

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Resiliensi

2.1.1 Definisi Resiliensi

Istilah resiliensi pertama kali diformulasikan oleh Block (1980) dengan istilah *egoresilience*, yang diartikan sebagai kemampuan menyesuaikan diri yang tinggi dan luwes saat dihadapkan pada tekanan internal maupun eksternal. Resiliensi bukanlah sesuatu yang deterministik, melainkan lebih kepada proses yang penuh probabilitas. Resiliensi tidak dapat diukur secara langsung, melainkan disimpulkan dari pendefinisian terhadap komponen-komponen yang membentuknya yakni faktor resiko dan faktor adaptasi (Luthar, 2003).

Grotberg (2000) menyatakan bahwa resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk menilai, mengatasi, dan meningkatkan diri ataupun mengubah dirinya dari keterpurukan atau kesengsaraan dalam hidup, karena setiap orang itu pasti mengalami kesulitan ataupun sebuah masalah dan tidak ada seseorang yang hidup di dunia tanpa suatu masalah ataupun kesulitan. Sedangkan menurut Connor *et al.*, (2003) resiliensi adalah kemampuan individu untuk dapat beradaptasi dengan masalah, bertahan, mengatasi, dan berkembang di tengah kesulitan. Menurut Connor *et al.*, (2003) resiliensi memiliki lima aspek yang dapat membentuk kemampuan untuk meningkatkan resiliensi individu yaitu kompetensi personal, percaya diri, positif menerima perubahan serta aman dalam berhubungan dengan orang lain, pengendalian diri, dan pengaruh spiritual.

Reivich, (2002) menambahkan bahwa resiliensi merupakan proses merespon sesuatu dengan cara yang sehat dan produktif ketika berhadapan dengan kesengsaraan (*adversity*) atau trauma, terutama untuk mengendalikan tekanan hidup sehari-hari. Kemampuan untuk melanjutkan hidup setelah ditimpa kemalangan atau setelah mengalami tekanan yang berat dan situasi situasi yang semakin sulit bukanlah sebuah keberuntungan, tetapi hal tersebut

menggambarkan adanya kemampuan tertentu pada individu yang dikenal dengan istilah resiliensi (Tugade & Fredrikson, 2004).

Berdasarkan beberapa pandangan di atas maka bisa disimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan individu dalam menghadapi situasi dimana ditimpa dengan masalah, tekanan, trauma, kesengsaraan dalam hidupnya dengan mengubah kondisi yang menekan menjadi hal yang wajar untuk dilewati sehingga individu terlindungi dari efek negatif resiko dan kemalangan.

2.1.2 Aspek Aspek Resiliensi

Connor *et al.*, (2003) dalam penelitiannya mengidentifikasi lima dimensi aspek dari resiliensi, yaitu:

1. Kompetensi personal

Seseorang yang resilien akan selalu memberikan usaha terbaiknya untuk mendapatkan tujuannya. Ia juga tidak akan mudah putus asa, tidak mudah menyerah dalam proses mendapatkan tujuannya. Orang yang resilien juga memandang positif tantangan yang ada di hadapannya, bukan sebagai sesuatu yang menakutkan melainkan sebagai suatu tantangan yang patut diambil. Dengan demikian, orang tersebut akan mampu mengatasi dan berkembang di tengah masalah yang dihadapinya.

2. Percaya kepada diri sendiri

Orang yang resilien tidak akan ragu mengambil keputusan sesuai dengan instingnya, walaupun keputusan tersebut bukan keputusan yang populer ataupun sulit. Ia juga akan mampu menoleransi efek-efek negatif dari stress ataupun masalah yang sedang dihadapinya, seperti perasaan yang tidak nyaman, kelelahan pikiran, dan lain lain dengan caranya sendiri. Sejalan dengan ini, untuk mendukung usahanya dalam menoleransi efek negatif itu, ia akan melihat sisi humoris dari masalah tersebut, bukan hanya sisi negatifnya. Jadi, orang tersebut akan membentuk pola pikir yang positif terhadap stress atau masalah, bahwa stress dan masalah tersebut adalah sumber kekuatan untuk berkembang menjadi lebih baik lagi, bukan sebagai hal yang menurunkan kemampuan dirinya.

3. Penerimaan positif

Orang yang resilien tidak kaku dalam menghadapi perubahan maupun masalah yang datang. Ia akan menyesuaikan dirinya sedemikian rupa sehingga apapun hal yang terjadi, tidak menurunkan performanya. Orang yang resilien juga cenderung memiliki hubungan yang lekat dan aman dengan orang lain, yang menjaganya agar tetap dapat berfungsi dengan baik di tengah masalah yang sedang dihadapinya, seperti dengan teman dekat, orangtua, ataupun pasangannya.

4. Pengendalian diri

Orang yang resilien memiliki kontrol akan dirinya sendiri. Ia tahu apa yang harus ia lakukan, ia mengenal tujuannya dengan baik, dan ia akan tahu kemana harus meminta pertolongan ketika menghadapi suatu masalah.

5. Spiritualitas

Percaya akan kuasa Tuhan dan bahwa segala sesuatu terjadi karena suatu alasan, juga merupakan salah satu dari faktor yang membentuk resiliensi pada individu.

Berdasarkan pandangan dari Connor *et al.*, (2003) maka dapat disimpulkan bahwa aspek dalam resiliensi ada 5 yaitu aspek kompetensi personal dimana individu tetap semangat dalam mencapai tujuan meskipun dihadapkan dengan masalah yang datang, aspek kepercayaan diri dimana individu percaya akan kemampuannya untuk tetap bisa bertahan meskipun dihadapkan dengan banyak masalah, aspek penerimaan positif dimana individu mampu menerima apapun yang terjadi dalam hidupnya dengan pandangan positif, aspek pengendalian diri dimana individu mampu untuk mengontrol diri agar tidak berlarut dalam kesedihannya, dan aspek spiritualitas dimana individu mampu menerima atas semua yang terjadi dalam hidupnya dan bisa mengambil hikmah dibalikinya.

2.1.3 Fungsi Resiliensi

Reivich dan Shatte (2002) menjelaskan bahwa dalam kehidupan manusia terdapat empat fungsi dasar dari resiliensi, yaitu sebagai berikut:

a. *Overcoming*

Terkadang dalam hidup orang tidak bahagia dan berbagai masalah menyebabkan stres yang tidak dapat dihindari. Oleh karena itu, individu

harus resilien untuk menghindari kerugian yang mungkin disebabkan oleh peristiwa buruk ini. Hal ini meningkatkan kemampuan individu untuk mengatur hidup mereka sendiri. Hal ini dapat membuat individu tetap termotivasi, produktif, terlibat, dan bahagia bahkan dalam menghadapi berbagai tekanan hidup.

b. Steering Through

Kita semua membutuhkan resiliensi untuk menghadapi semua masalah, tekanan dan konflik yang muncul dalam kehidupan kita sehari-hari. Orang yang resilien menggunakan sumber daya internalnya untuk mengatasi masalah yang dihadapi dan tidak perlu merasa kewalahan atau negatif tentang peristiwa tersebut. Orang yang resilien mampu membimbing dan mengendalikan diri ketika menghadapi masalah sepanjang hidupnya. Penelitian menunjukkan bahwa *self-efficacy* merupakan komponen penting dalam mengelola stres kronis. *Self-efficacy* adalah keyakinan bahwa seorang individu dapat secara efektif mengendalikan lingkungannya untuk memecahkan berbagai masalah yang muncul.

c. Bouncing Back

Beberapa peristiwa bersifat traumatis dan menyebabkan tingkat stres yang tinggi. Jadi, individu membutuhkan tingkat resiliensi yang tinggi untuk menghadapi ini dan menjaga diri individu tetap terkendali. Frustrasi biasanya ekstrem dan menguras emosi dan membutuhkan pemulihan bertahap untuk sembuh. Resiliensi Individu biasanya menghadapi trauma dengan menyembuhkan diri mereka sendiri menggunakan tiga serangkai dengan menunjukkan gaya mengatasi berorientasi tugas (task-oriented coping style) mengambil tindakan untuk mengatasi kesulitan dan kesulitan. Individu memiliki keyakinan yang kuat bahwa mereka mengendalikan hasil hidup mereka dan bahwa mereka dapat kembali ke kehidupan normal lebih cepat setelah trauma. Mereka tahu bagaimana berhubungan satu sama lain karena begitulah cara mereka menghadapi pengalaman yang mereka miliki.

d. Reaching Out

Resiliensi tidak hanya berguna untuk mengatasi pengalaman negatif, stres, atau menyembuhkan diri sendiri dari trauma, tetapi juga membantu individu

mendapatkan pengalaman hidup yang lebih kaya dan bermakna dan didedikasikan untuk mengejar pembelajaran dan pengalaman baru. Individu dengan ciri-ciri ini melakukan tiga hal dengan baik. Artinya mampu mengantisipasi dengan benar risiko yang akan muncul, mengenal diri sendiri dengan baik, serta menemukan makna dan tujuan hidup.

2.1.4 Karakteristik Resiliensi

Menurut Wolin dan Wolin (dalam Anggraeni 2008), karakteristik orang yang resilien adalah sebagai berikut:

a. *Insight*

Insight adalah kemampuan mental untuk bertanya pada diri sendiri dan menjawab dengan jujur. Ini membantu individu memahami diri mereka sendiri dan orang lain dan membantu mereka beradaptasi dengan situasi yang berbeda. *Insight* adalah keterampilan yang memiliki dampak terbesar pada ketahanan.

b. Kemandirian

Kemandirian adalah kemampuan untuk menjauhkan diri secara emosional dan fisik dari sumber masalah kehidupan. Kemampuan ini berkaitan dengan menjaga keseimbangan antara jujur dengan diri sendiri dan peduli pada orang lain.

c. Hubungan

Orang yang resilien adalah orang yang jujur, suportif, dan mampu mengembangkan hubungan yang berkualitas sepanjang hidup mereka atau memiliki panutan atau role model yang sehat.

d. Inisiatif

Inisiatif pribadi mencakup keinginan yang kuat untuk bertanggung jawab atas kehidupan sehari-hari dan masalah yang akan datang. Orang yang resilien biasanya proaktif daripada reaktif, bertanggung jawab untuk memecahkan masalah, selalu berusaha untuk memperbaiki diri atau situasi yang dapat mereka ubah, dan memiliki kemampuan yang ditingkatkan untuk menghadapi apa yang tidak dapat mereka ubah.

e. Kreativitas

Kreativitas mencakup kemampuan untuk mempertimbangkan berbagai pilihan, hasil, dan alternatif ketika menghadapi tantangan hidup. Orang yang resilien tidak terlibat dalam perilaku negatif karena mereka mampu mempertimbangkan konsekuensi dari setiap tindakan dan membuat keputusan yang tepat. Imajinasi bekerja. Kreativitas ini dapat digunakan untuk mengekspresikan diri melalui seni dan untuk menghibur diri dalam menghadapi kesulitan.

f. Humor

Humor adalah kemampuan untuk melihat sisi terang kehidupan, menertawakan diri sendiri dan menemukan kebahagiaan dalam situasi apapun. Orang yang resilien menggunakan selera humor mereka untuk memahami tantangan hidup dengan cara yang baru dan lebih ringan. Selera humor yang melembutkan masa-masa sulit.

g. Moralitas

Moralitas atau orientasi nilai ditandai dengan keinginan untuk hidup sehat dan produktif. Orang yang resilien mampu menilai berbagai hal dan membuat keputusan yang tepat tanpa takut akan apa yang orang lain pikirkan. Individu juga dapat mengatasi keegoisan dengan membantu mereka yang membutuhkan.

2.1.5 Faktor Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi

Menurut Grotberg, (2003), faktor-faktor yang memberikan pengaruh pada resiliensi antara lain: *I Have, I Am, & I Can*.

a. *I Have*

I have merupakan suatu dukungan yang bersumber dari lingkungan di sekitar individu. Dukungan yang dimaksud berupa hubungan baik dengan keluarga, lingkungan sekolah yang menyenangkan, atau masyarakat. Dengan *I have* memungkinkan individu untuk mempertahankan hubungan saling percaya yang baik dengan siapa pun. Emosi *I have* yang dirasakan biasanya datang dari orang tua, keluarga, dan orang-orang yang dekat dengan individu. Ketika seorang individu merasa diterima di lingkungannya, perasaan *I have* akan dimiliki oleh individu tersebut.

b. *I Am*

Kekuatan yang ada pada diri individu berupa emosi, tindakan, dan kepercayaan diri. Individu yang ulet akan selalu berusaha tampil menarik agar bisa dicintai dan dicintai oleh orang lain. Individu yang resilien peka terhadap perasaan orang lain dan cenderung memahami apa yang orang lain harapkan dari mereka. Individu yang resilien umumnya memiliki tingkat pertimbangan dan empati yang tinggi terhadap orang lain. Individu dapat merasakan dan merawat rasa sakit atau kesulitan orang lain dan selalu berusaha membantu orang lain dengan kesulitan mereka.

c. *I can*

I can adalah kemampuan individu untuk membangun hubungan sosial dengan orang lain. Kemampuan ini muncul dari interaksi individu dengan lingkungan sosialnya. Dengan kemampuan ini, individu cenderung berkomunikasi dengan lebih baik dan memecahkan masalah dengan lebih baik. Individu mampu mengungkapkan pikiran dan perasaannya dengan cara yang tepat dan benar. Individu yang resilien mampu mengendalikan emosi dan pikiran yang dirasakannya sehingga dapat mengekspresikan atau mengekspresikannya secara tepat dan akurat tanpa merugikan orang lain. Individu yang resilien dapat memahami kepribadiannya sendiri dan orang lain, sehingga lebih mudah untuk berkomunikasi dengan orang lain. Ia juga dapat membangun hubungan sosial yang baik dengan orang lain.

2.2 Dewasa Awal

2.2.1 Definisi Dewasa Awal

Masa peralihan dari masa remaja ke masa dewasa disebut sebagai masa dewasa awal. Masa peralihan, bergantung pada kemandirian baik dari ekonomi maupun kebebasan menentukan nasib sendiri, serta pandangan masa depan yang lebih realistis. Santrock, (2011) masa dewasa awal adalah istilah yang sekarang digunakan untuk merujuk pada transisi dari remaja ke dewasa. Kelompok usia ini berkisar antara 18 hingga 25 tahun, dan periode ini ditandai dengan kegiatan bersifat eksperimen. Peralihan dari masa remaja ke masa dewasa ditandai dengan perubahan yang konstan.

Adapun menurut Mappiare, (1983) bahwa tahap dewasa awal yaitu antara usia 20 tahun samapi 30 tahun. Pada tahap ini manusia mulai menerima dan memikul tanggung jawab yang lebih berat, pada tahap ini pula hubungan intim mulai berlaku dan berkembang. Individu yang tergolong dewasa awal ialah mereka yang berusia 20-40 tahun, mereka memiliki peran dan tanggung jawab yang tentu saja semakin besar. Individu tidak harus bergantung secara ekonomis, sosiologis maupun fisiologis pada orang tuanya.

Hurlock (2003) menjelaskan bahwa masa dewasa awal dimulai dari usia 18 tahun sampai usia 40 tahun. Individu pada masa dewasa awal diharapkan dapat memainkan peran baru, seperti peran suami-istri, orang tua, pencari nafkah. Selain dapat memainkan peran baru, individu pada masa dewasa awal ini juga diharapkan dapat mengembangkan sikap-sikap, keinginan, dan nilai-nilai baru yang sesuai dengan tugas-tugas yang ada di tahap perkembangan ini. perkembangan sosial masa dewasa awal adalah puncak dari perkembangan sosial masa dewasa.

Berdasarkan penjelasan diatas maka disimpulkan bahwa dewasa awal adalah masa transisi dari remaja ke dewasa yang sdimana di dalamnya kita akan menemukan masalah masalah yang lebih berat dari sebelumnya dan juga dimana kita akan memikul tanggung jawab yang lebih besar lagi.

2.2.2 Ciri Ciri Dewasa Awal

Dewasa awal merupakan masa transisi dari masa remaja sehingga ciri-ciri perkembangan masa dewasa awal tidak begitu berbeda dari masa remaja. Ciri-ciri masa dewasa menurut Hurlock (1996) yaitu:

- a. masa dewasa awal merupakan suatu usia reproduktif, masa ini ditandai dengan membentuk rumah tangga. Pada masa ini khususnya wanita, sebelum usia 30 tahun, merupakan masa reproduktif, dimana seseorang wanita siap menerima tanggung jawab sebagai seorang ibu. Pada masa ini, alat-alat reproduksi manusia telah mencapai kematangannya dan sudah siap untuk melakukan reproduksi.
- b. masa dewasa awal sebagai masa bermasalah, setiap masa dalam kehidupan manusia, pasti mengalami perubahan, sehingga seseorang harus banyak

melakukan kegiatan penyesuaian diri dengan kehidupan perkawinan, peran sebagai orang tua dan sebagai warga negara yang sudah dianggap dewasa secara hukum.

- c. masa dewasa awal merupakan masa yang penuh dengan masa ketegangan emosional, ketegangan emosional seringkali ditempatkan dalam ketakutan-ketakutan atau kekhawatiran-kekhawatiran. Ketakutan atau kekhawatiran yang timbul ini pada umumnya bergantung pada tercapainya penyesuaian terhadap persoalan yang dihadapi pada suatu saat tertentu atau sejauh mana sukses atau kegagalan yang dialami dalam penyelesaian persoalan.
- d. masa dewasa awal sebagai masa ketergantungan dan perubahan nilai, ketergantungan disini mungkin ketergantungan kepada orang tua, lembaga pendidikan yang memberikan beasiswa atau pada pemerintahan karena mereka memperoleh pinjaman untuk membiayai pendidikan mereka, sedangkan masa perubahan nilai masa dewasa awal terjadi karena beberapa alasan seperti ingin diterima pada kelompok orang dewasa, kelompok orang dewasa, kelompok-kelompok sosial dan ekonomi orang dewasa.

2.2.3 Tugas Perkembangan Dewasa Awal

Havighurst (1984) menyatakan ada beberapa tugas-tugas perkembangan dewasa awal yaitu:

- a. Mencari dan menemukan pasangan hidup. Individu dewasa awal akan berusaha mencari pasangan hidup yang cocok untuk membentuk kehidupan rumah tangga karena individu dewasa awal dirasa telah mampu dan siap untuk melakukan tugas reproduksi, namun harus melalui perkawinan yang resmi;
- b. Membina kehidupan rumah tangga. Menurut Papalia individu dewasa awal yang sudah bekerja menunjukkan sikap bahwa dirinya bisa mandiri secara ekonomi. Sikap ini merupakan langkah positif karena sekaligus dapat dijadikan langkah awal dalam memasuki kehidupan berumah tangga;
- c. Meniti karier dalam rangka memantapkan kehidupan ekonomi rumah tangga. Individu dewasa awal yang telah menyelesaikan pendidikannya akan berupaya menekuni karier sesuai minat dan bakat yang dimiliki, serta

memberikan jaminan masa depan keuangan yang baik. Individu dewasa awal mampu mendapatkan penghasilan yang memadai, maka individu tersebut dapat membangun kehidupan ekonomi rumah tangga yang mantap dan mapan;

- d. Setiap orang yang ingin hidup tenang, damai dan bahagia ditengah-tengah masyarakat adalah dengan menjadi warga negara yang baik, hal ini dapat diwujudkan dengan cara mengurus dan memiliki surat-surat kewarganegaraan, mebayar pajak, mematuhi peraturan pemerintah dan menjaga ketertiban serta keamanan masyarakat dengan mengendalikan diri agar tidak tercela dimata masyarakat

2.3 Yatim

2.3.1 Definisi yatim

Pengertian Anak Yatim Kata yatim berasal dari bentuk yatama-yatimu yang berarti lemah, letih, terlepas. Sedangkan bentuk masdarnya yatmun adalah sedih, duka. Kata yatama mempunyai persamaan kata al-fard atau al-infirad yang artinya kesendirian. Ada pula arti yatim ialah yang tunggal dari segala sesuatu. Jadi secara bahasa yatim berarti kesendirian, kelemahan, berduka, dan membutuhkan. Yatim secara etimologi berasal dari bahasa Arab yang terambil dari kata yutma yang berarti kesendirian (Shihab, 2005: 547). “Yatim secara bahasa adalah orang yang di tinggal mati bapaknya secara mutlak, sedangkan menurut „urf (adat) dikhususkan untuk anak-anak yang belum mencapai umur dewasa.” Anak yang di tinggal mati orang tuanya dalam keadaan telah dewasa dan mampu memenuhi kebutuhannya sendiri tidak disebut yatim.

2.4 Jenis Kelamin

2.4.1 Definisi Jenis Kelamin

Pengertain jenis kelamin menurut Wardhaugh (2002 : 313) adalah pembeda antara laki – laki dan perempuan melalui pendekatan genetik, psikologi, sosial dan budaya. Sebelumnya pengertian Jenis kelamin perlu dibedakan dengan pengertian jenis kelamin. Masih menurut Wardhaugh (2002 : 313) jenis

kelamin adalah pembeda laki – laki dan perempuan dilihat dari sudut biologi. Menurut Ariadi, Malelak, dan Astuti (2015:8) jenis kelamin adalah perbedaan biologis dan fisiologis yang dapat membedakan laki-laki dan perempuan. Perbedaan pengertian jenis kelamindijelaskan dengan lebih rinci oleh Fakih (1996 : 7 – 8). Pengerian jenis kelamin merupakan pensifatan atau pembagian dua jenis kelamin tertentu. Perbedaan jenis kelamin merupakan ketentuan yang tidak dapat berubah dan sering dikatakan sebagai kodrat dari Tuhan. Konsep jenis kelamin adalah suatu sifat yang melekat pada kaum laki – laki dan perempuan yang dikonstruksi secara sosial maupun kultural.

Berdasarkan pengertian diatas maka dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin adalah pembeda antara laki laki dan perempuan.



