

BAB II

LANDASAN TEORI

1.1 Tinjauan Teori Resiliensi

1.1.1 Pengertian Resiliensi

Resiliensi adalah kemampuan manusia untuk menghadapi, mengatasi, menjadi kuat ketika menghadapi rintangan dan hambatan. Setiap manusia memiliki kemampuan untuk menjadi resilien, dan setiap orang mampu belajar bagaimana menghadapi rintangan dan hambatan dalam hidupnya sehingga nantinya menjadi resilien (Grotberg, 2003: 3).

Menurut Reivich dan Shatte (2002: 5) “*Resilience is the ability to persevere and adopt when the things go awry*”. Artinya Resiliensi merupakan suatu kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi ketika ada sesuatu hal yang berat. Individu dituntut untuk cepat dalam melakukan penyesuaian ketika mengalami masalah atau mendapat tekanan dalam hidupnya. Sementara Ungar (2008: 225) mendefinisikan resiliensi sebagai suatu istilah yang menggambarkan (kondisi) individu yang sehat di tengah-tengah kondisi yang secara kolektif dipandang sulit dan menekan.

Sejumlah tingkah laku menggunakan istilah resiliensi untuk menggambarkan tiga fenomena (Werner, 2003; dalam Desmita, 2015: 227), diantaranya yaitu:

- 1) Perkembangan positif yang dihasilkan oleh anak yang hidup dalam konteks “beresiko tinggi”, seperti anak yang hidup dalam kemiskinan kronis atau perlakuan kasar orang tua.
- 2) Kesembuhan dari trauma, seperti ketakutan dari peristiwa perang saudara.
- 3) Kompetensi yang mungkin muncul saat di bawah tekanan yang berkepanjangan, seperti peristiwa-peristiwa di sekitar perceraian orang tua mereka.

Dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan individu untuk bangkit kembali, beradaptasi serta menghadapi dan memecahkan *stressor* yang ada, sehingga dapat bertahan dalam situasi yang membuat tertekan.

1.1.2 Fungsi Resiliensi

Fungsi resiliensi menurut Reivich dan Shatte (2002: 19-22) yaitu sebagai berikut:

1. *Reaching out*: Resiliensi tidak hanya berguna dalam mengatasi permasalahan, stres, atau traumatik yang mereka rasakan. Akan tetapi hal positif lainnya yaitu, orang yang resiliensi akan mendapatkan pengalaman hidup yang lebih banyak dan lebih bermakna dalam hidup.
2. *Overcoming*: kemampuan menyikapi permasalahan dengan cara menganalisa situasi yang ada dan mengubah sudut pandang yang

lebih positif dan belajar untuk meningkatkan kemampuan mengontrol kehidupan diri kita sendiri.

3. *Steering through*: Esensi dari *steering through* dalam stres kronis adalah *self-efficacy* yang berarti keyakinan terhadap diri sendiri bahwa kita dapat menguasai lingkungan kita dengan baik dan memecahkan berbagai permasalahan yang muncul.
4. *Bouncing back*: Terdapat tiga karakteristik orang resiliensi dalam menyembuhkan diri dari traumatik atau yang lain, yaitu individu menunjukkan *task oriented coping style* dimana individu melakukan segala hal yang dapat mengatasi permasalahan dan derita mereka, individu yakin bahwa ia dapat mengendalikan hidup mereka, dan mampu kembali ke kehidupan normal mereka semula.

1.1.3 Aspek-aspek Resiliensi

Menurut Grotberg (2003: 13-19), dalam *Resilience for today: gaining strength from adversity*, terdapat tiga aspek resiliensi, yaitu:

1. *External Supports*

Aspek *external supports*, yang disebut oleh Grotberg dengan istilah “*I Have*” merupakan bantuan dan sumber dari luar yang dapat meningkatkan resiliensi. Aspek-aspek ini diantaranya yaitu, memiliki orang yang dapat dipercaya (baik anggota keluarga maupun bukan) yang bisa diandalkan kapanpun dan dalam

keadaan apapun. Jika seseorang memiliki orang yang ia percaya, maka hal ini dapat memunculkan bahkan meningkatkan resiliensinya.

Selain memiliki orang yang dapat dipercaya, mempunyai orang yang memberi semangat untuk mendorong individu agar mandiri juga termasuk dalam aspek ini. Kemudian, bisa mendapatkan pelayanan seperti pelayanan kesehatan, pendidikan, atau pelayanan lain yang sejenis, dan memiliki batasan dan aturan dalam berperilaku juga merupakan aspek dalam *I Have* ini.

Memiliki panutan yang baik (*role models*) juga merupakan sumber dari aspek *I Have*, yaitu orang yang menjadi panutan individu, yang dapat menunjukkan apa yang harus dilakukan, seperti misalnya memberikan informasi mengenai sesuatu yang dapat memberi inspirasi agar individu mengikutinya, maupun *sharing* ketika individu sedang menghadapi kesulitan. Sumber yang terakhir adalah mempunyai hubungan yang baik, dalam keluarga dan komunitas yang stabil.

2. *Inner Strengths*

Aspek *inner strengths*, yang disebut oleh Grotberg dengan istilah "*I Am*" merupakan kekuatan yang berasal dari dalam diri, seperti perasaan, tingkah laku dan kepercayaan yang terdapat dalam diri seseorang. Aspek ini terdiri dari beberapa bagian, antara lain yaitu individu merasa seperti orang-orang pada

umumnya, yang dapat menyukai dan mencintai. Perasaan dicintai dan memiliki sikap yang menarik, yaitu tenang dan baik hati, serta meraih kesuksesan dan perencana masa depan.

Menghargai dan bangga pada diri sendiri, yaitu dimana individu mengetahui bahwa mereka adalah seorang yang penting dan merasa bangga akan siapakah mereka itu dan apapun yang mereka lakukan atau akan dicapai, individu itu tidak akan membiarkan orang lain meremehkan atau merendahkan mereka. Ketika individu mempunyai masalah dalam hidup, kepercayaan diri dan *self esteem* ini membantu mereka untuk dapat bertahan dan mengatasi masalah tersebut, serta selain menghargai dirinya sendiri, individu juga dapat menghargai orang lain.

Selain itu, peduli terhadap orang lain juga merupakan sumber dari *I Am*. Individu dapat mencintai, peduli, yaitu ketika seseorang mencintai orang lain dan mengekspresikan cinta itu dengan berbagai macam cara. Individu peduli terhadap apa yang terjadi pada orang lain dan mengekspresikannya melalui berbagai perilaku atau kata-kata.

Individu juga memiliki kepercayaan diri, optimis, dan penuh harapan, ia percaya ada harapan bagi mereka, serta orang lain dan institusi yang dapat dipercaya. Individu merasakan mana yang benar maupun salah, dan ingin ikut serta di dalamnya. Individu mempunyai kepercayaan diri dan iman dalam moral dan

kebaikan. Bagian yang terakhir dari aspek *I Am* adalah mandiri dan bertanggung jawab, serta menerima konsekuensi atas perilakunya. Individu dapat melakukan berbagai macam hal menurut keinginan mereka dan menerima berbagai konsekuensi dan perilakunya. Individu merasakan bahwa ia bisa mandiri dan bertanggung jawab atas hal tersebut.

3. *Interpersonal and Problem-Solving Skills*

Aspek *interpersonal and problem-solving skills*, yang disebut oleh Grotberg dengan istilah "*I Can*" adalah merupakan kompetensi sosial dan interpersonal seseorang. Bagian-bagian dari aspek ini adalah dimana individu mampu mengekspresikan pikiran dan perasaan dengan baik, yaitu keterampilan dalam berkomunikasi. Individu mampu mengekspresikan berbagai macam pikiran dan perasaan kepada orang lain dan dapat mendengar apa yang orang lain katakan serta merasakan perasaan orang lain. Ia pun mampu mengukur temperamen diri sendiri dan orang lain, dimana individu memahami temperamen mereka sendiri (bagaimana bertingkah, merangsang, dan mengambil resiko atau diam, reflek dan berhati-hati) dan juga terhadap temperamen orang lain. Hal ini menolong individu untuk mengetahui berapa lama waktu yang diperlukan untuk berkomunikasi membantu individu untuk mengetahui kecepatan untuk bereaksi, dan berapa banyak individu mampu sukses dalam

berbagai situasi.

Bagian lainnya ialah kemampuan memecahkan masalah (*problem solving*). Individu dapat menilai suatu masalah serta mengetahui apa yang mereka butuhkan agar dapat memecahkan masalah tersebut. Individu dapat membicarakan berbagai masalah dengan orang lain, dan menemukan penyelesaian masalah yang paling tepat. Selain itu, ia pun mampu menyelesaikan berbagai macam masalah didalam berbagai setting kehidupan (pekerjaan, akademis, pribadi, sosial, dan sebagainya), serta mampu untuk dapat mengerjakan pekerjaannya hingga selesai. Kemudian juga dapat menghasilkan ide-ide dan cara-cara baru untuk melakukan sesuatu yang juga dapat membantunya dalam menghadapi kesulitan.

Selain itu, ia pun juga mampu melihat sisi lucu dari kehidupan, terutama saat mengalami kesulitan ia masih memiliki *sense of humor* dalam menghadapinya. Ia mampu *manage* perilakunya, mengatur berbagai perasaan dan rangsangan. Dimana individu dapat mengenali perasaan mereka, mengenali berbagai jenis emosi, dan mengekspresikannya dalam kata-kata dan tingkah laku, namun tidak menggunakan kekerasan terhadap perasaan dan hak orang lain maupun diri sendiri. Ia mampu mengendalikan perilakunya, termasuk didalamnya perasaan-perasaan nya, dorongan-dorongan dari dalam diri, serta tindakan

nya. Bagian yang terakhir ialah kemampuan menjangkau pertolongan. Mencari hubungan yang dapat dipercaya dimana individu dapat menemukan seseorang untuk meminta pertolongan, berbagi perasaan dan perhatian, guna mencari cara terbaik untuk mendiskusikan dan menyelesaikan masalah personal maupun interpersonal.

Menurut Reivich dan Shatte (2002: 38-46) terdapat tujuh aspek yang membangun resiliensi dalam individu, yaitu:

1) *Empati*

Empati adalah kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain. Beberapa individu memiliki kemampuan yang cukup mahir dalam menginterpretasikan bahasa-bahasa non-verbal yang ditunjukkan oleh orang lain. Oleh karena itu, individu yang memiliki empati cenderung mempunyai hubungan sosial yang positif.

2) *Emotion Regulation*

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang di bawah kondisi yang menekan. Individu yang kurang mampu mengatur emosi akan mengalami kesulitan dalam membangun dan menjaga hubungan dengan orang lain.

3) *Impulse control*

Pengendalian impuls adalah kemampuan individu dalam mengendalikan keinginan, kesukaan, ataupun tekanan yang

timbul dari dalam diri individu. Individu yang memiliki kemampuan pengendalian impuls yang rendah akan cepat mengalami perubahan emosi ketika berhadapan dengan berbagai stimulasi dari lingkungan. Individu akan cenderung reaktif, menampilkan perilaku mudah marah, kehilangan kesabaran, impulsif, dan berlaku agresif. Hal ini akan membuat orang di sekitarnya merasa kurang nyaman sehingga berakibat buruk terhadap hubungan sosial individu dengan orang lain.

4) *Optimisme*

Optimis yang dimiliki oleh individu menandakan bahwa ia percaya bahwa dirinya mempunyai kemampuan untuk mengatasi kemalangan yang mungkin terjadi di masa depan.

5) *Self – efficacy*

Efikasi diri adalah kemampuan individu dalam memecahkan masalah yang dialami dan mencapai kesuksesan. Efikasi diri akan menentukan sikap dan perilaku seseorang dalam sebuah permasalahan. Dengan efikasi diri, individu akan mampu mencari penyelesaian yang tepat dari permasalahan yang ada dan tidak mudah menyerah terhadap berbagai kesulitan.

6) *Reaching Out*

Reaching out adalah kemampuan individu dalam memetik hal positif dari kehidupan dimana ia telah mengalami keterpurukan dalam hidupnya. Individu yang tidak mampu melakukan

reaching out dikarenakan kecenderungan sejak kecil untuk lebih banyak belajar menghindari kegagalan dan situasi yang memalukan dibandingkan berlatih untuk menghadapinya.

7) *Causal analysis*

Analisis kasual yaitu kemampuan mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang sedang dihadapi. Individu yang tidak dapat mengidentifikasi permasalahan yang ia hadapi akan terus menerus melakukan kesalahan yang sama.

1.2 Tinjauan Teori Kecerdasan Emosional

1.2.1 Pengertian Kecerdasan Emosional

Kecerdasan menurut Spearman dan Jones, bahwa ada suatu konsepsi lama tentang kekuatan (*power*) yang dapat melengkapi akal pikiran manusia dengan gagasan abstrak yang universal, untuk dijadikan sumber tunggal pengetahuan sejati. Kekuatan demikian dalam bahasa Yunani disebut *nuos*, sedangkan penggunaan kekuatan tersebut disebut *noesis*. Kedua istilah tersebut kemudian dalam bahasa Latin dikenal sebagai *intellectus* dan *intelligentia*. Selanjutnya, dalam bahasa Inggris masing-masing diterjemahkan sebagai *intellect* dan *intelligence*. Transisi bahasa tersebut, ternyata membawa perubahan makna yang mencolok. *Intelligence*, yang dalam bahasa Indonesia kita sebut inteligensi (kecerdasan), semula berarti penggunaan kekuatan intelektual secara

nyata, tetapi kemudian diartikan sebagai suatu kekuatan lain (Hamzah, 2012: 67).

Kecerdasan emosi merupakan kemampuan mengendalikan dorongan emosi, mengenali perasaan orang lain dan menjaga hubungan baik dengan orang lain. Kemampuan ini juga mencakup kontrol diri, semangat dan ketekunan, dan kemampuan memotivasi diri sendiri (Goleman, 2000: 512).

Kecerdasan emosi merupakan dasar-dasar pembentukan emosi yang mencakup keterampilan-keterampilan seseorang untuk menunda kepuasan dan mengendalikan impuls-impuls, tetapi optimis jika berhadapan dengan kemalangan dan ketidak pastian, menyalurkan emosi-emosi yang kuat secara efektif, mampu memotivasi dan menjaga semangat disiplin diri dalam mencapai tujuan-tujuan, menangani kelemahan-kelemahan pribadi, menunjukkan rasa empati kepada orang lain, dan membantu kesadaran diri dan pemahaman diri (Patton, 2000; dalam Yapono, 2013).

Dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional (*Emotional Intelligence*) merupakan kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosionalnya dengan menjaga keselarasan emosi dan bagaimana cara mengungkapkannya melalui pengendalian diri untuk mencapai tujuan serta meraih keberhasilan.

1.2.2 Aspek-aspek Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional terdiri dari beberapa aspek yang dikemukakan oleh Salovey dan Mayer (2011: 532) sebagai berikut:

1) Mengenali emosi diri

Kemampuan individu yang berfungsi untuk memantau perasaan dari waktu ke waktu, mencermati perasaan yang muncul. Ketidakmampuan untuk mencermati perasaan yang sesungguhnya menandakan bahwa orang berada dalam kekuasaan emosi.

2) Mengelola emosi

Kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepas kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan akibat-akibat yang timbul karena kegagalan keterampilan emosi dasar. Kemampuan mengelola emosi meliputi kemampuan penguasaan diri dan kemampuan menenangkan kembali.

3) Memotivasi diri sendiri

Kemampuan untuk mengatur emosi merupakan alat untuk mencapai tujuan dan sangat penting untuk memotivasi dan menguasai diri. Kemampuan ini didasari oleh kemampuan mengendalikan emosi, yaitu menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati. Kemampuan ini meliputi pengendalian dorongan hati dan kekuatan berfikir positif.

4) Mengendalikan emosi orang lain

Kemampuan ini disebut empati, yaitu kemampuan yang bergantung pada kesadaran diri emosional, kemampuan ini merupakan ketrampilan dasar dalam bersosial. Orang empatik lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial tersembunyi yang mengisyaratkan apa yang dibutuhkan orang atau dikehendaki orang lain.

5) Membina hubungan sosial

Keterampilan mengelola emosi orang lain, meliputi ketrampilan sosial yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi. Individu mampu menangani emosi orang lain membutuhkan kematangan dan keterampilan emosional lain, yaitu manajemen diri dan empati. Landasan ini merupakan kecakapan sosial yang mendukung keberhasilan dalam pergaulan dengan orang lain. Adanya kemampuan sosial memungkinkan seseorang membentuk hubungan, untuk menggerakkan dan mengilhami orang, membina kedekatan hubungan, meyakinkan dan mempengaruhi, membuat orang lain merasa nyaman.

1.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosi tidak didapatkan begitu saja, tetapi diperoleh melalui proses pembelajaran. Terdapat beberapa faktor yang dapat membentuk kecerdasan emosi seseorang, yaitu:

1. Lingkungan Keluarga

Lingkungan keluarga merupakan sekolah pertama untuk mempelajari emosi. Pembelajaran emosi dimulai saat bayi dan terus dan terus berlanjut sepanjang kehidupan. Keluarga adalah subjek pertama kali yang diamati anak, bagaimana cara berinteraksi dengan anak dan menyalurkan emosi kepada anak. Kecerdasan emosi dapat diajarkan kepada anak saat masih bayi dengan memberikan contoh-contoh ekspresi, karena anak sangat peka terhadap transmisi emosi yang paling halus sekalipun. Kehidupan emosi yang dipupuk sejak dini oleh keluarga sangat berdampak bagi anak di kemudian hari. Kemampuan tersebut dapat membantu anak lebih mudah menangani dan menghadapi permasalahan. Sehingga anak tidak memiliki banyak masalah tingkah laku yang negatif (Goleman, 2018: 267).

2. Lingkungan Sosial

Penyesuaian dengan tuntutan orang lain membutuhkan sedikit ketenangan dalam diri seseorang. Tanda kemampuan mengelola emosi muncul kira-kira pada periode anak-anak dalam aktivitas bermain peran. Bermain peran memunculkan rasa

empati, dan membuat anak dapat memerankan dirinya sebagai individu lain dengan emosi yang menyertainya sehingga anak akan mulai belajar mengerti keadaan orang lain. Jadi, menangani emosi orang lain termasuk seni yang mantap untuk menjalin hubungan sehingga membutuhkan keterampilan emosi. Dengan landasan ini keterampilan berhubungan dengan orang lain menjadi lebih matang (Goleman, 2018: 135).

1.3 Tinjauan Teori Remaja

1.3.1 Pengertian Remaja

Remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual (Sarwono, 2011: 9). Remaja pada tahap tersebut mengalami perubahan banyak perubahan baik secara emosi, tubuh, minat, pola perilaku dan juga penuh dengan masalah-masalah pada masa remaja (Hurlock, 2011: 207).

Batasan usia remaja berbeda-beda sesuai dengan sosial budaya daerah setempat. WHO membagi kurun usia dalam 2 bagian, yaitu remaja awal 10-14 tahun dan remaja akhir 15-20 tahun (Sarwono, 2011: 32).

Menurut Sarwono (2011: 30-31) ada tiga tahap perkembangan remaja, yaitu:

1) Remaja awal (*early adolescence*) usia 11-13 tahun

Seorang remaja pada tahap ini masih heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya. Remaja mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis, dan mudah terangsang secara erotis. Pada tahap ini remaja awal sulit untuk mengerti dan dimengerti oleh orang dewasa. Remaja ingin bebas dan mulai berfikir abstrak.

2) Remaja Madya (*middle adolescence*) 14-16 tahun

Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan teman-teman karena mereka merasa senang jika banyak teman yang menyukainya. Ada kecenderungan "*narcistic*", yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang mempunyai sifat yang sama pada dirinya. Remaja cenderung berada dalam kondisi kebingungan karena ia tidak tahu harus memilih yang mana. Pada fase remaja madya ini mulai timbul keinginan untuk berkencan dengan lawan jenis dan berkhayal tentang aktivitas seksual sehingga remaja mulai mencoba aktivitas-aktivitas seksual yang mereka inginkan.

3) Remaja akhir (*late adolescence*) 17-20 tahun

Tahap ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa yang ditandai dengan pencapaian 5 hal, yaitu:

- a) Minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek.

- b) Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang dan dalam pengalaman-pengalaman yang baru.
- c) Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi.
- d) *Egosentrisme* (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri).
- e) Tumbuh “dinding” yang memisahkan diri pribadinya (*private self*) dan publik.

1.3.2 Tugas-tugas Perkembangan Remaja

Hurlock (2011: 209-210) menjelaskan bahwa semua tugas perkembangan pada masa remaja dipusatkan pada pusaka penanggulangan sikap dan pola perilaku yang kekanak-kanakan dan mengadakan persiapan untuk menghadapi masa dewasa. Tugas-tugas tersebut antara lain:

- 1) Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita.
- 2) Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab.
- 3) Mencapai peran sosial pria, dan wanita.
- 4) Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif.
- 5) Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya.

- 6) Mempersiapkan karir ekonomi.
- 7) Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideologi.
- 8) Mempersiapkan perkawinan dan keluarga.

1.3.3 Kondisi Psikologis Remaja Di Panti Asuhan

Tinggal di panti asuhan, membuat remaja yatim piatu merasa kehilangan cinta dan perhatian orang tua mereka. Sahad (2018: 560) dalam penelitiannya mengatakan bahwa keadaan terpuruk seperti kehilangan orang tua pada usia dini, telah menyebabkan remaja yatim kehilangan keterikatan orang tua dalam hidup mereka. Hasil negatif yang sangat umum terjadi di kalangan remaja yatim karena kurangnya perhatian dari pengasuh di panti asuhan. Situasi ini membuat remaja yatim piatu mengalami gangguan emosi seperti depresi, kecemasan dan stres dibandingkan dengan non-anak yatim remaja yang masih memiliki kesempatan untuk mendapatkan perhatian, cinta dan kasih sayang dari orang tua mereka.

Menurut Damayanti (2012: 109-110) menempatkan anak pada panti asuhan dengan segala macam latar belakang yang ada dianggap seperti sebuah bentuk penolakan bagi diri si anak. Penolakan oleh keluarga, khususnya orang tua atau ditinggalkan oleh salah seorang dari kedua orang tuanya akan menimbulkan emosi dendam, rasa tidak percaya karena merasa dikhianati, kebencian dan kemarahan. Remaja dengan

emosi-emosi negatif seperti itu jelas akan merasa tidak bahagia. Remaja yang merasa tidak bahagia akan dipenuhi banyak konflik batin serta mengalami frustrasi terus-menerus yang akan membuat remaja menjadi sangat agresif. Kemudian remaja mulai melakukan “serangan-serangan kemarahan” terhadap dunia disekitarnya, seperti menteror lingkungan, mengambil milik orang lain, dan lain sebagainya (Kartono, 2008).

Keadaan mental anak yatim di panti asuhan pada awalnya adalah mereka merasa memiliki kelas yang lebih rendah dari anak yang lainnya sehingga minder, dan kurang percayaan diri untuk bisa menerima kondisi dirinya. Selain itu mereka memerlukan adanya kebutuhan akan pengakuan, perhatian, dan kasih sayang (Ulya, 2014: 77). Hasil penelitian Ulya (2014: 77) anak yang tinggal di panti asuhan Iskandariyah sering memiliki perasaan bahwa dirinya tidak sama seperti anak-anak yang tinggal dalam keluarga yang normal. Adanya orang tua sebagai keluarga pengganti yang diperoleh di panti asuhan tidak selamanya dapat membantu perkembangan jiwa anak. Hal ini cenderung mengakibatkan kemunduran-kemunduran yang berdampak pada penerimaan diri maupun kompetensi interpersonalnya.

Hal itu sejalan dengan penelitian yang dilakukan Hartati & Respati (2012: 80) remaja yang tinggal di panti asuhan merasa minder, rasa tidak percaya diri, menganggap bahwa dirinya berbeda dari remaja lainnya yang masih memiliki dan tinggal bersama orang tuanya. Pada kenyataannya hal ini akan menghambat dirinya untuk bersosialisasi dan

berhubungan interpersonal dengan orang lain yang lebih luas dan lebih baik.

Menurut Kramer dan Gottman (dalam Nashori, 2000), individu yang memiliki kesempatan untuk berinteraksi dengan teman sebaya memiliki kesempatan yang besar untuk meningkatkan perkembangan sosial, perkembangan emosi dan lebih mudah untuk membina hubungan interpersonal.

1.4 Hubungan Antar Variabel

Resiliensi adalah kemampuan manusia untuk menghadapi, mengatasi, menjadi kuat ketika menghadapi rintangan dan hambatan. Setiap manusia memiliki kemampuan untuk menjadi resilien, dan setiap orang mampu belajar bagaimana menghadapi rintangan dan hambatan dalam hidupnya sehingga nantinya menjadi resilien (Grotberg, 2003: 3). Setiap manusia memiliki kemampuan untuk menjadi resilien, dan setiap orang mampu belajar bagaimana menghadapi rintangan dan hambatan dalam hidupnya sehingga nantinya menjadi resilien (Hendriani, 2018: 44).

Adapun aspek-aspek resiliensi menurut Grotberg (2003: 3-4) sebagai berikut: (1) *I have* merupakan sumber resiliensi yang berhubungan dengan pemaknaan remaja terhadap besarnya dukungan yang diberikan oleh lingkungan sosial terhadap dirinya. (2) *I am* merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan kekuatan pribadi yang dimiliki oleh remaja, yang terdiri dari perasaan, sikap dan keyakinan pribadi. (3) *I can* merupakan

sumber resiliensi yang berkaitan dengan apa saja yang dapat dilakukan oleh remaja sehubungan dengan keterampilan-keterampilan sosial dan interpersonal.

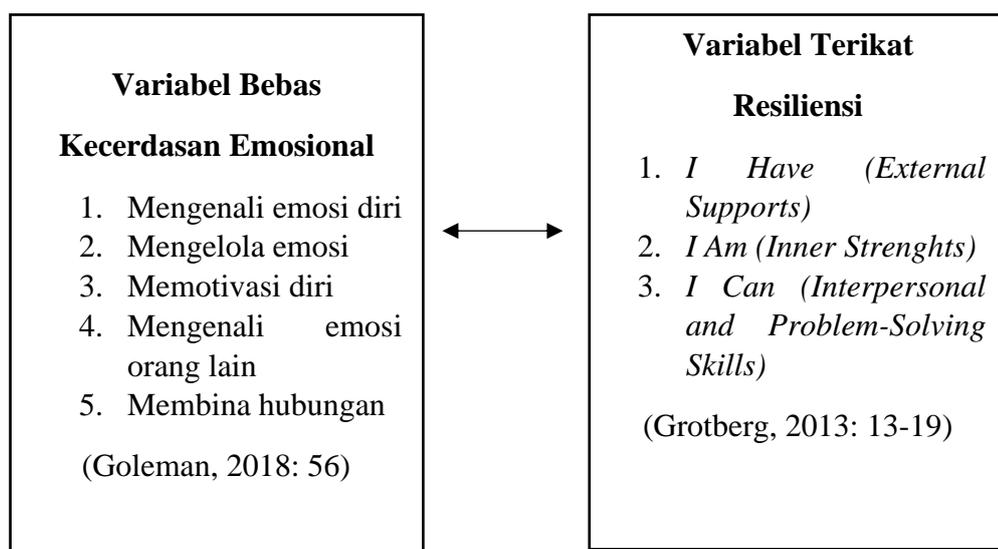
Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Setyowati (2010) terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada siswa penghuni rumah damai dengan hasil $r_{xy}=0,801$, $p<0,05$. Penelitian ini dilakukan pada 16 orang siswa di Rumah Damai. Alat pengumpul data yang digunakan adalah dua buah skala, yaitu skala kecerdasan emosional (50 item, $\alpha=0,946$) dan skala resiliensi (70 item, $\alpha=0,964$). Analisis data dilakukan dengan metode analisis regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sumbangan efektif kecerdasan emosional terhadap resiliensi dalam penelitian ini sebesar 64,1%, dengan rata-rata tingkat kecerdasan emosional maupun resiliensi subjek dalam kategori rendah.

Hasil penelitian lain yang ditemukan Grotzman (1997; dalam Widuri, 2012) menunjukkan bahwa dengan mengaplikasikan kecerdasan emosional dalam kehidupan akan berdampak positif baik dalam kesehatan fisik, keberhasilan akademis, kemudahan dalam membina hubungan dengan orang lain, dan meningkatkan resiliensi. Oleh karena itu, individu memiliki kecerdasan emosi yang tinggi tentunya akan memiliki ketangguhan mental dalam dirinya.

Menurut Armstrong, dkk. (dalam Magnano dkk, 2016), *Emosional Intelligence* mungkin berhubungan langsung dengan ketahanan, sehingga

perilaku yang cerdas secara emosional dalam keadaan stres bersifat adaptif. Salovey, dkk. (2011: 528) berpendapat bahwa orang dengan *Emosional Intelligence* yang lebih tinggi mengatasi lebih baik dengan tuntutan emosional dari pertemuan yang penuh tekanan karena mereka mampu "secara akurat melihat dan menilai emosi mereka, tahu bagaimana dan kapan untuk mengekspresikan perasaan mereka, dan dapat secara efektif mengatur keadaan mood mereka". Dengan demikian, *Emosional Intelligence* menuntut untuk melindungi efek dari peristiwa permusuhan melalui kesadaran diri emosional, ekspresi dan manajemen. Selain itu Armstrong et al. (dalam Magnano dkk, 2016) berpendapat bahwa *Emosional Intelligence* adalah anteseden terhadap ketahanan untuk mencakup ketahanan, sehingga *Emosional Intelligence* berfungsi melalui dimensi komposit untuk memfasilitasi ketahanan.

1.5 Kerangka Konseptual



2.6 Hipotesis Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan kerangka berpikir di atas maka hipotesis yang diajukan adalah:

1. H_0 : Tidak ada hubungan kecerdasan emosional terhadap resiliensi remaja di Panti Asuhan X.
2. H_a : Ada hubungan kecerdasan emosional terhadap resiliensi remaja di Panti Asuhan X.