliensi masyarakat di area rawan bencana. *Idea Nursing Journal*, 8 (2), 30-34.
- Setiawan, A & Pratitis, N. T. (2015). Religiusitas, Dukungan Sosial dan Resiliensi Korban Lumpur Lapindo Sidoarjo. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 4 (2), 137-144.
- Setyowati, A., Hartati, S., & Sawitri, D. R. (2010). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada siswa penghuni rumah damai. *Jurnal Psikologi Undip*, 7 (1), 67-77.
- Shobihah, I. F. (2014). Kebersyukuran (upaya membangun karakter bangsa melalui figur ulama). *Jurnal Dakwah*, 15 (2), 383-406.
- Suryaman, M. A., Stanislaus, S., & Mabruri, M. I. (2014). Pengaruh religiusitas terhadap resiliensi pada pasien rehabilitasi narkoba yayasan rumah damai Semarang. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 6 (2), 98-103.
- Tondobala. L. (2011). Pendekatan untuk menentukan kawasan rawan bencana di pulau Sulawesi. *Jurnal sabua*, 3 (3), 40-52.
- 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.
- Tedjo, A. (2016, 29 Mei). 10 tahun terendam lumpur Lapindo, warga Sidoarjo masih terpuruk. <https://www.rappler.com/indonesia/134657-warga-korban-lumpur-lapindo-masih-terpuruk> diakses 17 April 2017 pukul 20:45 WIB.

- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotion to bounce back from negative emotional experiences. *J pers soc psychol*, 86 (2), 320-333, doi: 10.1037/0022-3514.86.2.320
- Uyun, Q., & Trimulyaningsih, N. (2015). Kebersyukuran dan kesehatan mental : studi meta-analisis. *Jurnal psikologi klinis Indonesia*. Vol 1 (1), 43-57.
- Yates, T. M., Tyrell, F. A., dan Masten, A. S. (2015). *Resilience theory and the practice of positive psychology from individuals to societies*. New Jersey : John Wiley & Sons, Inc.
- Yu, X. & Zhang, J. 2007. Factor Analysis and Psychometric Evaluation of The Connor-Davidson Resilience Scale (CDRI-SC) With Chinese People. *Journal Behavior and Personality*.35 (1), 19-30
- Yuniar, I. G. A. A. Y., Nurtjahjanti, H., & Rusmawati, D. (2011). Hubungan antara kepuasan kerja dan resiliensi dengan organizational citizenship behavior (ocb) pada karyawan kantor pusat pt. bpd bali. *Jurnal psikologi Undip*, 9 (1), 11-20.

## LAMPIRAN

LAMPIRAN 1. SKALA SEBELUM UJI COBA

# KUISONER



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

2018

## PENGANTAR

*Assalamu'alaikum warahmatullohi wabarakatuh*

Bapak/Ibu/Saudara yang kami hormati dan sayangi. Sehubungan dengan adanya penelitian yang dilakukan maka perkenankan kami untuk belajar dari pengalaman Bapak/Ibu/Saudara ketika menjalani hidup dan menyelesaikan suatu permasalahan yang mengganggu. Bagaimana pikiran-pikiran, perasaan-perasaan, dan sikap-sikap yang muncul ketika Bapak/Ibu/Saudara melakukan aktivitas dan menghadapi permasalahan-permasalahan terkait kehidupan, dan bagaimana Bapak/Ibu/Saudara menanggapi setiap peristiwa dalam kehidupan sehari-hari.

Jawab-jawaban yang Bapak/Ibu/Saudara berikan merupakan informasi yang sangat berharga dan karenanya Bapak/Ibu/Saudara tidak perlu ragu untuk menjawab sesuai dengan keadaan yang sebenarnya. Kerahasiaan jawaban Bapak/Ibu/Saudara dijamin dan dijunjung tinggi oleh etika akademik penelitian kami.

Terimakasih atas kesediaan, kesungguhan, dan kejujuran Bapak/Ibu/Saudara dalam menjawab setiap pertanyaan. Mudah-mudahan Allah SWT membalas kebaikan Bapak/Ibu/Saudara dengan kebaikan yang lebih banyak dan kemuliaan yang lebih tinggi, amin.

*Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh*

Hormat kami,

Rahma Tri Estria

IDENTITAS DIRI

Nama :  
Jenis kelamin :  
Usia :  
Pekerjaan :  
Status pernikahan :  
Paparan dampak : langsung / tidak langsung

Dengan ini saya menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian dan menjawab semua pertanyaan penelitian sesuai dengan keadaan diri saya sejujurnya.

Banjarnegara, 2018

---

Responden

Petunjuk Pengisian Kuisioner

Berilah tanda silang (X) pada pilihan jawaban yang tersedia untuk setiap pertanyaan yang diajukan. Silanglah :

1. Jika Anda TIDAK PERNAH merasakan, meyakini, dan atau melakukan hal tersebut.
2. Jika Anda JARANG merasakan, meyakini, dan atau melakukan hal tersebut.
3. Jika Anda KADANG-KADANG merasakan, meyakini, dan atau melakukan hal tersebut.
4. Jika Anda SERING merasakan, meyakini, dan atau melakukan hal tersebut
5. Jika Anda SELALU merasakan, meyakini, dan atau melakukan hal tersebut.

Contoh :

1. Apakah Anda menyapa orang lain terlebih dahulu ketika bertemu?  
(Jika selama ini Anda SERING menyapa orang lain terlebih dahulu ketika bertemu, maka silanglah pilihan berikut)

1	2	3	<del>4</del>	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut ini sesuai dengan contoh diatas.

BAGIAN A

1. Saya mengerjakan sholat lima waktu sebagai wujud syukur kepada Allah

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

2. Saya bersyukur atas sedikit nikmat yang saya dapatkan.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

3. Saya mengucapkan “Alhamdulillah” ketika memperoleh nikmat atau kebaikan

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

4. Saya merasa Allah SWT tidak memberikan nikmat apapun

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

5. Saya tidak melakukan dzikir sesudah sholat untuk memuji Allah.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

6. Saya merasa semua yang saya miliki merupakan hasil kerja keras saya.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

7. Menurut saya, Allah tidak adil dalam membagi rezeki manusia.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

8. Saya yakin udara yang saya hirup adalah nikmat dari Allah SWT.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

9. Saya menyempatkan diri membaca Al-Qur'an untuk mensyukuri nikmat Allah.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

10. Musibah yang saya alami membuat saya semakin dekat dengan Allah.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

11. Saya tidak mengerjakan sholat lima waktu.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

12. Kenikmatan yang saya dapatkan merupakan karunia dan kemurahan dari Allah SWT.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

13. Saya tidak menyempatkan diri untuk membaca Al-Qur'an.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

14. Menurut saya Allah Maha Pemurah.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

15. Saya melakukan dzikir sesudah sholat untuk memuji Allah.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

BAGIAN B

1. Saya mampu menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi dalam situasi apapun.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

2. Saya mampu mengambil tindakan atau langkah tertentu setiap kali dihadapkan pada permasalahan.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

3. Saya mampu melihat permasalahan yang dihadapi dari sisi yang dapat membuat saya tertawa.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

4. Keberhasilan mengatasi stres mampu membuat saya lebih kuat.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

5. Saya cenderung mudah untuk bangkit kembali dengan cepat setelah mengalami masa-masa sulit.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

6. Saya mampu menyelesaikan berbagai tujuan dengan berhasil, meskipun dihadapkan pada berbagai hambatan atau kesulitan.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

7. Saya mampu untuk tetap memusatkan perhatian atau minat saya, meskipun berada dalam kondisi di bawah tekanan.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

8. Kegagalan yang saya alami mudah membuat saya menjadi tidak bersemangat untuk melakukan sesuatu.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

9. Saya memandang diri saya sebagai pribadi yang memiliki pendirian yang kuat, tegas, dan patang menyerah.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

10. Saya mampu mengatasi perasaan-perasaan marah.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

LAMPIRAN 2. TABULASI DATA RESILIENSI SEBELUM  
GUGUR

Subjek	aitem									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	3	3	2	4	3	2	3	4	2	3
2	3	2	1	2	2	3	2	3	2	2
3	5	3	1	3	3	3	2	3	3	4
4	3	2	2	2	3	5	3	2	2	2
5	4	2	2	3	2	3	3	3	1	4
6	4	4	4	4	3	3	4	2	3	3
7	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3
8	5	3	5	5	4	5	5	3	4	5
9	5	5	5	5	5	5	5	3	4	5
10	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3
11	5	3	3	5	5	5	3	2	5	5
12	3	3	1	3	2	2	3	4	3	3
13	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3
14	4	4	3	4	5	4	5	2	4	2
15	3	2	1	3	2	2	3	4	3	3
16	5	4	4	5	5	5	5	1	4	4
17	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3
18	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2
19	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4
20	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3
21	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3
22	3	3	2	4	2	3	2	3	3	3

23	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3
24	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
25	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3
26	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4
27	3	3	3	3	3	3	2	2	2	4
28	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
29	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
30	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
31	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3
32	3	4	1	5	3	4	5	5	5	2
33	3	3	1	4	4	4	3	5	2	3
34	4	4	4	3	5	3	4	3	5	5
35	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3
36	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3
37	4	3	2	4	3	2	3	3	2	4
38	5	4	5	5	5	4	2	1	5	4
39	5	3	3	5	5	5	3	2	5	5
40	5	5	5	5	3	4	4	2	5	3
41	5	5	5	4	3	4	4	2	5	3
42	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4
43	2	4	3	4	3	2	3	2	3	4
44	5	5	1	5	5	1	4	3	5	3
45	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3

46	4	4	4	5	5	4	4	4	5	5
47	5	4	4	5	5	5	4	3	4	4
48	5	3	5	5	5	5	5	1	5	4
49	5	4	5	5	2	2	3	2	5	5
50	5	5	3	5	4	5	5	5	4	3
51	4	3	4	5	5	3	1	5	3	5
52	5	5	5	5	4	4	3	5	5	3
53	3	4	3	4	4	5	5	5	5	2
54	5	5	3	5	4	4	5	5	4	2
55	4	4	3	4	4	3	3	3	5	2
56	4	4	3	4	4	3	3	3	5	2
57	3	3	4	3	3	4	3	2	4	4
58	3	3	4	3	3	4	3	2	4	4
59	5	3	4	4	5	3	4	4	5	5
60	5	3	4	4	5	3	4	4	5	5
61	5	5	5	5	4	3	4	1	5	5
62	5	3	3	4	5	4	4	3	5	4
63	5	3	3	4	5	4	4	3	5	4
64	5	2	4	5	4	3	3	2	4	5
65	4	4	3	4	4	3	3	3	5	2
66	4	4	3	3	4	4	4	2	4	3
67	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3
68	2	3	2	2	2	3	1	4	1	3

69	3	3	2	4	3	3	2	3	3	2
----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

LAMPIRAN 3. TABULASI DATA RESILIENSI SETELAH  
GUGUR

Sub jek	aitem								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	3	3	2	4	3	2	3	2	3
2	3	2	1	2	2	3	2	2	2
3	5	3	1	3	3	3	2	3	4
4	3	2	2	2	3	5	3	2	2
5	4	2	2	3	2	3	3	1	4
6	4	4	4	4	3	3	4	3	3
7	4	4	4	4	3	4	4	4	3
8	5	3	5	5	4	5	5	4	5
9	5	5	5	5	5	5	5	4	5
10	4	4	4	4	4	3	4	3	3
11	5	3	3	5	5	5	3	5	5
12	3	3	1	3	2	2	3	3	3
13	4	4	4	4	4	3	3	4	3
14	4	4	3	4	5	4	5	4	2
15	3	2	1	3	2	2	3	3	3
16	5	4	4	5	5	5	5	4	4
17	4	3	3	4	3	3	4	3	3
18	3	3	3	2	3	3	3	3	2

19	4	4	3	3	3	3	3	4	4
20	3	3	3	4	3	3	3	3	3
21	3	3	3	5	3	3	3	3	3
22	3	3	2	4	2	3	2	3	3
23	3	3	3	3	3	3	3	3	3
24	3	3	3	3	3	3	3	3	3
25	4	3	3	3	4	4	3	3	3
26	4	3	4	3	4	3	3	3	4
27	3	3	3	3	3	3	2	2	4
28	3	3	3	3	3	3	3	3	3
29	3	3	3	3	3	3	3	3	3
30	3	3	3	3	3	3	3	3	3
31	3	3	4	3	2	3	3	3	3
32	3	4	1	5	3	4	5	5	2
33	3	3	1	4	4	4	3	2	3
34	4	4	4	3	5	3	4	5	5
35	3	3	3	3	3	3	4	3	3
36	3	3	2	3	2	3	3	3	3
37	4	3	2	4	3	2	3	2	4
38	5	4	5	5	5	4	2	5	4
39	5	3	3	5	5	5	3	5	5
40	5	5	5	5	3	4	4	5	3
41	5	5	5	4	3	4	4	5	3

42	4	4	3	4	3	3	3	4	4
43	2	4	3	4	3	2	3	3	4
44	5	5	1	5	5	1	4	5	3
45	3	3	3	3	3	4	3	3	3
46	4	4	4	5	5	4	4	5	5
47	5	4	4	5	5	5	4	4	4
48	5	3	5	5	5	5	5	5	4
49	5	4	5	5	2	2	3	5	5
50	5	5	3	5	4	5	5	4	3
51	4	3	4	5	5	3	1	3	5
52	5	5	5	5	4	4	3	5	3
53	3	4	3	4	4	5	5	5	2
54	5	5	3	5	4	4	5	4	2
55	4	4	3	4	4	3	3	5	2
56	4	4	3	4	4	3	3	5	2
57	3	3	4	3	3	4	3	4	4
58	3	3	4	3	3	4	3	4	4
59	5	3	4	4	5	3	4	5	5
60	5	3	4	4	5	3	4	5	5
61	5	5	5	5	4	3	4	5	5
62	5	3	3	4	5	4	4	5	4
63	5	3	3	4	5	4	4	5	4
64	5	2	4	5	4	3	3	4	5

65	4	4	3	4	4	3	3	5	2
66	4	4	3	3	4	4	4	4	3
67	2	2	3	3	2	3	2	2	3
68	2	3	2	2	2	3	1	1	3
69	3	3	2	4	3	3	2	3	2

LAMPIRAN 4. TABULASI DATA KEBERSYUKURAN  
SEBELUM GUGUR

subj ek	aitem														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	1	1	1	1
1	5	5	4	5	5	4	5	4	3	4	5	4	3	4	4
2	3	4	5	5	3	3	5	4	3	5	3	4	3	4	3
3	5	3	4	5	2	5	5	3	3	5	5	3	3	5	3
4	5	3	4	5	4	3	4	4	3	5	4	4	3	5	4
5	5	3	5	5	5	3	4	5	3	4	4	3	3	4	4
6	4	4	4	5	5	2	5	4	4	4	5	4	5	4	4
7	4	4	4	5	4	1	5	5	4	4	4	5	4	5	4
8	4	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	3	5	3
9	3	5	5	5	3	5	5	5	2	5	5	5	4	5	3
10	4	5	4	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5
11	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5
12	5	5	2	5	5	3	5	5	3	5	5	5	3	5	5
13	5	4	4	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	4
14	5	4	4	5	1	2	5	4	1	5	5	3	3	3	5
15	3	5	2	5	5	3	5	5	3	5	5	5	3	5	5
16	5	5	5	5	5	1	5	5	5	4	4	5	5	5	5
17	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
18	4	3	4	2	3	3	4	4	2	3	4	4	3	1	3
19	5	5	5	5	3	1	5	5	3	5	3	4	3	5	3
20	5	5	5	5	3	3	5	5	3	3	5	5	3	5	3
21	5	5	5	5	3	4	5	5	3	5	5	5	3	5	5
22	5	5	5	1	2	3	5	5	3	5	5	5	3	5	3
23	4	5	5	3	3	3	4	5	4	5	4	4	4	5	4
24	4	5	4	4	5	4	4	5	3	4	4	4	4	5	5
25	5	4	5	5	1	4	5	5	5	5	4	5	4	5	5
26	5	4	5	4	5	4	5	5	4	5	4	5	4	5	5
27	5	5	5	5	4	3	3	5	5	5	1	5	4	5	4
28	5	5	5	5	2	3	5	5	3	3	2	5	3	5	3
29	5	5	5	5	2	3	5	5	3	3	4	5	3	5	3
30	5	5	5	5	3	3	5	5	3	4	5	5	3	5	4
31	5	5	5	5	3	3	5	5	3	3	5	5	3	5	4
32	5	5	5	5	5	1	5	5	4	5	4	5	4	5	5
33	5	5	5	5	5	4	5	5	3	5	4	5	4	5	5
34	5	4	5	5	5	1	5	5	1	4	1	5	5	5	4
35	4	3	3	5	4	4	5	3	3	3	4	5	3	5	4
36	5	4	5	5	5	3	5	5	4	4	5	5	5	5	5
37	5	5	5	5	1	5	5	5	3	5	5	5	3	5	3
38	5	5	5	5	3	2	5	4	2	5	1	5	3	5	5

39	5	5	5	5	5	1	5	5	4	5	5	5	3	5	5
40	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5
41	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5
42	4	4	4	4	4	2	4	5	4	4	4	5	2	5	3
43	4	4	4	4	3	4	4	5	3	5	4	5	4	5	4
44	2	5	3	1	3	5	5	5	3	5	3	5	3	5	3
45	5	5	5	3	1	2	1	5	4	4	4	4	3	5	3
46	5	5	5	5	1	1	5	5	3	5	1	5	3	5	5
47	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5
48	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5
49	3	4	5	5	4	4	5	5	2	5	4	5	4	5	2
50	4	5	4	5	5	1	5	4	4	3	1	3	4	5	4
51	4	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5
52	2	5	5	5	3	1	5	5	1	3	3	5	3	5	2
53	3	4	4	5	2	1	5	4	4	3	3	4	3	4	4
54	4	4	4	5	4	2	5	4	3	5	5	5	5	5	4
55	3	5	4	3	2	3	3	5	1	3	3	3	5	3	2
56	3	5	4	3	2	3	3	5	1	3	3	3	5	3	2
57	5	5	4	1	2	2	5	4	3	5	5	3	3	4	5
58	5	5	4	5	2	2	5	4	3	5	5	4	3	4	5
59	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5
60	5	5	5	5	5	1	5	5	3	5	5	5	5	5	5
61	5	5	5	5	3	1	5	5	3	5	5	5	3	5	4
62	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5
63	5	5	5	5	5	1	5	5	2	5	5	5	4	5	5
64	5	5	5	5	4	5	5	5	2	4	5	5	4	5	4
65	3	4	4	3	2	3	3	5	1	3	3	3	5	3	2
66	4	5	5	5	3	3	5	5	3	5	3	5	3	5	3
67	5	3	4	5	4	3	5	5	3	4	4	5	3	5	3
68	3	3	4	5	4	5	5	5	3	2	3	4	4	5	3
69	2	3	4	5	3	1	5	5	2	3	4	5	4	5	2

LAMPIRAN 5. TABULASI DATA KEBERSYUKURAN  
SETELAH GUGUR

su bje k	aitem														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
1	5	5	4	5	5	5	4	3	4	5	4	3	4	4	
2	3	4	5	5	3	5	4	3	5	3	4	3	4	3	
3	5	3	4	5	2	5	3	3	5	5	3	3	5	3	
4	5	3	4	5	4	4	4	3	5	4	4	3	5	4	
5	5	3	5	5	5	4	5	3	4	4	3	3	4	4	
6	4	4	4	5	5	5	4	4	4	5	4	5	4	4	
7	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	5	4	5	4	
8	4	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	3	5	3	
9	3	5	5	5	3	5	5	2	5	5	5	4	5	3	
10	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
11	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
12	5	5	2	5	5	5	5	3	5	5	5	3	5	5	
13	5	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	4	
14	5	4	4	5	1	5	4	1	5	5	3	3	3	5	
15	3	5	2	5	5	5	5	3	5	5	5	3	5	5	
16	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	
17	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
18	4	3	4	2	3	4	4	2	3	4	4	3	1	3	
19	5	5	5	5	3	5	5	3	5	3	4	3	5	3	
20	5	5	5	5	3	5	5	3	3	5	5	3	5	3	
21	5	5	5	5	3	5	5	3	5	5	5	3	5	5	
22	5	5	5	1	2	5	5	3	5	5	5	3	5	3	
23	4	5	5	3	3	4	5	4	5	4	4	4	5	4	
24	4	5	4	4	5	4	5	3	4	4	4	4	5	5	
25	5	4	5	5	1	5	5	5	5	4	5	4	5	5	
26	5	4	5	4	5	5	5	4	5	4	5	4	5	5	
27	5	5	5	5	4	3	5	5	5	1	5	4	5	4	
28	5	5	5	5	2	5	5	3	3	2	5	3	5	3	
29	5	5	5	5	2	5	5	3	3	4	5	3	5	3	
30	5	5	5	5	3	5	5	3	4	5	5	3	5	4	
31	5	5	5	5	3	5	5	3	3	5	5	3	5	4	
32	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	5	
33	5	5	5	5	5	5	5	3	5	4	5	4	5	5	
34	5	4	5	5	5	5	5	1	4	1	5	5	5	4	
35	4	3	3	5	4	5	3	3	3	4	5	3	5	4	
36	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	
37	5	5	5	5	1	5	5	3	5	5	5	3	5	3	
38	5	5	5	5	3	5	4	2	5	1	5	3	5	5	

39	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	3	5	5
40	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
41	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
42	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5	2	5	3
43	4	4	4	4	3	4	5	3	5	4	5	4	5	4	4
44	2	5	3	1	3	5	5	3	5	3	5	3	5	3	3
45	5	5	5	3	1	1	5	4	4	4	4	4	3	5	3
46	5	5	5	5	1	5	5	3	5	1	5	3	5	5	5
47	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
48	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
49	3	4	5	5	4	5	5	2	5	4	5	4	5	2	2
50	4	5	4	5	5	5	4	4	3	1	3	4	5	4	4
51	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
52	2	5	5	5	3	5	5	1	3	3	5	3	5	2	2
53	3	4	4	5	2	5	4	4	3	3	4	3	4	4	4
54	4	4	4	5	4	5	4	3	5	5	5	5	5	4	4
55	3	5	4	3	2	3	5	1	3	3	3	5	3	2	2
56	3	5	4	3	2	3	5	1	3	3	3	5	3	2	2
57	5	5	4	1	2	5	4	3	5	5	3	3	4	5	5
58	5	5	4	5	2	5	4	3	5	5	4	3	4	5	5
59	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
60	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5
61	5	5	5	5	3	5	5	3	5	5	5	3	5	4	4
62	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
63	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	5	4	5	5	5
64	5	5	5	5	4	5	5	2	4	5	5	4	5	4	4
65	3	4	4	3	2	3	5	1	3	3	3	5	3	2	2
66	4	5	5	5	3	5	5	3	5	3	5	3	5	3	3
67	5	3	4	5	4	5	5	3	4	4	5	3	5	3	3
68	3	3	4	5	4	5	5	3	2	3	4	4	5	3	3
69	2	3	4	5	3	5	5	2	3	4	5	4	5	2	2

LAMPIRAN 6. HASIL RELIABILITAS DAN VALIDITAS  
SKALA RESILIENSI SEBELUM GUGUR

---

**Reliability Statistics**


---

Cronbach's		
Alpha Based on		
Cronbach's	Standardized	
Alpha	Items	N of Items
,818	,822	10

---



---

**Item-Total Statistics**


---

	Scale Mean if	Scale Variance if	Corrected Item-	Squared Multiple	Cronbach's
	Item Deleted	Item Deleted	Total Correlation	Correlation	Alpha if Item
					Deleted
aitem B no 1	30,8406	27,783	,758	,654	,775
aitem B no 2	31,2754	30,408	,550	,565	,799
aitem B no 3	31,5362	28,370	,532	,529	,799
aitem B no 4	30,8551	28,243	,715	,560	,780
aitem B no 5	31,1594	27,401	,719	,586	,777
aitem B no 6	31,2899	30,915	,429	,373	,809
aitem B no 7	31,3623	29,470	,556	,436	,796
aitem B no 8	31,7391	36,843	-,152	,196	,867
aitem B no 9	31,0435	26,513	,725	,618	,775
aitem B no 10	31,2899	31,562	,326	,504	,820

---

LAMPIRAN 7. HASIL RELIABILITAS DAN VALIDITAS  
SKALA RESILIENSI SETELAH GUGUR

---

**Reliability Statistics**


---

Cronbach's Alpha Based on Standardized		
Cronbach's Alpha	Items	N of Items
,867	,867	9

---



---

**Item-Total Statistics**


---

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem15	27,8696	28,350	,778	,650	,836
aitem16	28,3043	31,303	,536	,558	,858
aitem17	28,5652	28,426	,597	,482	,854
aitem18	27,8841	29,104	,702	,551	,844
aitem19	28,1884	28,214	,711	,579	,842
aitem20	28,3188	31,603	,439	,373	,866
aitem21	28,3913	30,301	,549	,436	,857
aitem22	28,0725	27,098	,739	,615	,838
aitem23	28,3188	31,956	,365	,503	,874

---

LAMPIRAN 8. HASIL RELIABILITAS DAN VALIDITAS  
SKALA KEBERSYUKURAN SEBELUM GUGU

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha Based on Standardized		
Cronbach's Alpha	Items	N of Items
,734	,772	15

**Inter-Item Correlation Matrix**

	aitem A no 1	aitem A no 2	aitem A no 3	aitem A no 4	aitem A no 5	aitem A no 6	aitem A no 7	aitem A no 8	aitem A no 9	aitem A no 10	aitem A no 11	aitem A no 12	aitem A no 13	aitem A no 14	aitem A no 15
aitem A no 1	1,000	,206	,392	,245	,142	-,134	,135	,017	,382	,366	,246	,178	-,006	,230	,588
aitem A no 2	,206	1,000	,307	-,043	,042	-,201	,044	,423	,193	,318	,075	,256	,112	,253	,284
aitem A no 3	,392	,307	1,000	,212	-,016	-,182	,057	,359	,203	,186	-,030	,261	,174	,236	,074
aitem A no 4	,245	-,043	,212	1,000	,354	-,163	,415	,008	,216	,068	,062	,343	,118	,415	,284
aitem A no 5	,142	,042	-,016	,354	1,000	-,176	,292	,172	,425	,179	,239	,328	,465	,307	,455
aitem A no 6	-,134	-,201	-,182	-,163	-,176	1,000	-,067	-,071	-,238	-,061	,099	-,061	-,236	-,022	-,302
aitem A no 7	,135	,044	,057	,415	,292	-,067	1,000	-,103	,150	,227	,249	,430	-,020	,348	,347
aitem A no 8	,017	,423	,359	,008	,172	-,071	-,103	1,000	,141	,072	,042	,456	,263	,324	-,007
aitem A no 9	,382	,193	,203	,216	,425	-,238	,150	,141	1,000	,347	,264	,346	,316	,422	,563
aitem A no 10	,366	,318	,186	,068	,179	-,061	,227	,072	,347	1,000	,305	,291	,065	,326	,527
aitem A no 11	,246	,075	-,030	,062	,239	,099	,249	,042	,264	,305	1,000	,179	,120	,070	,290
aitem A no 12	,178	,256	,261	,343	,328	-,061	,430	,456	,346	,291	,179	1,000	,080	,641	,265
aitem A no 13	-,006	,112	,174	,118	,465	-,236	-,020	,263	,316	,065	,120	,080	1,000	,027	,261
aitem A no 14	,230	,253	,236	,415	,307	-,022	,348	,324	,422	,326	,070	,641	,027	1,000	,264
aitem A no 15	,588	,284	,074	,284	,455	-,302	,347	-,007	,563	,527	,290	,265	,261	,264	1,000

LAMPIRAN 9. HASIL RELIABILITAS DAN VALIDITAS  
SKALA KEBERSYUKURAN SETELAH GUGUR

---

**Reliability Statistics**


---

Cronbach's Alpha Based on Standardized		
Cronbach's Alpha	Items	N of Items
,803	,809	14

---



---

**Item-Total Statistics**


---

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem1	55,6667	39,196	,457	,566	,789
aitem2	55,5217	41,783	,304	,350	,799
aitem3	55,5507	41,869	,293	,460	,800
aitem4	55,4928	39,165	,384	,389	,795
aitem5	56,4058	35,156	,509	,480	,786
aitem6	55,3478	41,024	,386	,449	,794
aitem7	55,3043	43,038	,270	,513	,801
aitem8	56,7971	35,517	,597	,489	,775
aitem9	55,6957	39,332	,470	,412	,788
aitem10	55,9710	39,087	,313	,244	,804
aitem11	55,4783	39,724	,550	,583	,784
aitem12	56,2754	40,791	,304	,402	,800
aitem13	55,3478	39,789	,531	,558	,785
aitem14	56,0870	36,081	,654	,705	,770

---

LAMPIRAN 10. HASIL UJI DESKRIPTIF RESPONDEN  
PENELITIAN

**jenis kelamin**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	laki-laki	34	49,3	49,3	49,3
	perempuan	35	50,7	50,7	100,0
	Total	69	100,0	100,0	

**dampak yang dialami responden**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	langsung	37	53,6	53,6	53,6
	tidak langsung	32	46,4	46,4	100,0
	Total	69	100,0	100,0	

**kategori usia**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	usia 18-40	40	58,0	58,0	58,0
	usia 41-60	29	42,0	42,0	100,0
	Total	69	100,0	100,0	

LAMPIRAN 11. HASIL UJI DESKRIPTIF DATA PENELITIAN

<b>Statistics</b>			
		total_skala_kebe	total_skala_resili
		rsyukuran	ensi
N	Valid	69	69
	Missing	0	0
Mean		60,0725	34,7681
Std. Error of Mean		,80766	,75890
Median		60,0000	35,0000
Mode		70,00	30,00 <sup>a</sup>
Std. Deviation		6,70890	6,30393
Minimum		44,00	21,00
Maximum		70,00	47,00
Sum		4145,00	2399,00
Percentiles	20	54,0000	29,0000
	40	59,0000	32,0000
	60	61,0000	36,0000
	80	67,0000	40,0000

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

<b>total_skala_kebersyukuran</b>					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	44,00	2	2,9	2,9	2,9
	45,00	2	2,9	2,9	5,8
	51,00	1	1,4	1,4	7,2
	52,00	4	5,8	5,8	13,0
	53,00	2	2,9	2,9	15,9
	54,00	4	5,8	5,8	21,7
	56,00	3	4,3	4,3	26,1
	57,00	3	4,3	4,3	30,4
	58,00	6	8,7	8,7	39,1
	59,00	5	7,2	7,2	46,4
	60,00	5	7,2	7,2	53,6
	61,00	5	7,2	7,2	60,9

62,00	2	2,9	2,9	63,8
63,00	5	7,2	7,2	71,0
64,00	1	1,4	1,4	72,5
65,00	2	2,9	2,9	75,4
66,00	2	2,9	2,9	78,3
67,00	3	4,3	4,3	82,6
68,00	3	4,3	4,3	87,0
69,00	1	1,4	1,4	88,4
70,00	8	11,6	11,6	100,0
<b>Total</b>	<b>69</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	

<b>total skala resiliensi</b>					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	21,00	1	1,4	1,4	1,4
	22,00	1	1,4	1,4	2,9
	24,00	1	1,4	1,4	4,3
	25,00	2	2,9	2,9	7,2
	27,00	2	2,9	2,9	10,1
	28,00	5	7,2	7,2	17,4
	29,00	2	2,9	2,9	20,3
	30,00	8	11,6	11,6	31,9
	31,00	1	1,4	1,4	33,3
	32,00	5	7,2	7,2	40,6
	33,00	2	2,9	2,9	43,5
	34,00	3	4,3	4,3	47,8
	35,00	6	8,7	8,7	56,5
	36,00	4	5,8	5,8	62,3
	37,00	3	4,3	4,3	66,7
	38,00	1	1,4	1,4	68,1
	39,00	2	2,9	2,9	71,0
	40,00	8	11,6	11,6	82,6
	42,00	2	2,9	2,9	85,5

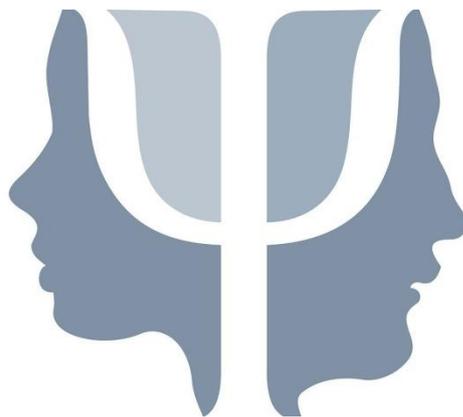
---

43,00	4	5,8	5,8	91,3
44,00	2	2,9	2,9	94,2
46,00	2	2,9	2,9	97,1
47,00	2	2,9	2,9	100,0
Total	69	100,0	100,0	

---

LAMPIRAN 12. SKALA SETELAH UJI COBA

# KUISONER



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

YOGYAKARTA

2018

## PENGANTAR

*Assalamu'alaikum warahmatullohi wabarakatuh*

Bapak/Ibu/Saudara yang kami hormati dan sayangi. Sehubungan dengan adanya penelitian yang dilakukan maka perkenankan kami untuk belajar dari pengalaman Bapak/Ibu/Saudara ketika menjalani hidup dan menyelesaikan suatu permasalahan yang mengganggu. Bagaimana pikiran-pikiran, perasaan-perasaan, dan sikap-sikap yang muncul ketika Bapak/Ibu/Saudara melakukan aktivitas dan menghadapi permasalahan-permasalahan terkait kehidupan, dan bagaimana Bapak/Ibu/Saudara menanggapi setiap peristiwa dalam kehidupan sehari-hari.

Jawab-jawaban yang Bapak/Ibu/Saudara berikan merupakan informasi yang sangat berharga dan karenanya Bapak/Ibu/Saudara tidak perlu ragu untuk menjawab sesuai dengan keadaan yang sebenarnya. Kerahasiaan jawaban Bapak/Ibu/Saudara dijamin dan dijunjung tinggi oleh etika akademik penelitian kami.

Terimakasih atas kesediaan, kesungguhan, dan kejujuran Bapak/Ibu/Saudara dalam menjawab setiap pertanyaan. Mudah-mudahan Allah SWT membalas kebaikan Bapak/Ibu/Saudara dengan kebaikan yang lebih banyak dan kemuliaan yang lebih tinggi, amin.

*Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh*

Hormat kami,

Rahma Tri Estria

## IDENTITAS DIRI

Nama :

Jenis kelamin :

Usia :

Pekerjaan :

Status pernikahan :

Paparan dampak : langsung / tidak langsung

Dengan ini saya menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian dan menjawab semua pertanyaan penelitian sesuai dengan keadaan diri saya sejujurnya.

Banjarnegara, 2018

---

Responden

Petunjuk Pengisian Kuisioner

Berilah tanda silang (X) pada pilihan jawaban yang tersedia untuk setiap pertanyaan yang diajukan. Silanglah :

1. Jika Anda TIDAK PERNAH merasakan, meyakini, dan atau melakukan hal tersebut.
2. Jika Anda JARANG merasakan, meyakini, dan atau melakukan hal tersebut.
3. Jika Anda KADANG-KADANG merasakan, meyakini, dan atau melakukan hal tersebut.
4. Jika Anda SERING merasakan, meyakini, dan atau melakukan hal tersebut
5. Jika Anda SELALU merasakan, meyakini, dan atau melakukan hal tersebut.

Contoh :

1. Apakah Anda menyapa orang lain terlebih dahulu ketika bertemu?  
(Jika selama ini Anda SERING menyapa orang lain terlebih dahulu ketika bertemu, maka silanglah pilihan berikut)

1	2	3	<del>4</del>	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut ini sesuai dengan contoh diatas.

BAGIAN A

1. Saya mengerjakan sholat lima waktu sebagai wujud syukur kepada Allah

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

2. Saya bersyukur atas sedikit nikmat yang saya dapatkan.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

3. Saya mengucapkan “Alhamdulillah” ketika memperoleh nikmat atau kebaikan

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

4. Saya merasa Allah SWT tidak memberikan nikmat apapun

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

5. Saya tidak melakukan dzikir sesudah sholat untuk memuji Allah.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

6. Menurut saya, Allah tidak adil dalam membagi rezeki manusia.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

7. Saya yakin udara yang saya hirup adalah nikmat dari Allah SWT.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

8. Saya menyempatkan diri membaca Al-Qur'an untuk mensyukuri nikmat Allah.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

9. Musibah yang saya alami membuat saya semakin dekat dengan Allah.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

10. Saya tidak mengerjakan sholat lima waktu.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

11. Kenikmatan yang saya dapatkan merupakan karunia dan kemurahan dari Allah SWT.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

12. Saya tidak menyempatkan diri untuk membaca Al-Qur'an.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

13. Menurut saya Allah Maha Pemurah.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

14. Saya melakukan dzikir sesudah sholat untuk memuji Allah.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

#### BAGIAN B

1. Saya mampu menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi dalam situasi apapun.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

2. Saya mampu mengambil tindakan atau langkah tertentu setiap kali dihadapkan pada permasalahan.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

3. Saya mampu melihat permasalahan yang dihadapi dari sisi yang dapat membuat saya tertawa.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

4. Keberhasilan mengatasi stres mampu membuat saya lebih kuat.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

5. Saya cenderung mudah untuk bangkit kembali dengan cepat setelah mengalami masa-masa sulit.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

6. Saya mampu menyelesaikan berbagai tujuan dengan berhasil, meskipun dihadapkan pada berbagai hambatan atau kesulitan.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

7. Saya mampu untuk tetap memusatkan perhatian atau minat saya, meskipun berada dalam kondisi di bawah tekanan.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

8. Saya memandang diri saya sebagai pribadi yang memiliki pendirian yang kuat, tegas, dan patang menyerah.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

9. Saya mampu mengatasi perasaan-perasaan marah.

1	2	3	4	5
Tidak Pernah	Jarang	Kadang- Kadang	Sering	Selalu

LAMPIRAN 13. TOTAL SKOR SKALA KEBERSYUKURAN  
DAN RESILIENSI

SUBJEK	T-SCORE KEBERSYUKURAN	T-SCORE RESILIENSI
1	60	25
2	54	19
3	54	27
4	57	24
5	57	24
6	61	32
7	61	34
8	63	41
9	60	44
10	68	33
11	70	39
12	63	23
13	65	33
14	53	35
15	61	22
16	68	41
17	70	30
18	44	25
19	59	31
20	60	28
21	64	29
22	57	25
23	59	27
24	60	27
25	63	30
26	65	31
27	61	26
28	56	27
29	58	27
30	62	27
31	61	27
32	67	32
33	66	27
34	59	37
35	54	28
36	67	25
37	60	27
38	58	39
39	67	39

40	70	39
41	70	38
42	56	32
43	58	28
44	51	34
45	52	28
46	58	40
47	70	40
48	70	42
49	58	36
50	56	39
51	69	33
52	52	39
53	52	35
54	62	37
55	45	32
56	45	32
57	54	31
58	59	31
59	70	38
60	68	38
61	63	41
62	70	37
63	66	37
64	63	35
65	44	32
66	59	33
67	58	22
68	53	19
69	52	25

## LAMPIRAN 14. UJI ASUMSI

## UJI NORMALITAS

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
total_skala_kebersyukuran	,074	69	,200*	,955	69	,014
total_skala_resiliensi	,108	69	,045	,971	69	,109

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

## UJI LINEARITAS

ANOVA Table							
				Sum of		Mean	
				Squares	df	Square	F Sig.
total_skala_resiliensi	*	Between	(Combined)	864,029	20	43,201	1,263 ,249
total_skala_kebersyukuran		Groups	Linearity	313,345	1	313,345	9,164 ,004
			Deviation from Linearity	550,684	19	28,983	,848 ,643
Within Groups				1641,275	48	34,193	
Total				2505,304	68		

]

## LAMPIRAN 15. UJI HIPOTESIS

**Correlations**

			total_skala_kebe rsyukuran	total_skala_resili ensi
Spearman's rho	total_skala_kebersyukuran	Correlation Coefficient	1,000	,360**
		Sig. (1-tailed)	.	,001
		N	69	69
	total_skala_resiliensi	Correlation Coefficient	,360**	1,000
		Sig. (1-tailed)	,001	.
		N	69	69

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

LAMPIRAN 16. ANALISIS TAMBAHAN

**Group Statistics**

	jenis kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error
					Mean
total_skala_resiliensi	laki-laki	34	32,2353	6,05059	1,03767
	perempuan	35	31,2571	6,13736	1,03740

**Independent Samples Test**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
total_skala_resil iensi	Equal variances assumed	,007	,935	,66	67	,507	,97815	1,46760	-1,95120	3,90750
	Equal variances not assumed			,66	66,98	,507	,97815	1,46730	-1,95060	3,90690

**Group Statistics**

	dampak yang dialami responden	N	Mean	Std.	Std. Error
				Deviation	Mean
total_skala_resiliensi	langsung	37	30,0541	6,19115	1,01782
	tidak langsung	32	33,6875	5,38479	,95191

**Independent Samples Test**

		Levene's Test for Equality of Variance		t-test for Equality of Means				95% Confidence Interval of the Difference		
	Sig.	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
total_skala_resiliensi	Assumed Equal variance	,346	,558	-2,58	67	,012	-3,63345	1,40787	-6,44356	-,82333
	Assumed unequal variance			-2,60	66,99	,011	-3,63345	1,39358	-6,41506	-,85184

**Group Statistics**

	kategori_usia	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
total_skala_resiliensi	usia 18-40	40	30,6250	5,70509	,90205
	usia 41-60	29	33,2759	6,31832	1,17328

**Independent Samples Test**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
total_skala_resiliensi	Equal variances assumed	,965	,330	-1,821	67	,073	-2,65086	1,45579	-5,55664	,25491
	Equal variances not assumed			-56,669	56,669	,079	-2,65086	1,47996	-5,61481	,31309