

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran tempat penelitian

Tahapan awal yang harus dilalui sebelum melakukan penelitian dilakukan adalah mengerti tempat dilakukannya penelitian dan mempersiapkan apa saja yang berkaitan dengan kelangsungan penelitian. Penelitian mengenai hubungan antara harapan dan *self efficacy* dengan resiliensi keluarga pada masa pandemi COVID-19. Penelitian ini dilaksanakan di perkampungan yang menjadi aktivitas warga sehari-hari seperti kampung di kelurahan wonokusumo, pegirian, dan sidotopo, ampel dan tempat umum disekitar kecamatan semampir, Penelitian ini dilaksanakan ketika wabah pandemi COVID-19, demi keamanan Peneliti menerapkan protokol kesehatan dengan memakai masker, *hand sanitizer*, *face shield* dan link google form yang disebarakan lewat grup Whatsapp antar RT/RW sekecamatan semampir dikota Surabaya utara dan melalui relasi antar warga dilingkungan sekitar kecamatan semampir.

2. Gambaran Umum Subjek Penelitian

Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah sebanyak 270 orang yang tinggal di kecamatan semampir kota Surabaya yang memiliki usia berkisar antara 18 tahun hingga 40 tahun.

Tabel 4. 1 karakteristik populasi penelitian

Deskripsi	Keterangan	Jumlah
Jenis Kelamin	Laki-Laki	124
	Perempuan	149
Usia	18 tahun-30 tahun (Early adulthood)	163
	30-50 (Middle age)	110
pekerjaan	Karyawan swasta	145
	Pegawai negeri	10
	Pengusaha	42
	Pelajar /Maahasiswa	22
	Tidak bekerja	54

B. Hasil Uji Daya diskriminasi Aitem dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Uji Daya Diskriminasi Aitem Seluruh Alat Ukur

Uji validitas digunakan untuk menguji masing-masing variabel yang digunakan dalam penelitian ini. Penelitian ini menggunakan 3 variabel atau 3 angket yang masing-masing terdiri dari harapan (*hope*) sebanyak 20 aitem, *self efficacy* sebanyak 20 aitem, dan resiliensi keluarga sebanyak 28 aitem yang harus dijawab oleh responden. Pengujian validitas alat ukur menggunakan IBM SPSS Statistik versi 20. Masrun (dalam Sugiyono, 2016) menjelaskan bahwa

syarat minimum aitem dianggap valid adalah jika r hitung minimal 0,3 , dengan demikian jika r hitung memiliki nilai dibawah 0,3 maka aitem dinyatakan gugur atau memiliki daya diskriminasi yang buruk. Validitas aitem pada masing-masing instrument variabel penelitian, adalah sebagai berikut:

a. Resiliensi keluarga

Aitem skala resiliensi keluarga memiliki 28 pernyataan yang diujikan pada 270 responden, Hasil uji daya diskriminasi aitem pada skala resiliensi menghasilkan 22 aitem valid dan 6 aitem gugur. dimana hasil uji daya diskriminasi aitem yang dilakukan pada skala resiliensi keluarga dalam tiga kali putaran menghasilkan keseluruhan aitem dinyatakan valid.

Tabel 4. 2 Distribusi Aitem Skala Resiliensi

No	Aspek	Aitem	
		Valid	Gugur
1	Regulasi emosi	1,2	3
2	Kontrol emosi (<i>impuls control</i>)	5,6,8,10,11,12	7,9
3	Optimisme	15,16	13
4	Analisis penyebab masalah	17,18	20
5	Empati	21	0
6	Efikasi diri	22,23	24
7	(<i>Reaching out</i>)	27,28	0
Jumlah		22	6

a. Harapan (*Hoope*)

Aitem skala harapan (*hope*) memiliki 20 pernyataan yang diujikan pada 270 responden. Hasil uji daya diskriminasi aitem pada skala harapan (*hope*) menghasilkan 19 aitem valid dan 1 aitem gugur. Uji daya diskriminasi pada skala harapan (*hope*) ini melalui 2 kali putaran uji daya diskriminasi aitem. Rincian dari aitem-aitem yang gugur, adalah sebagai berikut:

Tabel 4. 3 Distribusi Aitem Pada Skala Harapan (Hope)

No.	Aspek	Nomor Aitem	
		Valid	Gugur
1.	Tujuan (Goals)	1,2,4,5,6	3
2.	Keinginan kuat (<i>Agency thinking</i>)	7,8,9,10,12	11
3.	Jalan Keluar (<i>Pathway thinking</i>)	13,14,16,17,18	15,19,20
TOTAL		11	9

b. Self efficacy

Aitem skala *self efficacy* memiliki 20 pernyataan yang diujikan pada 273 responden. Hasil uji daya diskriminasi aitem pada skala *self efficacy* menghasilkan 11 aitem valid dan 9 aitem gugur. Uji daya diskriminasi aitem pada skala kecemasan sosial ini melalui 4 kali putaran uji daya diskriminasi aitem. Rincian dari aitem-aitem yang gugur, adalah sebagai berikut:

Tabel 4. 4 Distribusi Aitem Pada Skala Self Efficacy

No.	Aspek	Nomor Aitem	
		Valid	Gugur
1.	Level	3,4	1,2,5,6
2.	Strength	7,9,10,12	8,11
3.	Generality	13,15,16,17,18	14,19,20
TOTAL		11	9

2. Uji Reliabilitas Seluruh Alat Ukur

Uji reliabilitas adalah pengujian instrumen yang digunakan dalam penelitian, dimana apabila instrumen tersebut digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama, dan hasil pengukuran dari instrumen penelitian yang diperoleh menghasilkan data yang relatif sama. Pengujian reliabilitas dilakukan dengan menggunakan metode *Cronbach Alpha*, dimana dalam penelitian ini peneliti menggunakan IBM SPSS Statistik versi 20 untuk menguji reliabilitas instrumen.

Sebuah instrument dikatakan reliabel apabila nilai *Cronbach Alpha* lebih dari 0,6. Berikut ini reliabilitas pada masing-masing variabel penelitian:

a. Skala Resiliensi

Tabel 4. 5 Hasil Uji Realibilitas Resiliensi

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.906	.908	22

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada skala resiliensi pada tabel 4.5 didapatkan hasil bahwa nilai *cronbach's Alpha* 0,906 dengan jumlah 22 aitem valid. Nilai tersebut lebih dari 0,6 dan mendekati angka 1,00 maka dapat disimpulkan bahwa aitem pada skala resiliensi hasilnya reliabel.

b. Skala Harapan (*Hope*)**Tabel 4. 6 Hasil Uji Realibilitas Harapan**

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.837	.837	15

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada skala resiliensi pada tabel 4.5 didapatkan hasil bahwa nilai *cronbach's Alpha* 0,837 dengan jumlah 15 aitem valid. Nilai tersebut lebih dari 0,6 dan mendekati angka 1,00 maka

dapat disimpulkan bahwa aitem pada skala resiliensi hasilnya reliabel.

c. Skala *Self Efficacy*

Tabel 4. 7 hasil uji realibilitas self efficacy

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.857	.857	11

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada skala resiliensi pada tabel didapatkan hasil bahwa nilai *cronbach's Alpha* 0,857 dengan jumlah 11 aitem valid. Nilai tersebut lebih dari 0,6 dan mendekati angka 1,00 maka dapat disimpulkan bahwa aitem pada skala resiliensi hasilnya reliabel.

C. Hasil Uji Asumsi

1. Uji Normalitas Data

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah sebaran data variabel penelitian dalam populasi berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Normalitas data pada uji *Kolmogorov-Smirnov* dapat dilihat dengan membandingkan bagian nilai *Kolmogorov-Smirnov* signifikansi pada hasil statistik dengan nilai signifikansi >5% (0,05). Peneliti menggunakan bantuan SPSS statistik versi 20 untuk menguji

normalitas data. Hasil nilai signifikansi pada masing-masing variabel adalah sebagai berikut :

Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas resiliensi, harapan dan self efficacy

		One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		resiliensi	hope	self_efficacy
N		273	273	273
Normal Parameters ^a	Mean	59.8571	39.9487	28.7326
	Std. Deviation	9.50415	7.77422	5.92027
Most Extreme Differences	Absolute	.060	.059	.071
	Positive	.060	.045	.071
	Negative	-.057	-.059	-.047
Kolmogorov-Smirnov Z		1.000	.979	1.168
Asymp. Sig. (2-tailed)		.270	.293	.131
a. Test distribution is Normal.				

2. Uji Linearitas

Uji linearitas dalam penelitian digunakan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan linear atau tidak secara signifikan serta mencari sebaran data yang ada pada variabel bebas apakah sejalan dengan data yang ada dalam variabel terikat. Pengujian linearitas dalam penelitian ini menggunakan *test for linearity* dengan taraf signifikansi 0,05. Jika signifikansi lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa sebaran data penelitian linear, dimana dalam penelitian ini peneliti menggunakan alat bantu SPSS Statistik versi 20.

Hasil uji linearitas pada masing-masing variabel *independent* (X_1X_2), dengan variabel *dependent* (Y) adalah sebagai berikut:

- 1) Uji Linearitas Variabel Harapan (*Hope*) (V_{x1}) dan Resiliensi (V_Y)

Tabel 4. 9 Hasil Uji Linearitas Variabel Harapan (Hope) (V_{x1}) dan Resiliensi (V_Y)

Berdasarkan tabel hasil uji linearitas, menunjukkan signifikansi pada *deviation from linearity* dengan nilai signifikansi 0,72. Nilai signifikansi $0,72 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear antara variabel Harapan (*Hope*) (V_{x1}) dan Resiliensi (V_Y).

ANOVA Table

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
resiliensi * hope	Between Groups	(Combined)	10290.037	53	194.152	1.398	.050
		Linearity	544.977	1	544.977	3.925	.049
		Deviation from Linearity	9745.060	52	187.405	1.350	.072
		Within Groups	30405.597	219	138.838		
		Total	40695.634	272			

2) Uji Linearitas Variabel *Self Efficacy* (V_{x2}) dan Resiliensi (V_Y)

Tabel 4. 10 Hasil Uji Linearitas Variabel Self Efficacy (V_{x2}) dan Resiliensi (V_Y)

ANOVA Table

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
resiliensi * self_ efficacy	Between Groups	(Combined)	8684.344	50	173.687	1.205	.184
		Linearity	1433.840	1	1433.840	9.944	.002
		Deviation from Linearity	7250.504	49	147.969	1.026	.435
		Within Groups	32011.290	222	144.195		
		Total	40695.634	272			

Berdasarkan tabel hasil uji linearitas, menunjukkan signifikansi pada *deviation from linearity* dengan nilai signifikansi 0,435. Nilai signifikansi $0,435 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear antara variabel *Self Efficacy* (V_{x2}) dan Resiliensi (V_Y)

Tabel 4. 11 Hasil Pengolahan Regresi Linear Berganda

ANOVA ^b						
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	10976.459	2	5488.229	92.686	.000 ^a
	Residual	15987.527	270	59.213		
	Total	26963.985	272			

a. Predictors: (Constant), self_ efficacy, hope

b. Dependent Variable: resiliensi

Berdasarkan tabel di atas uji regresi dengan SPSS 20 diperoleh hasil sebagai berikut nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$) maka kesimpulannya ada hubungan signifikan secara simultan antara hope dan self efficacy dengan resiliensi pada warga dikecamatan semampir kota surabaya

Dibawah ini merupakan tabel hubungan antara kedua variable bebas dengan variabel terikat bila di uji secara tidak bersamaan:

Tabel 4. 12 Hubungan antara harapan (hope) dan self efficacy dengan resiliensi

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	32.276	2.898		11.138	.000
	Hope	1.535	.124	1.045	12.397	.000
	self_efficacy	-1.022	.143	-.604	-7.171	.000

a. Dependent Variable: resiliensi

Berdasarkan tabel 4.10 diatas menunjukkan bahwa hasil uji korelasi regresi linear berganda saat diuji secara tidak bersamaan ditunjukkan dengan nilai distribusi yang dapat dilihat pada kolom t dimana nilai secara konstanta keseluruhan variabel adalah 11.138 dengan $p = 0,000$, menyatakan bahwa nilai sumbangan distribusi dari kedua variabel bebas sangat mempengaruhi variabel terikat.

Data distribusi untuk variabel Harapan (*Hope*) memiliki nilai (t) adalah -12.397 dengan $p = 0,000$, menyatakan bahwa ada hubungan positif antara variable Harapan (*Hope*) dengan variable Resiliensi

Data distribusi untuk variabel *Self Efficacy* memiliki nilai (t) = -7.171 dengan $p = 0,000$, menyatakan bahwa ada hubungan positif antara variabel *Self Efficacy* dengan variable Resiliensi.

Tabel 4. 13 Model Summary

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.638 ^a	.407	.403	7.69500

a. Predictors: (Constant), self_efficacy, hope

b. Dependent Variable: resiliensi

□

R Square 407, artinya sumbangan atau kontribusi dari V_{x1} dan V_{x2} terhadap V_y sebesar 40%, sisanya dipengaruhi oleh variable lain yang tidak diteliti

D. Hasil Kategorisasi Jenjang

Penelitian ini mengkategorisasikan data berdasarkan data yang telah diperoleh, dimana pengkategorisasian ini bertujuan untuk menempatkan individu kedalam kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Kategori bersifat relatif, sehingga luas kategori yang diinginkan dapat ditetapkan secara subyektif oleh peneliti selama penetapan itu berada dalam batas kewajaran.

Penelitian ini menggunakan lima kategorisasi. Azwar (2013) menjelaskan bahwa norma lima kategorisasi yang dapat digunakan adalah sebagai berikut :

$X \leq (\text{Mean} - 1,5 \text{ SD})$: Kategori Sangat Rendah

$(\text{Mean} - 1,5 \text{ SD}) \leq X \leq (\text{Mean} - 0,5 \text{ SD})$: Kategori Rendah

$(\text{Mean} - 0,5 \text{ SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 0,5 \text{ SD})$: Kategori Sedang

$(\text{Mean} + 0,5 \text{ SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 1,5 \text{ SD})$: Kategori Tinggi

$X \geq (\text{Mean} + 1,5 \text{ SD})$: Kategori Sangat Tinggi

Berdasarkan norma lima kategorisasi yang digunakan, maka kategorisasi jenjang dari masing-masing variabel diuraikan sebagai berikut :

1. Distribusi Data Harapan (*Hope*)

Jumlah aitem valid	: 11	Nilai Skala	: 1, 2, 3, 4
Skor Minimum	: $1 \times 11 = 11$	Luas Jarak Sebaran	: $44 - 11 = 33$
Skor Maksimum	: $4 \times 11 = 44$		
Standar Deviasi	: $33 / 5 = 6,6$		
Mean	: 27,5		

2. Distribusi data Self Efficacy

Jumlah aitem valid	: 11	Nilai Skala	: 1, 2, 3, 4
Skor Minimum	: $1 \times 11 = 11$	Luas Jarak Sebaran	: $44 - 11 = 33$
Skor Maksimum	: $4 \times 11 = 44$		
Standar Deviasi	: $33 / 5 = 6,6$		
Mean	: 27,5		

3. Distribusi data Resiliensi

Jumlah aitem valid	: 22	Nilai Skala	: 1, 2, 3, 4
Skor Minimum	: $1 \times 22 = 22$	Luas Jarak Sebaran	: $88 - 22 = 66$
Skor Maksimum	: $4 \times 22 = 88$		
Standar Deviasi	: $66 / 5 = 13,2$		
Mean	: 55		

Tabel 4. 14 Interval Data Resiliensi

Pedoman	Skor	Kategorisasi	N
$X \leq (\text{Mean} - 1,5 \text{ SD})$	$X \leq 35,2$	Sangat Rendah	0
$(\text{Mean} - 1,5 \text{ SD}) \leq X \leq (\text{Mean} - 0,5 \text{ SD})$	$35,2 \leq X \leq 48,4$	Rendah	9
$(\text{Mean} - 0,5 \text{ SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 0,5 \text{ SD})$	$48,4 \leq X \leq 61,6$	Sedang	79
$(\text{Mean} + 0,5 \text{ SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 1,5 \text{ SD})$	$61,6 \leq X \leq 74,8$	Tinggi	120
$X \geq (\text{Mean} + 1,5 \text{ SD})$	$X \geq 88$	Sangat Tinggi	65

Berdasarkan uraian di atas didapatkan bahwa nilai standar deviasi dari data Resiliensi memiliki nilai SD 13,2 dan mean 55. Pada tabel 4.15 menunjukkan bahwa ada 0 subjek di kategorisasi resiliensi sangat rendah, terdapat 9 subjek dalam kategori resiliensi rendah, 27 subjek dalam kategori sedang, 79 subjek dalam kategori sedang, 120 subjek dalam kategori resiliensi tinggi, dan terdapat 65 subjek dalam kategori resiliensi sangat tinggi

Tabel 4. 15 Interval Data Harapan (hope)

Pedoman	Skor	Kategorisasi	N
$X \leq (\text{Mean} - 1,5 \text{ SD})$	$X \leq$	Sangat Rendah	0
$(\text{Mean} - 1,5 \text{ SD}) \leq X \leq (\text{Mean} - 0,5 \text{ SD})$	$35,2 \leq X \leq 48,4$	Rendah	0
$(\text{Mean} - 0,5 \text{ SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 0,5 \text{ SD})$	$48,4 \leq X \leq 61,6$	Sedang	2
$(\text{Mean} + 0,5 \text{ SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 1,5 \text{ SD})$	$61,6 \leq X \leq 74,8$	Tinggi	89

$X \geq (\text{Mean} + 1,5 \text{ SD})$	$X \geq 88$	Sangat Tinggi	182
---	-------------	---------------	-----

Berdasarkan uraian di atas didapatkan bahwa nilai standar deviasi dari data harapan memiliki nilai SD 6,6 dan mean 27.5. Pada tabel 4.15 menunjukkan bahwa ada 0 subjek di kategorisasi harapan sangat rendah, terdapat 0 subjek dalam kategori harapan rendah, 2 subjek dalam kategori harapan sedang, ada 89 subjek dalam kategori tinggi, 182 subjek dalam kategori harapan sangat tinggi.

Tabel 4. 16 Interval Data Self Efficacy

Pedoman	Skor	Kategorisasi	N
$X \leq (\text{Mean} - 1,5 \text{ SD})$	$X \leq 35,2$	Sangat Rendah	5
$(\text{Mean} - 1,5 \text{ SD}) \leq X \leq (\text{Mean} - 0,5 \text{ SD})$	$35,2 \leq X \leq 48,4$	Rendah	55
$(\text{Mean} - 0,5 \text{ SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 0,5 \text{ SD})$	$48,4 \leq X \leq 61,6$	Sedang	104
$(\text{Mean} + 0,5 \text{ SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 1,5 \text{ SD})$	$61,6 \leq X \leq 74,8$	Tinggi	79
$X \geq (\text{Mean} + 1,5 \text{ SD})$	$X \geq 88$	Sangat Tinggi	30

Berdasarkan uraian di atas didapatkan bahwa nilai standar deviasi dari data self efficacy memiliki nilai SD 13,2 dan mean 55. Pada tabel 4.15 menunjukkan bahwa ada 5 subjek di kategorisasi resiliensi sangat rendah, terdapat 55 subjek dalam kategori self efficacy rendah, ada subjek 104 subjek dalam kategori sedang, 79 subjek dalam kategori resiliensi tinggi, dan terdapat 30 subjek dalam kategori resiliensi sangat tinggi

E. Pembahasan

Berdasarkan tabel di atas uji regresi dengan SPSS 20 diperoleh hasil sebagai berikut nilai $F= 9,686$ dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) maka kesimpulannya ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel bebas saat diuji bersamaan yaitu harapan (*hope*) dan *self efficacy* dengan resiliensi keluarga pada masa pandemi COVID-19 di Kecamatan semampir Jadi hipotesis dari penelitian ini diterima. Hasil analisis data juga menunjukkan bahwa variabel harapan dan *self efficacy* dalam mempengaruhi variabel resiliensi keluarga sebesar 40%

Terbuktinya hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan antara harapan dan self efficacy dengan resiliensi keluarga, hal ini sejalan dengan pendapat Masten (dalam Karatas & Cakar, 2011) faktor-faktor protektif yang dapat mengurangi atau menghilangkan efek negatif dari situasi atau kesulitan yang menekan faktor-faktor tersebut antara lain: regulasi emosi, dukungan sosial, pola asuh, spiritualitas, dan harapan. Harapan menjadi faktor protektif resiliensi terpenting (Bailey & Snyder, dalam Shetty, 2015; Garnefski dkk., dalam Hochalter, Smith, & Ory, 2011) karena harapan akan tetap ada dalam diri ketika individu berada dalam keadaan yang mengancam nyawanya, bahaya situasi sulit menekan (Snyder, dalam Duggal, Zimmerman, & Liberta, 2006). Meskipun banyak hambatan dan tantangan, harapan memungkinkan individu untuk berfungsi secara efektif (Snyder, dalam Mednick, 2007). Berdasarkan hasil analisis data yang menunjukkan bahwa adanya hubungan positif signifikan antara harapan dengan resiliensi keluarga pada masa pandemi COVID-19 di wilayah kecamatan semampir yaitu sebesar $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Artinya hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi harapan

seseorang, maka semakin besar pula kesempatan seseorang mendapatkan resiliensi keluarga pada masa pandemi COVID-19.

Reivich dan Shatte (dalam Hendriani, 2018) mengemukakan adanya tujuh faktor yang menjadi komponen dari resiliensi ketujuh faktor tersebut meliputi: Regulasi Emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis kasual, empati, *self efficacy*, *reasing out*. *Self efficacy* mempresentasikan sebuah keyakinan bahwa individu mampu memecahkan masalah yang dialami dan mencapai kesuksesan. *Self efficacy* merupakan hal yang sangat penting untuk mencapai resiliensi. *self efficacy* salah satu faktor kognitif yang menentukan sikap dan perilaku seseorang dalam sebuah permasalahan dengan keyakinan pada kemampuan diri serta harapan akan masa depan yang lebih baik setelah masa pandemi ini menjadi sangat penting dalam pembentukan individu maupun keluarga yang resilien. hasil analisi data juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan resiliensi keluarga pada masa pandemi COVID-19 di wilayah kecamatan semampir dengan nilai sebesar signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *self efficacy* seseorang, maka semakin besar pula kesempatan seseorang mendapatkan resiliensi.

Reivich dan Shatte (1999) menyebutkan bahwa resiliensi adalah kapasitas seseorang untuk merespon secara sehat dan produktif ketika menghadapi kesulitan yang menekan, dimana hal tersebut penting untuk mengelola tekanan hidup sehari hari. Resiliensi ditengah situasi sulit dan menekan menjadi kemampuan psikologis yang sangat penting dimiliki individu berbagai usia. Para ahli bahkan menyebutnya sebagai salah satu kompetensi mendasar abad ke 21. Resiliensi

merupakan kompetensi yang paling tepat dalam menyikapi beratnya tantangan hidup (Olson dan DeFrain, 2003) dan memegang peran kunci dalam mencapai perkembangan manusia yang sehat secara mental (Reivich and Shatte, 2002).

Individu yang resilien bukan individu yang tahan, kuat dan dapat terbebas sama sekali dari tekanan kesulitan. Individu resilien bukan juga individu yang kebal, sakti mandraguna, memiliki tameng super sedemikian rupa sehingga selalu terbebas dari berbagai kesulitan. Konsep resiliensi tidak menggambarkan hal yang demikian. Ketika menghadapi situasi yang menekan, individu resilien tetap merasakan berbagai emosi negatif atas kejadian yang dialami. Mereka tetap merasakan marah, sedih, kecewa, bahkan mungkin cemas, khawatir, resah, dan takut, sebuah emosi yang sama sebagaimana individu yang lain pada umumnya. Hanya saja, individu resilien memiliki cara untuk segera bangkit dari keterpurakan keadaan. Resiliensi dalam penelitian Hendriani (2003) adalah sebuah proses yang mencerminkan kekuatan dan ketangguhan individu untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif.

Resiliensi yang coba dibahas dalam penelitian ini adalah resiliensi keluarga dimana resiliensi keluarga berakar dari pemahaman tentang resiliensi individu, konsep ini tidak hanya membahas tentang bagaimana keluarga mampu bertahan dan beradaptasi dengan baik pada saat menghadapi kemalangan, tragedi, atau kesulitan yang signifikan, selama masa pandemi COVID-19, namun juga kemampuan keluarga untuk bangkit dari situasi yang sulit dan menekan selama pandemi.