

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN RESILIENSI
PENGHAFAL AL-QUR'AN DI PONDOK PESANTREN
NURUL HUDA MERGOSONO KOTA MALANG**

SKRIPSI



Robith Muhammad Falah Alkholily

13410181

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG
2020**

HALAMAN JUDUL

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN RESILIENSI
PENGHAFAL AL-QUR'AN DI PONDOK PESANTREN
NURUL HUDA MERGOSONO KOTA MALANG**

SKRIPSI

Diajukan Kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh:

Robith Muhammad Falah Alkholily

NIM. 13410181

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG
2020**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN RESILIENSI PENGHAFAL
AL-QUR'AN DI PONDOK PESANTREN NURUL HUDA MERGOSONO
KOTA MALANG**

SKRIPSI

Oleh:

Robith Muhammad Falah Alkholily

NIM. 13410181

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing



Drs. Yahya, M.A

NIP: 19660518199103 1004

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M. Si.

NIP. 19671029199403 2 001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

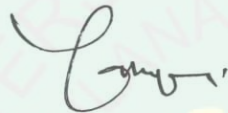
**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN RESILIENSI
PENGHAFAL AL-QUR'AN DI PONDOK PESANTREN NURUL HUDA
MERGOSONO KOTA MALANG**

**Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji
Pada Tanggal 13 April 2020**

Susunan Dewan Penguji

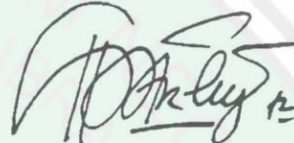
Dosen Pembimbing Skripsi

Penguji Utama



Drs. Yahya, M.A

NIP: 19660518199103 1004



Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si, Psi

NIP. 197207181 99903 2 001

Ketua Penguji



Fina Hidayati, M.A

NIP. 19861009 201503 2 002

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar
Sarjana Psikologi tanggal 13 April 2020

**Mengesahkan,
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang**



Dr. Siti Mahmudah, M. Si.

NIP. 19671029199403 2 001

Pernyataan Orisinalitas

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Robith Muhammad Falah Alkholily
NIM : 13410181
Fakultas : Psikologi UIN Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Penghafal Al-Qur’an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang”, adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika di kemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab dosen pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 3 Maret 2020

Penulis,



Robith Muhammad F. A.
NIM. 13410181

MOTTO

“BERDZIKIR KUAT, BERFIKIR CEPAT, BERTINDAK TEPAT”

KH. As’ad Umar



HALAMAN PERSEMBAHAN

Teruntuk kedua orang tuaku,
Terima Kasih dan Maaf yang tak terhingga dariku.



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan hidayahnya yang selalu memberikan kekuatan dan kelancaran sehingga peneliti mampu menyelesaikan tugas akhir skripsi yang berjudul **“Hubungan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Penghafal Al-Qur’an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang”**, sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana (S1) di Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Shalawat serta salam tak lupa selalu peneliti limpahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah menyampaikan kebenaran kepada kita dan yang peneliti harapkan syafaatnya kelak di hari kiamat.

Peneliti menyadari bahwa karya ini tidak akan terselesaikan tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak yang telah terlibat, untuk itu dengan segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan rasa terima kasih yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. Abdul Haris, M.Ag. selaku rektor UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Siti Mahmudah, M.Si. selaku dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. M. Jamaluddin Ma'mun, M.Si. selaku ketua jurusan Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Drs. Yahya, M.A selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan banyak pelajaran tentang bagaimana menjadi sarjana yang cerdas dan beradab, serta terus membimbing peneliti dari awal penelitian hingga selesai.
5. Segenap civitas akademika Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang terutama para dosen yang telah membagikan ilmu dan pengalamannya.
6. Segenap Pengasuh Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono yang menjadi orang tua, guru, dan panutan penulis, Abuya Taqiyyudin, Abuya Shampton, Abi Syihab, Ning Wik, Ning Badi', para asatidz.

7. Seluruh responden penelitian yang sudah bersedia meluangkan waktunya untuk penulis. Terutama kepada Mahrus dan Isna yang telah membantu penulis selama proses pengambilan data di lapangan.
8. Abi dan Ibuk, sumber motivasi penulis, yang senantiasa mendukung, mengawal, dan mendoakan penulis dalam setiap langkah yang diambil dan tetap sabar.
9. Adek-adek penulis, Dek Kiki, Ela, Aad, dan Kindy yang terus mengingatkan penulis agar segera lulus dan segera pulang.
10. Ummi Nabila Azaria atas semangat dan energi positif yang ia berikan pada penulis selama menyelesaikan penelitian ini, berbagi suka dan duka, dan selalu ada saat penulis membutuhkan meski sedang menempuh tesis.
11. Fina, Respati, dan Vika yang sering penulis repoti dengan pertanyaan-pertanyaan teknis penelitian. Terima kasih untuk Fina sudah mau mendengarkan curahan hati penulis.
12. Bagus, Hendro, Wildan, Yusuf, Ipung, Viki, Miqdad, teman-teman di kontrakan yang dengan sangat baik hati telah bersedia memberikan tumpangan tempat mengerjakan skripsi, teman ngopi, dan tempat berbagi keluh kesah.
13. Mas Uwais, Mas Kahar, Ozik, Nasril, Anip, Mas Indi, Danial, Said, Ashab, dan seluruh teman-teman di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono yang terus saling mensupport satu sama lain.
14. Dan semua pihak yang telah membantu penulis hingga terselesaikannya penelitian, yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Peneliti dengan tulus mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya terhadap seluruh pihak yang telah membantu dan berkontribusi dalam proses penyelesaian skripsi ini. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Untuk itu, kritik dan saran yang bersifat konstruktif sangat diharapkan untuk penyempurnaan skripsi dan menciptakan karya yang lebih baik lagi di masa mendatang. Peneliti berharap semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi siapapun

yang membacanya dan semoga Allah SWT senantiasa mencurahkan rahmat dan lindungannya kepada kita semua.

Malang, 14 Maret 2020

Penulis,

Robith Muhammad F.A.



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	x
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT.....	xvii
مستخلص البحث.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	14
C. Tujuan Penelitian	14
D. Manfaat Penelitian	14
BAB II LANDASAN TEORI.....	16
A. Resiliensi.....	16
1. Definisi Resiliensi	16
2. Resiliensi Dalam Perspektif Psikologi	17
3. Faktor Resiliensi.....	20
4. Aspek Resiliensi	24
5. Pengukuran Resiliensi	29

B. Dukungan Sosial	30
1. Definisi Dukungan Sosial.....	30
2. Aspek Dukungan Sosial	32
3. Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial	35
4. Pengukuran Dukungan Sosial	36
C. Hubungan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Pada Penghafal Al-Qur'an	37
D. Hipotesis.....	39
1. Hipotesis Nihil (Ho)	39
2. Hipotesis Alternatif (Ha)	39
E. Kerangka Berfikir.....	40
BAB III METODE PENELITIAN.....	41
A. Rancangan Penelitian	41
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	41
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	42
D. Populasi dan Sampel Subjek Penelitian	43
E. Teknik Pengumpulan Data.....	44
F. Analisis Data	46
1. Uji Validitas	46
2. Uji Reliabilitas.....	49
3. Analisis Statistik Deskriptif.....	51
4. Analisis Korelasi	52
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	54
A. Pelaksanaan Penelitian	54
1. Gambaran Lokasi Penelitian.....	54
2. Waktu dan Tempat	56

3. Jumlah Subjek Penelitian	56
4. Jumlah Subjek yang Dianalisis.....	56
5. Tahapan Administrasi Pengambilan Data	56
B. Hasil Penelitian	57
1. Analisis Deskripsi.....	57
2. Uji Asumsi.....	62
3. Hasil Uji Hipotesis	64
C. Pembahasan.....	66
1. Tingkat Dukungan Sosial Penghafal Al-Qur'an.....	66
2. Tingkat Resiliensi Penghafal Al-Qur'an	69
3. Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi Penghafal Al-Qur'an	72
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	77
A. Kesimpulan	77
1. Tingkat Dukungan Sosial	77
2. Tingkat Resiliensi.....	77
3. Hubungan Dukungan Sosial dengan Resiliensi.....	78
B. Saran.....	78
1. Penghafal Al-Qur'an	78
2. Pondok Pesantren	79
3. Peneliti.....	79
DAFTAR PUSTAKA	80
LAMPIRAN.....	84

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Sebaran Item Dukungan Sosial	45
Tabel 2. Sebaran Item Resiliensi.....	46
Tabel 4. Hasil Uji Daya Beda Dukungan Sosial	48
Tabel 5. Hasil Uji Daya Beda Resiliensi.....	49
Tabel 3. Kriteria Evaluasi Reliabilitas	50
Tabel 7. Hasil Uji Reliabilitas	50
Tabel 8. Skor Hipotetik dan Skor Empirik Dukungan Sosial	57
Tabel 9. Norma Kategorisasi.....	58
Tabel 10. Kategorisasi Data Dukungan Sosial.....	58
Tabel 11. Skor Hipotetik dan Skor Empirik Resiliensi.....	60
Tabel 12. Norma Kategorisasi.....	60
Tabel 13. Kategorisasi Data Resiliensi	61
Tabel 14. Uji Normalitas.....	63
Tabel 15. Uji Linieritas	64
Tabel 16. Norma Derajat Hubungan	65
Tabel 17. Hasil Analisis Korelasi	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Diagram Presentase Kategorisasi Dukungan Sosial.....	59
Gambar 2. Diagram Presentase Kategorisasi Dukungan Sosial.....	61



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Resiliensi.....	84
Lampiran 2. Skala Dukungan Sosial.....	87
Lampiran 3. Distribusi Data Dukungan Sosial	89
Lampiran 4. Distribusi Data Resiliensi	87
Lampiran 5. Hasil Uji Validitas Skala Dukungan Sosial.....	90
Lampiran 6. Hasil Uji Validitas Skala Resiliensi.....	91
Lampiran 7. Hasil Uji Reliabilitas Skala Resiliensi.....	94
Lampiran 8. Hasil Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial.....	96
Lampiran 9. Deskriptif Statistik dan Kategorisasi Resiliensi	97
Lampiran 10. Deskriptif Statistik dan Kategorisasi Dukungan Sosial.....	98
Lampiran 11. Hasil Uji Normalitas.....	99
Lampiran 12. Hasil Uji Linieritas	101
Lampiran 13. Hasil Uji Korelasi.....	102

ABSTRAK

Alkoholily, Robith Muhammad F. 2020. Hubungan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Penghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang. Skripsi. Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Dosen Pembimbing: Drs. Yahya, M.A

Kata Kunci: Dukungan Sosial, Resiliensi, Penghafal Al-Qur'an

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan mengenai hubungan dukungan sosial dengan resiliensi pada penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang. Resiliensi penting dimiliki oleh setiap individu untuk menghadapi, mengatasi, memperkuat, dan atau mengubah dirinya dari keadaan sulit (Grotberg, 1995). Keadaan sulit yang dihadapi oleh para penghafal al-Qur'an ini diantaranya adalah membuat hafalan dan mempertahankan hafalan sehingga dibutuhkan kompetensi dan kepercayaan diri. Smet (1994 dalam Kumalasari & Ahyani, 2012) mengungkapkan bahwa individu akan lebih merasa tenang, diperhatikan, percaya diri dan kompeten dalam menjalankan aktivitasnya jika ia mendapatkan dukungan dari lingkungannya.

Subjek penelitian adalah 54 penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang. Pada penelitian ini, dukungan sosial merupakan variabel bebas (X) dan resiliensi adalah variabel terikat (Y). Instrumen yang digunakan adalah skala yang dikembangkan secara pribadi oleh peneliti berdasarkan pada sumber-sumber dukungan sosial menurut Zimet, Dahlem, Zimet, & Karley (1988) yakni *family*, *friend*, dan *significant other*. Sedangkan untuk variabel resiliensi berdasarkan aspek-aspek menurut Reivich & Shatte (2002) yakni regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, *causal analysis*, empati, efikasi diri, dan *reaching out*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek memiliki tingkat dukungan sosial tinggi sebesar 74,1% serta memiliki tingkat resiliensi tinggi sebesar 50%. Dukungan sosial terbukti memiliki hubungan yang positif namun rendah dengan nilai koefisien sebesar 0,328 dan nilai signifikansi sebesar 0,016 dengan resiliensi.

ABSTRACT

Alkoholily, Robith Muhammad F. 2020. The Relationship of Social Support with the Resilience of Al Qur'an Recitation at Nurul Huda Mergosono Islamic Boarding School in Malang. Thesis. Faculty of Psychology UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Supervisor: Drs. Yahya, M.A

Keywords: Social Support, Resilience, Al-Qur'an Memorization

This study aims to explain the relationship of social support with resilience in memorizing al-Qur'an at Nurul Huda Mergosono Islamic Boarding School in Malang. Important resilience is owned by every individual to face, overcome, strengthen, and or change themselves from difficult circumstances (Grotberg, 1995). Difficult circumstances faced by the memorizers of the Qur'an include making memorization and maintaining memorization so that competence and confidence are needed. Smet (1994 in Kumalasari & Ahyani, 2012) revealed that individuals will feel more calm, cared for, confident and competent in carrying out their activities if they get support from their environment.

The subjects were 54 memorizers of the Koran at the Nurul Huda Mergosono Islamic Boarding School in Malang. In this study, social support is an independent variable (X) and resilience is a dependent variable (Y). The instrument used is a scale that was developed personally by researchers based on sources of social support according to Zimet, Dahlem, Zimet, & Karley (1988), namely family, friends, and significant others. As for the resilience variable based on aspects according to Reivich & Shatte (2002) namely emotional regulation, impulse control, optimism, causal analysis, empathy, self-efficacy, and reaching out.

The results of this study indicate that the majority of subjects have a high level of social support of 74.1% and have a high level of resilience of 50%. Social support is proven to have a positive but low relationship with a coefficient value of 0.328 and a significance value of 0.016 with resilience.

مستخلص البحث

الخليلي ، روبيث محمد ف. 2020. علاقة الدعم الاجتماعي بقدرة تلاوة القرآن في مدرسة نور الهدى ميرغوسونو الإسلامية الداخلية في مالانج. أطروحة. كلية علم النفس ، جامعة مولانا مالك إبراهيم الحكومية الإسلامية في مالانج.
المشرف: الدكتورة يحيى محمد

الكلمات المفتاحية: الدعم الاجتماعي ، المرونة ، تحفيظ القرآن

تهدف هذه الدراسة إلى شرح علاقة الدعم الاجتماعي بالمرونة في حفظ القرآن في مدرسة نور الهدى ميرغوسونو الإسلامية الداخلية في مالانج. يمتلك كل فرد القدرة على الصمود في وجه الظروف القاسية أو التغلب عليها أو تقويتها أو تغييرها (Grotberg. 1995). تشمل الظروف الصعبة التي يواجهها مقدمو القرآن صنع الحفظ والحفاظ على الحفظ بحيث تكون هناك حاجة للكفاءة والثقة. كشفت Smet, (1994) في (Kumalasari & Ahyani, 2012) أن الأفراد سوف يشعرون بمزيد من الهدوء والعناية والثقة والكفاءة في تنفيذ أنشطتهم إذا حصلوا على الدعم من بيئتهم.

وكانت الموضوعات 54 من الحفظ القرآن في مدرسة نور الهدى Mergosono الإسلامية الداخلية في مالانج. في هذه الدراسة ، يعد الدعم الاجتماعي متغيرًا مستقلاً (X) والمرونة هي متغير تابع (Y) الأداة المستخدمة هي مقياس تم تطويره شخصيًا من قبل الباحثين استنادًا إلى مصادر الدعم الاجتماعي وفقًا لـ Zimet و Dahlem و Karley (1988) أي العائلة والأصدقاء وغيرهم. بالنسبة لمتغير المرونة بناءً على الجوانب وفقًا لـ Reivich & Shatte (2002) وهي التنظيم العاطفي والتحكم في الدافع والتفاوض والتحليل السببي والتعاطف والفعالية الذاتية والتواصل.

تشير نتائج هذه الدراسة إلى أن غالبية الأشخاص يتمتعون بمستوى عالٍ من الدعم الاجتماعي بنسبة 74.1% ولديهم مستوى عالٍ من المرونة قدره 50%. ثبت أن الدعم الاجتماعي له علاقة إيجابية ولكن منخفضة مع قيمة معامل 0.328 وقيمة دلالة 0.016 مع المرونة.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Al-Qur'an adalah kitab suci yang diturunkan oleh Allah SWT melalui Nabi Muhammad SAW untuk seluruh umat Islam. Sebagaimana firman Allah SWT dalam surat An-Nisa ayat 136:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا آمِنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ وَالْكِتَابِ الَّذِي نَزَّلَ عَلَى رَسُولِهِ وَالْكِتَابِ الَّذِي أَنْزَلَ
مِنْ قَبْلُ وَمَنْ يَكْفُرْ بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَقَدْ ضَلَّ ضَلَالًا بَعِيدًا - ١٣٦

“Wahai orang-orang yang beriman! Tetaplah beriman kepada Allah dan Rasul-Nya (Muhammad) dan kepada Kitab (Al-Qur'an) yang diturunkan kepada Rasul-Nya, serta kitab yang diturunkan sebelumnya. Barangsiapa ingkar kepada Allah, malaikat-malaikat-Nya, kitab-kitab-Nya, rasul-rasul-Nya, dan hari kemudian, maka sungguh, orang itu telah tersesat sangat jauh.” (QS An-Nisa: 136).

Al-Qur'an diturunkan untuk menjadi pedoman hidup bagi umat muslim yang berisi ajaran-ajaran apa saja yang wajib dan tidak boleh dilakukan, ilmu pengetahuan, sejarah, dan lain-lain. Imam Al-Ghozali mengungkapkan 10 permata yang terkandung dalam al-Qur'an yaitu (1) mengetahui dzat Allah, (2) mengetahui sifat Allah, (3) mengetahui perbuatan-perbuatan Allah, (4) *tazkiyatun nafs* atau membersihkan diri di jalan Allah, (5) *tahliyatun nafs* atau menghiasi diri di jalan Allah, (6)

mengetahui keadaan para kekasih Allah yang menempuh jalan lurus-Nya, (7) mengetahui keadaan para musuh Allah yang menyimpang dari jalan lurus Allah, (8) menegakkan argumen bagi para penentang Allah, (9) mengetahui hukum-hukum Allah sebagai rambu bagi para penempuh jalan-Nya, (10) mengetahui keadaan akhirat sebagai tempat akhir, baik bagi para penempuh jalan Allah maupun bagi para penentang jalan-Nya (Al-Ghozali, 1985;163).

Seorang muslim seharusnya memegang teguh ajaran yang ada pada Al-Qur'an dalam setiap hembusan nafasnya. Untuk bisa memahami al-Qur'an, maka tidak cukup hanya dibaca, namun setelah itu dipahami isi dan kandungannya, untuk kemudian diamalkan dan dijadikan pedoman hidup. Nabi Muhammad SAW bersabda:

عَنْ عُثْمَانَ - رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ - عَنِ النَّبِيِّ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - قَالَ « خَيْرُكُمْ مَنْ عَلَّمَ
الْقُرْآنَ وَعَلَّمَهُ » رواه البخاري

yang artinya, “*Sebaik-baiknya orang diantara kalian adalah orang yang mempelajari Al-Qur'an dan mengajarkannya*” (HR Bukhari).

Pembelajaran Al-Qur'an merupakan hal yang sangat penting dan wajib hukumnya bagi seorang Muslim. Rasulullah menyuruh kita untuk belajar al-Qur'an dari bacaannya yang berkenaan dengan tajwid serta dapat mengamalkan apa yang ada di dalamnya. Belajar al-Qur'an bukan hanya sekedar berhenti pada lingkup membaca *lafadznya* saja namun juga

mempraktekkan apa yang terkandung di dalamnya karena al-Qur'an sendiri mencakup berbagai ilmu pengetahuan.

Beberapa orang tidak hanya mempelajari al-Qur'an, namun juga menghafalnya. Orang yang menghafal al-Qur'an secara keseluruhan biasa disebut *hafidz*. Seorang *hafidz* berarti dia secara terus menerus harus senantiasa menjaga hafalannya agar tidak lupa. Baik lupa sebagian maupun lupa secara keseluruhan karena lengah atau meremehkan (Nawabuddin, 1990;30). Dalam kitab-kitab salaf, istilah *hafidz* sebenarnya digunakan untuk orang yang hafal ribuan hadist lengkap beserta sanadnya. Sedangkan istilah yang digunakan untuk penghafal al-Qur'an adalah *hamil*.

Banyak sekali keutamaan menghafalkan al-Qur'an. Salah satunya adalah Allah mengangkat derajat para penghafal al-Qur'an di sisi-Nya. Para penghafal al-Qur'an juga termasuk dalam golongan orang yang sangat dicintai oleh Allah karena mereka menjaga al-Qur'an dan menjadikannya kekasih (Az-Zawawi, 2010;34).

Sebagaimana belajar, menghafalkan al-Qur'an membutuhkan proses yang tidak mudah dan waktu yang panjang. Dalam kitab *ta'limul muta'allim*, dijelaskan bahwa belajar harus disertai dengan sikap sabar, tabah, dan tekun. Dikatakan juga bahwa makna dari kesabaran dalam belajar adalah tidak berhenti belajar sebelum purna, tidak pindah dari guru satu kepada guru yang lain, dan juga tidak menuruti keinginan hawa nafsu yang rendah nilainya (Az-Zarnuji, 2009;14).

Secara teknis, ada banyak tahapan yang harus dilalui para penghafal al-Qur'an hingga dapat dianggap memenuhi kriteria *hufadz*. *Khatam* setoran al-Qur'an 30 juz *binnadzor* atau setoran membaca 30 juz sesuai aturan tajwid dengan disimak oleh ustadz/kyai. Lalu memulai setoran *bilghoib* atau setoran hafalan dengan cara bertahap setiap harinya. Dibarengi dengan mengulangi hafalan yang sudah pernah disetorkan (*muroja'ah*). Hingga pada akhirnya *ditashhih* setelah hafalan 30 juznya sudah benar-benar lancar.

Waktu yang ditempuh para penghafal al-Qur'an hingga mencapai predikat *hufadz* bermacam-macam tergantung per individu penghafalnya. Bisa jadi membutuhkan waktu yang singkat, bisa juga panjang dan melelahkan bagi sebagian besar orang. Banyak faktor yang mempengaruhi berapa lama waktu yang mereka butuhkan. Salah satunya adalah seberapa kuat para penghafal al-Qur'an mampu menghadapi rintangan yang ada saat proses menghafal. Ada beberapa hambatan yang sangat mungkin dihadapi oleh para penghafal al-Qur'an yang terangkum menjadi 5 hal yaitu (1) cinta akan dunia dan terlalu sibuk dengannya, (2) tidak dapat merasakan kenikmatan kenikmatan al-Qur'an, (3) banyak melakukan maksiat yang menjadikan hati menjadi kotor, (4) mudah putus asa, bermalas-malas, dan tidak sabar, serta (5) niat yang tidak ikhlas (Abdul Hafidz, 2003;20).

Hal ini senada dengan apa yang dikatakan oleh IR, salah satu penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono:

“Menghafal Qur’an itu tidak gampang. Harus fokus dan sering diulang apa yang sudah dihafal. Qur’an itu tidak mau diduakan, Mas. Harus dipegang terus. Metode menghafalnya juga harus mencari yang pas. Jadi tanggungannya tidak hanya menambah hafalan, tapi juga menjaga yang sudah dihafal biar tidak hilang. *Lha* ini yang lebih susah. Kadang yang fokus saja kesulitan, apalagi seperti saya ini. Ya kuliah, ya ngurus pondok. Jangan ditanya susah apa tidak. Mesti susah, *lah*.” (wawancara dengan IR, 3 April 2019)

Pernyataan yang serupa didapatkan dari MR:

“Sebenarnya ya susah. *Ngafalin* Qur’an sambil kuliah. Tugas kuliah banyak, *ngerjakan* tugasnya kadang tidak bisa sendiri, harus kelompokan, sering kumpul angkatan, padahal sehari harus setoran dua kali. *Mbagi* waktu antara kuliah dan *muroja’ahnya* itu lho yang susah. Sedangkan kalau tidak *muroja’ah*, ya setorannya tidak lancar. Kalau tidak lancar hafalannya ya tidak enak kepada kyai. Belum lagi kegiatan pondok lainnya. Sering *sumpek* saya, Mas.” (wawancara dengan MR, 3 April 2019)

Dalam potongan wawancara tersebut, penghafal al-Qur’an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang mengungkapkan kesulitan-kesulitan yang mereka hadapi selama proses menghafalkan. Diantaranya membagi waktu dan pikiran dengan kegiatan lain, pemilihan metode menghafal, menjaga hafalan agar tidak lupa, yang mana membuat mereka berada pada kondisi sulit yang sering menjadikan stres tersendiri. Terkadang ada juga yang memutuskan berhenti menghafalkan al-Qur’an. Seperti yang penulis dapatkan dari pernyataan AJ, salah satu penghafal al-Qur’an senior di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang:

“...karena *ngapalin* al-Qur’an *nggak* bisa *cepat* dan butuh niat yang kuat, banyak juga yang *nggak* sampai selesai *udah* berhenti. Biasanya mereka *nggak mantep* dengan kemampuan mereka.” (wawancara dengan AJ, 4 April 2019)

Memang hidup tidak bisa dipisahkan dari masalah. Setiap masa perkembangan manusia memiliki sisi resiko dan tantangan masing-masing.

Resiko dan tantangan yang bersifat *developmental* tersebut dibutuhkan oleh tiap individu yang menjalani proses perkembangannya agar bisa menuju kematangan sesuai tahapan yang harus dilaluinya. Dengan kata lain, resiko dan tantangan merupakan bagian yang tak terpisahkan untuk teraihnya sebuah kematangan (Lerner & Galambos, 1998;432). Bagi banyak individu, perubahan ini merupakan bagian dari penyesuaian positif untuk meraih otonomi. Sebagaimana juga dialami oleh para penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang.

Tantangan yang dihadapi oleh setiap individu untuk dapat melakukan penyesuaian yang positif dan dapat diterima oleh lingkungannya seringkali menimbulkan efek-efek tertentu seperti stres. Stres sendiri adalah bentuk ketegangan dari fisik, psikis, emosi maupun mental (Rismalinda, 2017;58). Umumnya seseorang yang mengalami stres akan terganggu siklus kehidupannya dan merasakan ketidaknyamanan. Stres yang terjadi ketika seseorang mengalami suatu tekanan dan ketidaknyamanan saat belajar disebut dengan stres dalam belajar. Stres dalam belajar adalah perasaan-perasaan yang dihadapi seseorang ketika ada tekanan terhadapnya. Tekanan-tekanan yang dimaksud berhubungan dengan belajar (Alvin, 2007;61).

Tekanan-tekanan tersebut menjadi sumber stres, yang kemudian disebut dengan stresor. Masing-masing individu memiliki cara yang berbeda dalam menyikapi stresor yang ada. Ada yang memilih bertahan dengan situasi dan kondisi yang menekan, ada juga yang memilih untuk

mundur dan keluar dari kondisi sulit tersebut sehingga secara otomatis keluar dari kelompok. Diperlukan keterampilan setiap individu untuk menghadapi resiko dan tantangan yang ada. Kemampuan individu dalam menghadapi masalah disebut resiliensi. Resiliensi sangat penting bagi setiap individu, karena resiliensi adalah kemampuan yang dimiliki manusia untuk menghadapi, mengatasi, dan memperkuat, atau bahkan mengubah dirinya dari keadaan sulit (Grotberg, 1995;8).

Dalam kasus yang terjadi pada penghafal al-Qur'an, mereka harus menjalani rutinitas kegiatan program *tahfidz* mereka secara konsisten. Beberapa diantaranya adalah kewajiban melakukan setoran. Setiap santri *tahfidz* diwajibkan mengikuti kegiatan setoran dua kali dalam sehari, setelah waktu subuh dan juga setelah waktu maghrib. Yang kedua yaitu menambah hafalan. Setiap santri *tahfidz* diharuskan menambah hafalan setiap kegiatan setoran, dan tantangan terberat menurut mereka adalah menjaga hafalan yang sudah disetorkan karena pantangan bagi penghafal al-Qur'an yaitu hilang hafalannya. Mereka yang mampu menjalani kewajiban maka akan mencapai tujuannya dan tidak jarang beberapa individu memilih untuk berhenti.

Tidak terkecuali, semua orang pasti mengalami kesulitan. Sehingga daya lentur (resiliensi) diperlukan untuk menghindari stres dan perilaku negatif yang merugikan dirinya sendiri dan lingkungan sosialnya (Ruswahyuningsih & Tina, 2015;98). Untuk mengatasi berbagai tantangan, permasalahan yang menimbulkan stres, depresi dan kecemasan maka

setiap individu harus bisa menjadi resilien yaitu dapat bangkit, mampu untuk bertahan, dan memperbaiki kekecewaan yang dihadapinya karena sebenarnya setiap individu mempunyai kemampuan untuk tangguh (resilien) secara alami (Corner dalam Melisa, 2009;113).

Dalam konteks menghafal al-Qur'an, sebagaimana peneliti dapatkan dari hasil observasi dan wawancara awal sebelum penelitian, mereka melakukan usaha-usaha untuk terus bertahan menghadapi kesulitan-kesulitan seperti mengingat kembali tujuan mereka menghafalkan al-Qur'an saat dilanda rasa malas atau bosan, mengidentifikasi penyebab mereka lupa pada hafalannya, mengulang-ulang hafalan yang sudah dimiliki agar tidak lupa, menashan keinginan dan dorongan dari dalam diri saat mereka dihadapkan perasaan bosan, malas, atau hilang semangat saat menghafalkan, yakin terhadap kemampuan diri mereka bahwa mereka mampu mencapai kesuksesan menghafalkan al-Qur'an, mengevaluasi diri (*bermuhasabah*) dan memperbaiki proses mereka rasa kurang tepat dan pas saat menghafalkan al-Qur'an, dan lain lain. Hal-hal tersebut menunjukkan bahwa para penghafal memiliki kemampuan untuk bertahan menghadapi masa-masa sulit yang dapat mengancam keberlangsungan proses mereka sebagai penghafal al-Qur'an.

Resiliensi mempunyai pengertian sebagai suatu kemampuan untuk bangkit kembali (*to bounce back*) dari pengalaman emosi negatif dan kemampuan untuk beradaptasi secara fleksibel terhadap permintaan-permintaan yang terus berubah dari pengalaman-pengalaman stres

(Ruswahyuningsih & Tina, 2015;101). Resiliensi merupakan proses untuk mengatasi pengaruh-pengaruh negatif dari paparan resiko-resiko kehidupan, keberhasilan menghadapi pengalaman-pengalaman traumatik dan kemampuan menghindari lintasan-lintasan negatif yang berhubungan dengan resiko-resiko kehidupan (Fergus & Zimmerman, 2005;403).

Grotberg menjelaskan 3 sumber yang menjadikan individu menjadi resilien. (1) Dukungan sosial (*I Have*), yang mencakup keluarga, lingkungan sekolah yang menyenangkan, ataupun hubungan dengan orang lain selain keluarga; (2) kemampuan individu (*I Am*), yang meliputi perasaan, tingkah laku, dan optimisme; dan (3) kemampuan social dan interpersonal (*I Can*) yang berkaitan dengan kemampuan individu melakukan hubungan sosial dan interpersonal (Grotberg, 1995;8).

Individu yang resilien adalah individu yang dapat mengenali diri sendiri dan orang lain, memiliki *self-esteem* yang tinggi, memiliki kemampuan untuk belajar dari pengalaman, memiliki kesabaran yang tinggi dalam situasi yang sulit, *open mindedness*, memiliki keberanian dalam menghadapi resiko, menjadi pribadi yang disiplin, kreatif, jujur, humoris, memberikan arti pada hidup, serta memiliki harapan (Allen, 2005 dalam Desmita, 2010;78). Terdapat empat kriteria seorang individu yang resilien, yaitu mempunyai kompetensi sosial, memiliki cara menyelesaikan masalah yang dihadapinya, mempunyai otonomi, serta memiliki kesadaran tentang tujuan dan masa depan yang cemerlang (Bernard dalam Desmita, 2010;78).

Salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi seseorang adalah dukungan sosial (*i have*). *I have* adalah dukungan yang berasal dari lingkungan di sekitar individu itu hidup. Sebelum individu menyadari siapa dia (*I am*) dan apa yang bisa dia lakukan (*I can*), individu membutuhkan dukungan eksternal untuk membangun resiliensi. Dukungan eksternal ini meliputi hubungan dengan keluarga, lingkungan tempat ia belajar, ataupun hubungan dengan orang lain diluar keluarga dan lingkungan tempat ia belajar (Grotberg, 1995;8).

Dukungan sosial adalah sebuah pertukaran hubungan yang bersifat timbal balik antar pribadi dimana seseorang memberikan bantuan kepada orang lain (Sarafino dalam Purba dkk, 2007;80). Dukungan sosial menurut Smet (1994) adalah salah satu fungsi dari ikatan sosial yang menunjukkan tingkatan kualitas dari hubungan interpersonal dan berdampak pada munculnya kepuasan secara emosional dalam kehidupan sehingga individu yang menerima dukungan sosial akan merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan juga kompeten (Smet, 1994 dalam Kumalasari & Ahyani, 2012;25).

Sarafino mengatakan bahwa dengan berinteraksi dengan orang lain, individu dapat memodifikasi persepsi pada dirinya mengenai suatu hal dan akan mengurangi potensi munculnya stres baru atau stres yang berkepanjangan (Sarafino dalam Rachmawati, 2013;51). Proses interaksi dalam berhubungan dengan orang lain yang bertujuan untuk memperbaiki *coping*, penghargaan, cinta, kasih, dan kompetensi melalui pertukaran rasa

dan tingkah laku yang nyata (Gottlieb, 2000 dalam Kendall & Mattson, 2011;183).

Maka perlu dipahami juga bagi setiap individu untuk mengetahui dari mana mereka dapat mendapatkan dukungan sosial, dan seberapa banyak sumber dukungan sosial ini dapat efektif dalam membantu menyelesaikan masalah. Karena setiap fungsi sosial mempunyai sumber-sumber dukungan yang berbeda (Weis dalam Purba, 2007;83). Dalam konteks para penghafal al-Qur'an, dukungan sosial dapat mereka dapatkan dari teman satu komunitas (sesama penghafal al-Qur'an), orang tua, teman sebaya selain sesama penghafal al-Qur'an, sahabat, dan juga ustadz atau kyai di tempat mereka menghafalkan al-Qur'an.

Penelitian yang dilakukan oleh Hadianingsih mengungkapkan bahwa individu tidak akan terlepas dari permasalahan, sehingga dukungan sosial jadi salah satu faktor penting bagi individu untuk menghadapi masalah tersebut (Hadianingsih, 2014;66). Hobfoll menyebutkan bahwa dukungan sosial memberikan bantuan nyata bagi individu dalam membentuk keyakinan bahwa dirinya mempunyai orang-orang di lingkungan sosialnya yang mencintai dan menyayangnya (Hobfoll dalam Norris & Kaniasty, 1996;492).

Dukungan sosial terbagi menjadi dua yaitu dukungan yang diterima dan dukungan yang dirasakan. Dukungan sosial yang diterima artinya dukungan dari orang lain yang diterima individu. Sedangkan dukungan

sosial yang dirasakan lebih pada keyakinan individu bahwa perilakunya diterima oleh orang lain (Hobfoll dalam Norris & Kaniasty, 1996;492). Dukungan sosial dapat berupa komunikasi verbal maupun nonverbal, yang meliputi komunikasi, mengurangi ketidakpastian, dan memperjelas kontrol (Albrecht & Adleman, 1987 dalam Kendall & Mattson, 2011;182).

Mufidah (2017) mengatakan bahwa ada korelasi yang positif antara dukungan sosial dengan resiliensi dengan *locus of control* sebagai moderator pada mahasiswa bidikmisi. Penelitian tersebut menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0.308 dan nilai F sebesar 5.017 dengan sumbangan dukungan sosial terhadap resiliensi sebesar 9.5%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan resiliensi yang dimoderatori oleh *locus of control* namun tidak signifikan dengan sumbangan dari moderator sebesar 7% yang artinya ada faktod lain yang bisa menguatkan hubungan antara kedua variabel tersebut. Penelitian Saraswati (2018) dengan judul hubungan antara hubungan sosial dan optimisme dengan resiliensi pada penderita tuberkulosis juga menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan dengan nilai koefisien sebesar 0.763 dan nilai signifikansi sebesar 0.000 dengan sumbangan dukungan sosial terhadap resiliensi sebesar 58,2%.

Penelitian terdahulu tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh seseorang, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi individu tersebut. Perbedaan penelitian ini dengan

penelitian terdahulu adalah pada subjeknya. Kebanyakan subjek penelitian untuk kajian resiliensi adalah individu yang mengalami kejadian traumatis atau sangat tidak mengenakkan seperti penyakit fisik maupun psikis. Sehingga berkesan bahwa kemampuan resiliensi hanya ada pada mereka yang mengalami kegagalan, ketidakberfungsian organ fisik atau psikis, dan peristiwa tidak mengenakkan lainnya. Padahal sebagaimana yang telah dikatakan oleh Reivich dan Shatte (2002) bahwa resiliensi pada individu tidak selalu berkenaan dengan keadaan yang berat dalam hidup, namun juga dibutuhkan individu untuk menghadapi permasalahan-permasalahan yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari (Reivich & Shatte, 2002:183). Senada dengan itu, Coulson mengatakan bahwa resiliensi adalah sebuah proses yang terjadi pada individu disaat individu tersebut menghadapi sebuah masalah atau kondisi yang menekan (Coulson dalam Arifani, 2016;3). Sehingga dalam penelitian ini, peneliti menjadikan para penghafal al-Qur'an sebagai subjek penelitian.

Dari pemaparan di atas, dapat ditarik kesimpulan sementara bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang cukup dekat dengan resiliensi penghafal al-Qur'an. Sebab itulah muncul rasa keingintahuan penulis tentang apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi penghafal al-Qur'an. Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang adalah salah satu pesantren yang menyediakan program *tahfidzul Qur'an* bagi mereka yang ingin menghafalkan al-Qur'an.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat dukungan sosial para penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang?
2. Bagaimana tingkat resiliensi para penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang?
3. Bagaimana hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Mengetahui tingkat dukungan sosial para penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang.
2. Mengetahui tingkat resiliensi para penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda Malang.
3. Mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Manfaat secara teoritis yang diharapkan dapat diambil dari hasil penelitian ini adalah dapat ikut memperkaya wawasan dan teori-teori

dari literatur yang sudah ada, agar kemudian dapat menjadi masukan bagi pengembangan ilmu psikologi serta menjadi tambahan informasi bagi para penghafal al-Qur'an. Selain itu, diharapkan penelitian ini dapat menjadi pijakan bagi peneliti-peneliti di masa yang akan datang dalam meneliti hal serupa secara lebih dalam.

2. Secara Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman pada para penghafal al-Qur'an, bahwa dukungan sosial menjadi faktor penting bagi mereka untuk menghadapi masalah yang dialami selama menghafalkan al-Qur'an.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Resiliensi

1. Definisi Resiliensi

Kata ‘resiliensi’ atau *resilience* diambil dari Bahasa Latin ‘resilire’ yang berarti *to leap or spring back*; melompat atau memantul. Istilah ini pertama kali dikenalkan oleh Thomas Tredgold pada tahun 1818 saat dia menggambarkan properti yang terbuat dari kayu, dan menjelaskan mengapa beberapa jenis kayu dapat menampung muatan yang berat secara tiba-tiba tanpa muncul kerusakan pada kayu tersebut (M.O. Wright & A.S. Masten, 2015;332). Istilah resiliensi secara umum digunakan sebagai gambaran atas kemampuan individu untuk bangkit setelah mengalami stress dan kesulitan.

Selanjutnya, M.O. Wright dan A.S. Masten menjelaskan definisi resiliensi sebagai sebuah kapasitas individu yang dinamis untuk beradaptasi terhadap segala gangguan yang mengancam fungsi, kelayakan, dan perkembangan. Definisi ini masih sangat luas sehingga skalanya dapat diukur di seluruh system level dan disiplin ilmu. Sehingga harus dikerucutkan kembali definisi tersebut agar didapatkan definisi yang tepat dari resiliensi pada seorang individu (M.O. Wright & A.S. Masten, 2015;332).

Menurut Reivich & Shatte (2002) resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau

masalah yang terjadi dalam kehidupan. Bertahan dalam keadaan tertekan dan bahkan berhadapan dengan kesengsaraan (*adversity*) atau trauma yang dialami dalam kehidupannya.

Siebert lebih memandang resiliensi sebagai kemampuan individu untuk menghadapi perubahan dalam tingkat tinggi yang dirasa mengganggu dengan cara yang baik. Individu yang resilien mampu pulih secara cepat serta mampu menyesuaikan diri terhadap kondisi kehidupan yang baru dengan meninggalkan cara lama yang tak lagi relevan tanpa melalui cara-cara yang membahayakan dirinya (Siebert dalam Langvardt, 2007;43).

Dari pemaparan di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa resiliensi adalah sebuah kemampuan yang dimiliki individu untuk bertahan dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan, bangkit dari keterpurukan, sehingga mewujudkan individu yang memungkinkan untuk berkembang dalam menghadapi setiap kesulitan.

2. Resiliensi Dalam Perspektif Psikologi

Dalam khazanah ilmu psikologi, terutama dalam psikologi perkembangan, istilah resiliensi tergolong baru. Paradigma ini didasarkan pada pandangan kontemporer yang muncul dari lapangan psikiatri, psikologi, dan juga sosiologi tentang bagaimana anak, remaja, dan orang dewasa bangkit dari kondisi tertekan, stres, trauma, dan resiko dalam kehidupan mereka (Desmita, 2010;69).

Penelitian selama 20 tahun terakhir telah menunjukkan bahwa resiliensi adalah karakteristik multidimensi yang bervariasi dengan konteks, waktu, usia, jenis kelamin, dan asal budaya. Resiliensi mewujudkan kualitas pribadi yang memungkinkan untuk berkembang dalam menghadapi setiap kesulitan (Connor & Davidson, 2003;79).

Resiliensi sangat penting bagi setiap individu, karena resiliensi adalah kemampuan yang dimiliki manusia untuk menghadapi, mengatasi, dan memperkuat, atau bahkan mengubah dirinya dari keadaan sulit (Grotberg, 1995;11). Tidak terkecuali, semua orang pasti mengalami kesulitan. Sehingga daya lentur (resiliensi) diperlukan untuk menghindari stres dan perilaku negatif yang merugikan dirinya sendiri dan lingkungan sosialnya (Ruswahyuningsih & Tina, 2015;97).

Resiliensi adalah sebuah proses yang terjadi pada individu disaat individu tersebut menghadapi sebuah masalah atau kondisi yang menekan. Ada empat proses yang mungkin terjadi pada seseorang ketika ia mengalami kondisi menekan. Proses tersebut yaitu (Coulson dalam Arifani, 2016;3):

a. *Succumbing* (Mengalah)

Istilah ini digunakan untuk menggambarkan kondisi dimana individu mengalah atau menyerah pasca menghadapi sebuah masalah atau ancaman dalam hidupnya. *Outcomes* (penampakan) dari individu yang berada pada kondisi ini berkemungkinan

mengalami depresi dan pada kasus yang berat dapat menyebabkan individu melakukan bunuh diri.

b. *Survival* (Bertahan)

Pada fase ini, seorang individu dapat mengalami perasaan, perilaku, dan pikiran negatif berkepanjangan seperti menarik diri dan depresi karena gagalnya individu berfungsi secara wajar. Hal ini adalah efek dari fase *survival*, fase dimana individu tidak mampu meraih atau mengembalikan fungsi psikologis dan emosi positif setelah mengalami tekanan.

c. *Recovery* (Pemulihan)

Pemulihan merupakan sebuah hasil atas usaha individu untuk bangkit dari tekanan. Dalam fase ini, individu mampu memulihkan fungsi psikologi dan emosi secara wajar, serta mampu beradaptasi dengan kondisinya yang menekan. Meskipun tidak semua emosi dan perasaan negatif hilang atau pulih, namun individu tersebut dapat kembali beraktifitas dan mampu menunjukkan bahwa diri mereka resilien.

d. *Thriving* (Berkembang)

Jika pada saat fase *recovery* tidak semua fungsi dapat pulih secara maksimal, pada fase *thriving* individu mampu mendatangkan kemampuan baru yang membuat individu menjadi lebih baik dari sebelumnya. Hal ini merupakan hasil dari pengalaman individu dalam menghadapi dan mengatasi kondisi yang menekan dan

menantang. Kemampuan baru yang dimaksud seperti keinginan untuk melakukan interaksi yang positif, *sense of purpose in life*, kejelasan visi, dan lebih menghargai hidup yang mana meliputi perilaku, emosi, dan kognitif.

3. Faktor Resiliensi

Grotberg (1995;6) menjelaskan 3 sumber yang menjadikan individu menjadi resilien. 1) Dukungan eksternal (*I Have*), yang mencakup keluarga, lingkungan sekolah yang menyenangkan, ataupun hubungan dengan orang lain selain keluarga; 2) kemampuan individu (*I Am*), yang meliputi perasaan, tingkah laku, dan kepercayaan; dan 3) kemampuan social dan interpersonal (*I Can*). Adapun penjabaran dari ketiga faktor tersebut adalah sebagai berikut:

a) *I Have*

I have adalah dukungan yang berasal dari lingkungan di sekitar individu itu hidup. Sebelum individu menyadari siapa dia (*I am*) dan apa yang bisa ia lakukan (*I can*), individu membutuhkan dukungan eksternal untuk membangun resiliensi. Dukungan ini diimplementasikan berupa hubungan yang baik dengan keluarga, lingkungan sekolah yang menyenangkan seperti guru dan teman-teman yang mencintai dan menerima dirinya, ataupun hubungan dengan orang lain selain keluarga dan lingkungan sekolahnya. Melalui faktor ini, seseorang menjadi merasa memiliki hubungan yang penuh kepercayaan.

Grotberg (1995;8) menjelaskan lebih rinci tentang aspek-aspek yang ada pada *I have* ini. Yaitu:

- 1) Mempunyai kepercayaan penuh dalam menjalani sebuah hubungan
 - 2) Mempunyai struktur dan aturan yang diberlakukan dalam rumah.
 - 3) Mempunyai orang-orang yang dijadikan panutan.
 - 4) Mempunyai dorongan untuk tidak menyusahkan orang lain (mandiri).
 - 5) Mendapat layanan kesehatan, layanan pendidikan, layanan keamanan, dan kesejahteraan individu.
- b) *I Am*

I am adalah sumber resiliensi yang berasal dari dalam diri individu. Sumber tersebut meliputi perasaan, sikap, dan keyakinan yang dimiliki oleh individu. Individu yang resilien merasa bahwa mereka adalah individu yang khas dan memiliki karakteristik yang menarik serta penyayang kepada sesama. Hal itu ditandai dengan usaha mereka untuk selalu mencintai orang lain, begitu juga sebaliknya. Selain itu, mereka juga sensitif dengan perasaan orang lain serta mengerti apa yang diharapkan orang lain terhadapnya. Sikap kepedulian kepada sesama yang tinggi dan empati juga dimiliki oleh individu yang resilien. Perasaan itu mereka tunjukkan dengan perilaku yang menunjukkan sikap kepedulian atas peristiwa

yang terjadi pada orang lain. Mereka merasakan ketidaknyamanan atas penderitaan yang menimpa orang lain, lalu berusaha membantu mengatasi masalah yang terjadi. Individu yang resilien biasanya memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

Menurut Grotberg (1995;9), *I am* dipengaruhi oleh beberapa kualitas pribadi individu, yaitu:

- 1) Mempunyai banyak orang yang menyayangi dan menyukainya.
 - 2) Mencintai dan dapat turut merasakan apa yang orang lain rasakan serta peduli terhadap apa yang menimpa orang lain.
 - 3) Mempunyai rasa bangga terhadap diri sendiri.
 - 4) Bersedia bertanggung jawab atas apa yang telah dilakukannya dan bersedia menerima konsekuensi dari perilakunya.
 - 5) Percaya diri, dan memiliki keyakinan atas harapan-harapannya.
- c) *I Can*

I Can yaitu kemampuan individu untuk melakukan hubungan sosial dan interpersonal. Kemampuan ini mereka dapatkan dari pembelajaran atas interaksi yang dilakukan dengan orang yang ada di sekitarnya. Kemampuan berkomunikasi yang baik serta memecahkan masalah juga dimiliki oleh mereka. Hal-hal yang meliputi *I can* di antaranya adalah asertif (dapat mengekspresikan pikiran dan perasaan dengan baik), dapat mengendalikan diri untuk tidak lari dari masalah, dan tidak melampiaskan keinginan mereka pada hal yang tidak baik.

Menurut Grotberg (1995;10), *I can* dipengaruhi oleh beberapa kualitas pribadi individu, yaitu:

- 1) Mampu berkomunikasi dengan baik.
- 2) Mampu memecahkan masalah.
- 3) Mampu mengendalikan perasaan-perasaan dan dorongan yang dimiliki oleh individu.
- 4) Mampu mengukur emosi diri dan orang lain.
- 5) Mampu membangun hubungan yang saling mempercayai dengan orang lain.

Resiliensi dapat bervariasi dalam tahap perkembangan individu dan dapat diinterpretasi dalam bentuk-bentuk yang positif maupun negatif (Hunter & Chandler, 1999 dalam Ahern, 2006;178). Banyak peneliti telah melakukan studi dengan mempertimbangkan perspektif perkembangan dalam resiliensi. Rutter (1993) menyatakan bahwa resiliensi memiliki karakteristik developmental, yang ditunjukkan oleh adanya faktor-faktor protektif individual yang berbeda selama tahap-tahap perkembangan yang berbeda pula (Rutter, 1993 dalam Ahern, 2006;178). Hal mendasar mengenai resiko adalah bahwa resiko merupakan kondisi-kondisi kehidupan yang dapat diprediksikan dari lingkungan di usia awal kehidupan. Sebagaimana yang diungkap melalui konsep "lintasan resiko", satu resiko dapat menekan yang lain dan mendorong pada meningkatnya akibat-akibat pada kehidupan berikutnya (Rutter, 1990 dalam Schoon & Bynner, 2003;23).

4. Aspek Resiliensi

Terdapat banyak pendekatan untuk mengkonsepkan dan mengoperasionalkan faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan manusia dalam melakukan penyesuaian. Konstruk yang terkait dengan kemampuan manusia dalam melakukan penyesuaian antara lain adalah *resilience* atau resiliensi. Resiliensi telah menjadi konstruk yang populer yang mencakup beragam variable termasuk karakteristik personal, proses *coping*, maupun yang berhubungan dengan perkembangan konstruk lain seperti *hardness* serta faktor-faktor resiko dan protektif (McCubbin, 2001;53).

Reivich dan Shatte (2002), memaparkan bahwa resiliensi pada individu tidak selalu berkenaan dengan keadaan yang berat dalam hidup, namun juga dibutuhkan individu untuk menghadapi permasalahan-permasalahan yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Menurutnya, ada tujuh kemampuan yang membentuk resiliensi, yaitu:

1. *Emotion Regulation*

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang di bawah kondisi yang menekan. Terdapat dua keterampilan yang dapat memudahkan individu untuk melakukan regulasi emosi, yaitu tenang dan fokus. Keterampilan untuk tetap tenang ini dapat meningkatkan kemampuan individu untuk mengontrol dirinya dalam merespon tubuh atau pikiran ketika dihadapkan pada sebuah permasalahan. Sedangkan keterampilan untuk fokus pada sebuah

permasalahan memudahkan individu menemukan solusi dari masalah yang sedang ia hadapi. Individu yang fokus mampu menganalisa sumber dan latar belakang dari permasalahan yang muncul yang pada akhirnya ia akan mampu mencari solusi yang tepat. Dua keterampilan ini akan membantu individu untuk mengontrol emosi yang tidak terkendali, menjaga fokus pikiran individu ketika banyak hal-hal yang mengganggu, serta mengurangi stres yang dialami oleh individu.

Seseorang dengan regulasi emosi yang baik dapat mengatasi rasa cemas, sedih, atau marah sehingga individu dapat dengan cepat memecahkan sebuah masalah. Mengekspresikan emosi positif maupun negatif merupakan hal yang wajar dan sehat dengan catatan dilakukan dengan tepat. Individu yang resilien adalah individu yang dapat mengkespresikan emosinya. Individu tidak harus mengontrol semua emosi yang dia rasakan. Perasaan marah, gelisah, dan rasa bersalah tidak harus selalu diminimalisir ataupun ditahan (Reivich & Shatte, 2002).

2. *Impulse Control*

Pengendalian impuls adalah kemampuan Individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri. Individu dapat mengendalikan impulsivitas dengan mencegah terjadinya kesalahan pemikiran, sehingga dapat memberikan respon yang tepat pada permasalahan yang ada.

Individu dengan pengendalian impuls rendah sering mengalami perubahan emosi yang cepat dan cenderung mempengaruhi pikiran dan perilaku mereka. Sehingga individu menjadi mudah kehilangan kesabaran, mudah marah, impulsif, dan berlaku agresif terhadap hal-hal kecil yang sebenarnya tidak terlalu penting yang mengakibatkan munculnya permasalahan dalam hubungan sosial karena lingkungan sekitarnya merasa kurang nyaman. Pengendalian impuls dan regulasi emosi merupakan dua hal yang saling berhubungan. Jika regulasi emosi individu baik, maka kecenderungan kontrol impulsnya akan baik pula (Reivich & Shatte, 2002).

3. *Optimism*

Optimisme adalah ketika kita melihat bahwa masa depan kita cemerlang. Optimisme yang dimiliki oleh seorang individu menandakan bahwa individu tersebut percaya bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan yang mungkin terjadi di masa depan. Individu yang resilien adalah individu yang optimis.

Jika dibandingkan dengan individu yang pesimis, individu yang optimis lebih sehat secara fisik dan lebih jarang mengalami depresi, lebih produktif, dan lebih banyak menang dalam bidang olah raga. Kepercayaan individu bahwa ia dapat menangani

masalah-masalah yang muncul di masa yang akan datang adalah bentuk implikasi dari optimisme (Reivich & Shatte, 2002).

4. *Causal Analysis*

Causal analysis merujuk pada kemampuan individu untuk mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang mereka hadapi. Individu yang tidak mampu mengidentifikasi penyebab dari permasalahan yang mereka hadapi secara tepat, akan terus menerus berbuat kesalahan yang sama.

Individu yang resilien punya fleksibilitas dan kemampuan untuk mengidentifikasi latar belakang setiap masalah yang ia hadapi secara signifikan. Mereka tidak akan menyalahkan orang lain atas masalah yang sedang ia hadapi. Mereka juga tidak terlalu fokus pada faktor-faktor yang ada diluar kendali mereka dan lebih fokus pada hal-hal yang dapat mereka kendalikan. Secara perlahan, mereka akan menemukan solusi, mengatasi masalah mereka dengan mengarahkan hidup mereka untuk bangkit dan meraih kesuksesan (Reivich & Shatte, 2002).

5. *Empathy*

Empati sangat erat kaitannya dengan kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain (Reivich & Shatte, 2005). Individu yang memiliki kemampuan berempati cenderung memiliki hubungan sosial yang positif.

Kemampuan empati sangat penting dalam hubungan sosial karena empati mencerminkan seberapa baik individu mampu mengenali keadaan psikologis dan kebutuhan emosi orang lain. Individu yang resilien mampu memahami perasaan maupun pikiran orang lain.

Dengan empati, individu akan mampu mengatasi permasalahan yang sedang ia hadapi karena cenderung memiliki hubungan sosial yang baik dengan lingkungan sosialnya. Individu yang tidak mampu berempati mempunyai potensi memunculkan kesulitan dalam hubungan sosialnya karena pada dasarnya setiap manusia memiliki kebutuhan dasar untuk dipahami dan dihargai (Reivich & Shatte, 2002).

6. *Self-efficacy*

Self-efficacy adalah hasil dari keberhasilan dalam pemecahan masalah. *Self-efficacy* merepresentasikan sebuah keyakinan bahwa kita mampu memecahkan masalah yang kita alami dan mencapai kesuksesan.

Self efficacy merupakan hal yang sangat penting untuk mencapai resiliensi sebab individu dengan efikasi diri tinggi tidak akan menyerah meski strategi yang ia gunakan untuk menyelesaikan masalah ternyata tidak berhasil. Kepercayaan yang penuh atas kemampuan diri membuat individu tidak merasa ragu dalam menghadapi masalah. Dengan cepat, ia akan menghadapi masalah

dan mampu bangkit dari kegagalan yang dialami (Reivich & Shatte, 2002).

7. *Reaching Out*

Reacing out adalah sebuah kemampuan yang dimiliki oleh seorang individu dalam menemukan jalan keluar dari permasalahan yang sedang ia hadapi. Individu yang resilien mampu melakukan analisis resiko dari suatu masalah, memahami dirinya dengan baik, dan mampu menemukan makna serta tujuan hidup. Karena resiliensi lebih dari sekedar bagaimana seorang individu memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan dan bangkit dari keterpurukan, namun lebih dari itu resiliensi juga merupakan kemampuan individu meraih aspek positif dari kehidupan setelah kemalangan yang menimpa.

Reaching out juga dipahami sebagai kemampuan individu untuk menemukan dan membentuk suatu hubungan dengan orang lain untuk meminta bantuan, berbagi cerita dan perasaan, dan saling membantu dalam permasalahan, baik secara personal maupun interpersonal (Reivich & Shatte, 2002).

5. Pengukuran Resiliensi

Resiliensi pada individu tidak selalu berkenaan dengan keadaan yang berat dalam hidup, namun juga dibutuhkan individu untuk menghadapi permasalahan-permasalah yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Resiliensi dapat diukur dari aspek yang membangun resiliensi tersebut

(Reivich dan Shatte, 2002). Aspek-aspek tersebut yaitu; (1) Regulasi emosi, yaitu kemampuan untuk tetap tenang di bawah kondisi yang menekan; (2) Pengendalian impuls, yaitu kemampuan Individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri; (3) Optimisme, yaitu ketika seorang individu melihat bahwa masa depannya cemerlang; (4) *Causal Analysis*, yaitu kemampuan individu untuk mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang mereka hadapi; (5) Empati, yaitu kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain; (6) *Self-efficacy*, yaitu keyakinan bahwa kita mampu memecahkan masalah yang sedang dialami dan mencapai kesuksesan; (7) *Reaching Out*, yaitu kemampuan individu untuk menganalisis resiko dari suatu masalah, memahami dirinya dengan baik, dan mampu menemukan makna serta tujuan hidup.

B. Dukungan Sosial

1. Definisi Dukungan Sosial

Sarafino menjelaskan dukungan sosial adalah sebuah pertukaran hubungan yang bersifat timbal balik antar pribadi dimana seseorang memberikan bantuan kepada orang lain. Demi berlangsungnya hidup di tengah-tengah masyarakat, dukungan sosial sangat dibutuhkan oleh setiap individu dalam berhubungan dengan orang lain karena pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial. Istilah ini digunakan secara umum mengacu pada penerimaan rasa aman, peduli, penghargaan, atau bantuan yang diterima seseorang dari orang lain atau dalam

kelompok. “*Social support is generally used to refer to the perceived comfort, caring, esteem, or help a person receives from other people or groups.*” (Sarafino dalam Purba dkk 2007;80). Dukungan sosial merupakan pertukaran sumber daya antara dua orang atau lebih yang dipersepsikan oleh salah satu pihak untuk tujuan membantu (Zimet, Dahlem, Zimet, & Karley, 1988;33).

Dukungan sosial menurut Smet adalah salah satu fungsi dari ikatan sosial. Sedangkan ikatan sosial tersebut menunjukkan tingkatan kualitas dari hubungan interpersonal dan berdampak pada munculnya kepuasan secara emosional dalam kehidupan individu tersebut. Segalanya akan lebih mudah jika lingkungannya mendukung. Individu akan merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten (Smet, 1994 dalam Kumalasari & Ahyani, 2012;25).

Albrecht dan Adleman mendefinisikan dukungan sosial sebagai bentuk dari komunikasi verbal maupun nonverbal untuk memastikan situasi, diri, orang lain, atau hubungan antara penerima dan penyedia yang bertujuan untuk memperjelas suatu persepsi pada kontrol diri seseorang dalam pengalaman hidupnya. Ciri-ciri dukungan sosial berdasarkan definisi di atas meliputi komunikasi, mengurangi ketidakpastian, dan memperjelas kontrol (Albrecht & Adleman, 1987 dalam Kendall & Mattson, 2011;182). Definisi lebih luas diungkapkan oleh Gottlieb tentang dukungan sosial, yaitu proses interaksi dalam berhubungan dengan orang lain yang bertujuan untuk memperbaiki

coping, penghargaan, cinta, kasih, dan kompetensi melalui pertukaran rasa dan tingkah laku yang nyata (Gottlieb, 2000 dalam Kendall & Mattson, 2011;183). Bentuk lain dari dukungan sosial menurut Song (2011) yaitu kepedulian kepada orang lain berupa tindakan, verbal, maupun kontak fisik.

Dapat ditarik kesimpulan dari beberapa definisi di atas bahwa dukungan sosial adalah bantuan atau dukungan positif berupa fisik maupun psikis yang bersumber dari orang-orang tertentu terhadap individu dalam kehidupannya serta dalam lingkungan sosial tertentu sehingga individu yang menerima merasa diperhatikan, dihargai, dicintai, dan dihormati. Individu yang mendapatkan dukungan sosial secara maksimal akan lebih percaya diri dan kompeten dalam menjalankan aktivitasnya.

2. Aspek Dukungan Sosial

Jacobson (1986;44) menjabarkan tiga aspek yang meliputi dukungan sosial. Yaitu (1) *emotional support*, (2) *cognitive support*, (3) *material support*. Tiga aspek tersebut jika dijabarkan maka penjelasannya sebagai berikut:

a. *Emotional support*

Aspek ini diekspresikan melalui rasa suka, cinta, atau empati. Sehingga individu yang menerima merasa nyaman, dihargai, dicintai, dan diperhatikan. Semisal seseorang baru saja mendapat masalah dalam prestasi akademiknya, ekspresi perhatian dari kawan

sejawatnya dapat sangat membantu. Dukungan ini meliputi perilaku-perilaku seperti memberikan perhatian dan afeksi serta bersedia mendengarkan keluh kesah orang lain (Sarafino, 1994, dalam Kumalasari & Lathifa, 2012;25-26)

b. Cognitive Support

Aspek ini meliputi informasi, pengetahuan, dan nasihat. Sarafino (1994) menambahkan, dukungan yang bersifat informasi dapat berupa saran, pengarahan, dan umpan balik tentang bagaimana cara memecahkan persoalan.

c. Material Support

Dukungan ini melibatkan bantuan langsung, entah berupa material maupun non material seperti bantuan dalam mengerjakan tugas-tugas tertentu. Seperti jika seseorang sedang mengalami kesulitan menyelesaikan pembayaran tertentu, bantuan berupa pemberian uang atau pinjaman dapat sangat membantu.

Dukungan sosial tentu bersumber dari lingkungan sosialnya. Lingkungan dimana individu itu hidup. Bisa jadi pasangan, keluarga, teman kerja, teman satu komunitas, guru, masyarakat, komunitas religi, dan lain-lain (Taylor, 2009;555). Sedangkan menurut Goldberger & Bresnitz, dukungan sosial berasal dari orang tua, saudara kandung, anak-anak, kerabat, pasangan hidup, sahabat, rekan kerja, atau juga tetangga (Goldberger & Bresnitz dalam Apollo & Andi, 2012;261).

Sumber dukungan sosial merupakan aspek yang penting untuk diketahui dan dipahami oleh seorang individu agar dia tahu kepada siapa ia akan mendapatkan dukungan sosial sesuai dengan situasi dan kondisi yang sedang ia hadapi. Maka perlu dipahami juga bagi setiap individu, seberapa banyak sumber dukungan sosial ini dapat efektif dalam membantu menyelesaikan masalah. Karena setiap fungsi sosial mempunyai sumber-sumber dukungan yang berbeda. Misalnya sumber dukungan berupa saran atau nasehat adalah orang tua, teman, atau rekan kerja. Sedangkan sumber dukungan dalam hal *attachment* bisa diperoleh dari pasangan, sahabat, maupun keluarga (Weis dalam Purba, 2007;83).

Berdasar pada penelitian para ahli mengenai sumber dukungan sosial, dukungan sosial dikelompokkan menjadi dua (Gottlieb dalam Maslihah, 2011;107), yaitu:

- a. Hubungan profesional, yaitu bersumber dari orang-orang dengan masing-masing keahlian dalam bidangnya. Seperti konselor, psikiater, psikolog, dokter, ataupun pengacara.
- b. Hubungan non profesional, yaitu bersumber dari orang-orang terdekat yang memiliki hubungan emosional seperti keluarga, pasangan, teman, dan lain-lain.

Dukungan sosial berdampak pada munculnya kenyamanan fisik dan psikis individu yang menerimanya, dan juga dapat membantu individu mengatasi kondisi menekan atau stres. Bahkan menurut Baron & Byrme, dukungan sosial berperan dalam menjaga daya tahan tubuh

dan dapat meningkatkan kesehatan seseorang (Baron & Byrre, 2004;9). Sarafino menjelaskan bahwa dengan berinteraksi dengan orang lain, individu dapat memodifikasi persepsi pada dirinya mengenai suatu hal dan akan mengurangi potensi munculnya stres baru atau stres yang berkepanjangan (Sarafino dalam Rachmawati, 2013;51).

3. Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial

Terdapat beberapa faktor utama yang mempengaruhi dukungan sosial (Coheen dan Syme, 1985;10), yaitu:

a. Pemberian dukungan sosial.

Dukungan akan lebih berarti apabila dukungan diterima melalui dukungan yang sama, yang dipengaruhi oleh adanya norma, tugas, dan keadilan.

b. Jenis dukungan.

Jika dukungan yang diberikan bermanfaat dan sesuai dengan situasi yang ada, maka dukungan akan lebih berarti.

c. Penerimaan dukungan.

Proses yang terjadi dalam sebuah dukungan dipengaruhi oleh kemampuan penerima untuk memberi dan mempertahankan dukungan.

d. Permasalahan yang dihadapi.

Dukungan yang tepat dipengaruhi oleh kesesuaian antara jenis dukungan yang diberikan dan masalah yang ada.

- e. Waktu pemberian dukungan.

Dukungan sosial mungkin optimal dalam satu kondisi, namun bisa tidak optimal dalam situasi yang lainnya.

- f. Lamanya pemberian dukungan.

Lama atau tidaknya sebuah dukungan tergantung pada kapasitasnya.

4. Pengukuran Dukungan Sosial

Zimet, Dahlem, Zimet & Farley mendefinisikan dukungan sosial sebagai diterimanya dukungan yang diberikan oleh orang-orang terdekat yang ada pada lingkungan individu itu hidup meliputi dukungan keluarga, dukungan pertemanan, dan dukungan dari orang-orang yang berarti. Jika diperinci, maka penjelasannya sebagai berikut (Zimet, Dahlem, Zimet & Farley, 1988;34):

1. Dukungan Keluarga (*Family Support*)

Dukungan keluarga merupakan bantuan yang diberikan oleh keluarga kepada individu seperti membantu dalam membuat keputusan atas sebuah permasalahan.

2. Dukungan Teman (*Friend Support*)

Dukungan Teman adalah bantuan-bantuan yang diberikan oleh teman-teman individu seperti membantu individu dalam kegiatan sehari-hari maupun bantuan dalam bentuk bantuan yang lain.

3. Dukungan Orang yang Istimewa (*significant other support*)

Dukungan orang yang istimewa adalah bantuan-bantuan yang diberikan oleh seseorang yang berarti dalam kehidupan individu seperti sahabat atau dalam konteks penelitian ini adalah pada

ustadz/kyai membuat individu itu merasa nyaman dan merasa dihargai.

C. Hubungan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Pada Penghafal Al-Qur'an

Menghafalkan al-Qur'an merupakan sesuatu yang tidak mudah karena banyak tuntutan yang harus diselesaikan dan tanggung jawab yang harus dihadapi oleh penghafal al-Qur'an. Banyak juga masalah-masalah yang dapat menimpa mereka. Seperti harus menjalani rutinitas kegiatan program *tahfidz* mereka secara konsisten. Beberapa diantaranya adalah kewajiban melakukan setoran. Setiap santri *tahfidz* diwajibkan mengikuti kegiatan setoran dua kali dalam sehari, setelah waktu subuh dan juga setelah waktu maghrib. Yang kedua yaitu menambah hafalan. Setiap santri *tahfidz* diharuskan menambah hafalan setiap kegiatan setoran, dan tantangan terberat menurut mereka adalah menjaga hafalan yang sudah disetorkan karena pantangan bagi penghafal al-Qur'an yaitu hilang hafalannya. Mereka yang mampu menjalani setiap tugas kewajiban, serta memiliki daya juang yang tinggi, maka akan mencapai tujuannya. Begitupun sebaliknya, tidak jarang beberapa individu memilih untuk berhenti karena banyak hal yang berasal dari dalam dirinya maupun dari faktor eksternal.

Untuk menghadapi tekanan-tekanan tersebut, dukungan sosial berperan penting dalam proses menghafalkan al-Qur'an. Dukungan sosial adalah sebuah pertukaran hubungan yang bersifat timbal balik antar pribadi dimana seseorang memberikan bantuan kepada orang lain (Sarafino dalam

Purba dkk, 2007;80). Dukungan sosial dapat dilihat dari tingkatan kualitas dari hubungan interpersonal dan berdampak pada munculnya kepuasan secara emosional dalam kehidupan individu tersebut. Segalanya akan lebih mudah jika lingkungannya mendukung. Individu akan merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten (Smet, 1994, dalam Kumalasari & Ahyani, 2012;25). Gottlieb mendefinisikan dukungan sosial sebagai proses interaksi dalam berhubungan dengan orang lain yang bertujuan untuk memperbaiki *coping*, penghargaan, cinta, kasih, dan kompetensi melalui pertukaran rasa dan tingkah laku yang nyata (Gottlieb, 2000 dalam Kendall & Mattson, 2011;183). Sehingga individu yang mendapat dukungan sosial secara maksimal akan lebih percaya diri dan kompeten dalam menjalankan aktivitasnya. Sumber-sumber dukungan sosial dapat berasal dari keluarga, teman, atau dari orang-orang yang istimewa (Zimet, Dahlem, Zimet & Farley, 1988; 34).

Hal-hal yang mempengaruhi dukungan sosial diantaranya (1) *Emotional support* yang diekspresikan melalui rasa suka, cita, atau empati. (2) *Cognitive support* yang meliputi informasi, pengetahuan, dan nasihat. (3) *Material support* yang melibatkan bantuan langsung, entah berupa material maupun non material (Jacobson, 1986). Dengan adanya dukungan sosial maka mereka dapat memodifikasi persepsi pada dirinya mengenai suatu hal dan akan mengurangi potensi munculnya stres baru atau stres yang berkepanjangan (Sarafino, dalam Rachmawati, 2013;51). Dengan begitu, para penghafal al-Qur'an dapat lebih mengambil hal-hal positif sehingga

mereka dapat menyelesaikan hafalan mereka dengan penuh keyakinan dari dalam diri mereka bahwa mereka mampu.

Ushfuriyah (2015) mendapatkan kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan optimisme pada mahasiswa psikologi dalam menyelesaikan skripsi. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa, semakin tinggi pula optimismenya. Senada dengannya, Dianing Ratri (2018) mendapat kesimpulan bahwa Semakin tinggi dukungan sosial dan optimis maka semakin tinggi resiliensi pada penderita tuberkulosis. Begitu sebaliknya. Sumbangan dukungan sosial dan optimisme terhadap resiliensi sebesar 58,2%. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang positif antara dukungan sosial dan optimisme terhadap resiliensi pada penderita tuberkulosis.

D. Hipotesis

Terdapat dua hipotesis dalam penelitian ini, yaitu:

1. Hipotesis Nihil (H_0)

Tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada penghafal al-Qur'an Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang.

2. Hipotesis Alternatif (H_a)

Terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan resiliensi pada penghafal al-Qur'an Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang.

E. Kerangka Berfikir

Sumber	Aspek
<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Significant Other</i> 2. <i>Family</i> 3. <i>Friens</i> 	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Lebih percaya diri</i> 2. <i>Kompeten</i>
<p>DUKUNGAN SOSIAL</p> <p>Zimet, Dahlem, Zimet & Farley (1988) mendefinisikan dukungan sosial sebagai diterimanya dukungan yang diberikan oleh orang-orang terdekat yang ada pada lingkungan individu itu hidup.</p>	



RESILIENSI	
<p>Kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan dan bertahan dalam keadaan tertekan dan bahkan berhadapan dengan kesengsaraan (<i>adversity</i>) atau trauma yang dialami dalam kehidupannya. (Reivich & Shatte)</p>	
<i>Faktor</i>	<i>Aspek</i>
<ol style="list-style-type: none"> 1. I Have 2. I Am 3. I Can 	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Regulasi emosi</i> 2. <i>Pengendalian impuls</i> 3. <i>Optimisme</i> 4. <i>Causal analisis</i> 5. <i>Empati</i> 6. <i>Self Efficacy</i> 7. <i>Reaching Out</i>

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian ini menggunakan model kuantitatif dengan pendekatan korelasi. Penelitian kuantitatif merupakan suatu penelitian yang dituntut untuk menggunakan angka-angka mulai dari pengumpulan data, penafsiran data, dan penampilan hasil. Demikian juga pemahaman dan kesimpulan penelitian juga disertai dengan tabel, grafik, gambar, bagan, atau gambar lainnya (Arikunto, 2010;27).

Dalam penelitian ini, peneliti akan mendeskripsikan secara kuantitatif kecenderungan-kecenderungan, perilaku-perilaku, atau opini-opini dari suatu populasi dengan meneliti sampel populasi tersebut. Dari sampel tersebut, peneliti melakukan generalisasi atau membuat klaim-klaim tentang populasi itu (Creswell, 2013;216). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dua variabel penelitian. Adapun variabel yang ingin diketahui adalah hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada penghafal al-Qur'an Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel merujuk pada karakteristik atau atribut seorang individu maupun organisasi yang dapat diukur atau diamati (Creswell, 2013). Secara teoritis, variabel diartikan sebagai atribut seseorang atau objek yang

mempunyai variasi antara satu dengan yang lainnya. Dalam penelitian ini, terdapat dua variabel yaitu dukungan sosial dan resiliensi.

Identifikasi variabel penelitian dilakukan untuk memperjelas masalah yang akan diteliti. Variabel dalam penelitian ini terbagi menjadi dua jenis, yaitu:

1. Variabel bebas (*independent variable*), atau variabel X, yaitu variabel yang menyebabkan, mempengaruhi, atau berdampak pada perubahan timbulnya variabel terikat (*dependent variable*). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah dukungan sosial.
2. Variabel terikat (*dependent variable*), atau variabel Y, yaitu variabel yang bergantung pada variabel bebas (*independent variable*). Variabel terikat pada penelitian ini adalah resiliensi.

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional merupakan suatu definisi variabel yang dirumuskan sifat atau karakteristik variabel yang dapat diamati (Azwar, 2013;74). Adapun definisi operasional dari variabel pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Resiliensi, yaitu sebuah kemampuan yang dimiliki individu untuk bertahan dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan, bangkit dari keterpurukan, sehingga mewujudkan individu yang memungkinkan untuk berkembang dalam menghadapi setiap kesulitan. Aspek yang digunakan dalam penelitian

ini diantaranya, regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, *causal analysis*, empati, efikasi diri, dan *reaching out*.

2. Dukungan sosial, yaitu bantuan atau dukungan positif berupa fisik maupun psikis yang bersumber dari orang-orang tertentu terhadap individu dalam kehidupannya serta dalam lingkungan sosial tertentu sehingga individu yang menerima merasa diperhatikan, dihargai, dicintai, dan dihormati. Aspek yang digunakan dalam penelitian ini diantara *friend*, *family*, dan *significant other*.

D. Populasi dan Sampel Subjek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah kelompok subjek yang akan dikenai generalisasi penelitian (Azwar, 2013;77). Populasi merupakan lingkungan generalisasi yang terdiri dari subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2011;215). Berdasar beberapa pemaparan tentang populasi, maka populasi pada penelitian ini ditetapkan pada kriteria dan karakteristik tertentu sesuai dengan maksud dan tujuan dari penelitian. Karakteristik dari penelitian ini adalah penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang. Dari karakteristik yang sudah ditetapkan, diketahui populasi dari penelitian ini adalah seluruh penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang yang berjumlah 54 orang.

2. Sampel Penelitian

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2011;215). Pada penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh. Sampling jenuh merupakan penentuan sampel bila semua anggota populasi sebagai sampel (Sugiyono, 2011). Dalam penelitian ini, subjek yang digunakan sebagai sampel adalah seluruh populasi, yakni 54 orang.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Wawancara

Wawancara adalah salah satu jenis metode pengumpulan data dengan cara tanya jawab sepihak secara langsung antara *interviewer* (pewawancara) dengan *interviewee* (yang diwawancarai) dengan sistematis dan berlandaskan pada tujuan penelitian (Sugiyono, 2010;137). Dengan wawancara, peneliti dapat mengetahui proses dan latar belakang dari pengambilan keputusan atau perilaku tertentu.

Wawancara dalam penelitian ini bertujuan untuk mencari data awal yang digunakan untuk mencari fenomena atau permasalahan pada penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang guna mendukung data penelitian.

2. Skala

Skala yang digunakan dalam penelitian ini terdapat tiga macam yaitu skala dukungan sosial, skala optimisme, dan skala resiliensi. Skala menjadi alat ukur dalam pengumpulan data primer karena berfungsi

sebagai alat penggali data secara spesifik yang diberikan langsung kepada subjek penelitian yang telah ditetapkan.

- a. Untuk pengumpulan data dukungan sosial, skala yang digunakan adalah skala dukungan sosial yang dikembangkan dari teori Zimet, Dahlem, Zimet, & Farley, (1988) dengan tiga sumber diantaranya *Family*, *Friend*, dan *Significant Other*. Skala terdiri dari 12 item pernyataan dengan pilihan respon model Likert yaitu sangat tidak sesuai, tidak sesuai, agak tidak sesuai, biasa saja, agak sesuai, sesuai, dan sangat sesuai. Disediakan tujuh pilihan jawaban bertujuan untuk menghindari kecenderungan subjek memilih jawaban netral.

Tabel 1. Sebaran Item Dukungan Sosial

No	Aspek	No. Item		Total
		Fav	Unfav	
1.	<i>Significant Other</i>	1,2,5,10		4
2.	<i>Family</i>	3,4,8,11		4
3.	<i>Friend</i>	6,7,9,12		4
Total		12		12

- b. Untuk pengumpulan data resiliensi menggunakan skala yang dikembangkan oleh Reivich & Shatte (2002) dengan tujuh aspek berupa regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, *causal analysis*, empati, efikasi diri, dan *reaching out*. Skala terdiri dari 35 item pernyataan dengan pilihan respon model Likert yaitu tidak pernah, hampir tidak pernah, biasa saja, sering, dan sangat sering. Disediakan lima pilihan jawaban bertujuan untuk menghindari kecenderungan subjek memilih jawaban netral.

Tabel 2. Sebaran Item Resiliensi

No.	Aspek	Indikator	No Item		Total
			Fav	Unfav	
1.	Regulasi emosi	Mampu untuk tetap tenang di bawah kondisi tertekan	13,25,31,56	2,7,23,49	8
2.	Pengendalian Impuls	Mampu mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, dan tekanan yang muncul dari dalam diri	4,15,42,47	11,36,38,55	8
3.	Optimisme	Mampu meyakini akan masa depan yang cemerlang	18,27,32,53	3,33,39,43	8
4.	<i>Causal Analysis</i>	Mampu mengidentifikasi penyebab dari permasalahan	12,19,21,48	1,41,44,52	8
5.	Empati	Mampu membaca kondisi emosional dan psikologis orang lain	10,34,37,46	24,30,50,54	8
6.	<i>Self efficacy</i>	Individu yakin bahwa ia mampu memecahkan masalah yang sedang dialami dan mencapai kesuksesan	5,28,29,48	8,17,20,22	8
7.	<i>Reaching Out</i>	Mampu menemukan jalan keluar dari masalah yang dihadapi	6,14,40	9,16,35,45,51	8
Total					56

F. Analisis Data

Teknik analisis dalam penelitian ini menggunakan program SPSS 25 *for windows*. Teknik analisis data yang digunakan yaitu uji reliabilitas dan validitas, analisis statistik deskriptif, dan uji korelasi.

1. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengetahui apakah instrumen penelitian dapat digunakan atau tidak. Validitas sendiri merupakan

sebuah ukuran yang menunjukkan sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu instrumen pengukur dalam melakukan fungsinya (Arikunto, 2006). Penelitian ini mengacu pada buku *Standart for Educational and Psychological Testing* (2014) yang merupakan sebuah konsep baru tentang pengukuran psikologi. Dijelaskan bahwa hanya ada satu validitas yaitu validitas interpretasi skor.

Sedangkan untuk melihat bahwa interpretasi skor bersifat valid, dapat melihat 5 bukti sebagai landasan. Kelima bukti tersebut adalah 1) Bukti isi (*evidence based on test context*), 2) Bukti proses respon (*evidence based on response process*), 3) Bukti struktural internal (*evidence based on internal structure*), 4) Bukti hubungan dengan variabel (*evidence based on relation to other variable*), dan 5) Bukti konsekuensi sosial (*evidence based on consequences od test*).

Evidence based on test context atau bukti isi dapat dilihat dengan cara analisis isi, CVR, dan Aikens V. Peneliti dalam menggunakan teknik analisis isi, yaitu dengan menganalisis hubungan antara konten dari tes dan konstruk yang digunakan, mengacu pada kata-kata, kesesuaian bahasa, tema, format, dan pernyataan tertulis. Dalam penelitian ini, analisis isi dilakukan dengan cara diskusi mendalam antara dosen fakultas psikologi dan peneliti sendiri.

Evidence based on response process atau analisis tanggapan individu diperoleh dari pertanyaan kepada individu dari berbagai populasi untuk menghasilkan bukti yang memperkaya definisi suatu

konstruk. Bukti respon proses didapatkan menggunakan teknik *pilot study* atau uji kelayakan. Teknik ini dilakukan sebagai penguat dari item-item dalam kuisioner, mencukupi, benar dan mudah dipahami manakala dibaca oleh subjek nantinya.

Selain menggunakan bukti secara isi dan bukti proses, pemilihan item yang digunakan dalam penelitian juga dilakukan, yang mana pemilihan item tersebut didasarkan pada daya beda tiap item. Daya beda sendiri adalah kemampuan item untuk membedakan subjek-subjek yang memiliki atribut psikologi tinggi dan yang memiliki atribut psikologi rendah (Lestari & Yudhanegara, 2017). Batas pemilihan item minimal 0,2 (Thorndike dalam Azwar, 2007). Sehingga item yang nilainya berada dibawah itu perlu digugurkan karena tidak dapat dianalisis. Hasil daya beda item diketahui dengan bantuan program aplikasi *SPSS 26 for Windows* untuk mengetahui korelasi butir item terhadap skor item. Berikut hasil daya beda yang telah dilakukan:

Tabel 3. Hasil Uji Daya Beda Dukungan Sosial

No	Aspek	No. Item		Jumlah Item Valid
		Valid	Gugur	
1.	<i>Significant Other</i>	1, 2, 5, 10	-	4
2.	<i>Family</i>	3, 4, 8, 11	-	4
3.	<i>Friend</i>	6, 7, 9	12	3
Total		11	1	11

Berdasarkan hasil uji daya beda diatas, diketahui bahwa item valid pada aspek *significant other* sebanyak 4 butir, pada aspek *family*

sebanyak 4 butir item, dan pada aspek *friend* sebanyak 3 butir item.

Maka keseluruhan item valid pada skala dukungan sosial adalah 11 item.

Tabel 4. Hasil Uji Daya Beda Resiliensi

No	Aspek	No. Item		Jumlah Item Valid
		Fav	Unfav	
1.	Regulasi emosi	13,25,31,56*	2*,7,23*,49*	4
2.	Pengendalian Impuls	4*,15,42,47	11,36,38*,55*	5
3.	Optimisme	18,27,32,53	3*,33*,39*,43	5
4.	<i>Causal Analysis</i>	12,19,21*,48	1*,41*,44,52*	4
5.	Empati	10,34,37,46*	24*,30*,50*,54	4
6.	<i>Self efficacy</i>	5,28,29,48	8,17,20,22*	7
7.	<i>Reaching Out</i>	6*,14*,40	9*,16*,35,45*,51	3
Total				32

Keterangan: *item gugur

Berdasarkan hasil uji daya beda di atas, diketahui bahwa item valid pada aspek regulasi emosi sebanyak 4 butir, pada aspek pengendalian impuls sebanyak 5 butir item, pada aspek optimisme sebanyak 5 butir item, pada aspek *causal analysis* sebanyak 4 butir item, pada aspek empati sebanyak 4 item, pada aspek *self efficacy* sebanyak 7 item, dan pada aspek *reaching out* sebanyak 3 butir item. Maka keseluruhan item valid pada skala resiliensi adalah 32 item.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Suatu instrumen dapat dikatakan reliabel jika instrumen tersebut mampu memiliki hasil yang konsisten dalam mengukur variabel yang hendak diukur (Azwar, 2007). Reliabilitas dinyatakan dengan koefisien reliabilitas yang angkanya berada pada rentang 0-1,00. Semakin angka koefisien reliabilitas itu mendekati

angka 1,00, maka semakin tinggi reliabilitas instrumen tersebut (Azwar, 2001)

Untuk menentukan reliabilitas dari tiap item maka dilakukan uji reliabilitas dengan melihat pada nilai *cronbach alpha* yang didapatkan melalui *corrected item-total correlation*. Berikut standar kriteria penilaian reliabilitas yang sering digunakan untuk skala psikologi menurut DeVellis (dalam Ridho, 2013).

Tabel 5. Kriteria Evaluasi Reliabilitas

Reliabilitas	Evaluasi
$r_{xx} < 0.60$	Tidak Diterima
$0.60 \leq r_{xx} < 0.65$	Tidak Diharapkan
$0.65 \leq r_{xx} < 0,70$	Diterima namun minimal
$0.70 \leq r_{xx} < 0.80$	Diharapkan
$0.80 \leq r_{xx} < 0,90$	Bagus
$r_{xx} \geq 0.90$	Sangat Bagus

Perhitungan reliabilitas dengan menggunakan rumus di atas dilakukan dengan bantuan aplikasi program *SPSS 26 for Windows*. Berikut hasil uji reliabilitas pada skala dukungan sosial dan skala resiliensi:

Tabel 6. Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Skala	Alpha	Keterangan
Dukungan Sosial	Skala Dukungan Sosial	0.783	Reliabel
Resiliensi	Skala Resiliensi	0.850	Reliabel

Dari tabel tersebut dapat diketahui bahwa variabel dukungan sosial memiliki nilai koefisien reliabilitas sebesar 0.783, yang mana termasuk dalam kriteria diharapkan. Sedangkan skala resiliensi memiliki nilai

koefisien reliabilitas sebesar 0.850, yang mana masuk dalam kategori bagus. Hal tersebut menunjukkan bahwa kedua skala tersebut memiliki angka koefisien diatas 0.70, sehingga dapat dinyatakan reliabel dan layak untuk dijadikan instrumen penelitian.

3. Analisis Statistik Deskriptif

Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisa data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa ada maksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2011). Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dimana penelitian deskriptif tujuannya digunakan untuk menjelaskan masalah-masalah yang berhubungan dengan dukungan sosial dengan resiliensi dengan bantuan program *microsoft excel 2013* dan program statistik *IBM SPSS 26 for Windows*. Pada penelitian ini, bentuk-bentuk analisis deskriptif yang dilakukan adalah sebagai berikut:

a. Mencari Mean

Ditujukan untuk mencari nilai rata-rata dari jumlah skor dari seluruh responden. Adapun cara untuk menghitung mean ada dua cara yakni melalui *microsoft excel* dengan rumus “average” serta rumus mean manual sebagai berikut:

$$\mu \text{ hipotetik} = 1/6 (X_{\text{maks}} + X_{\text{min}})$$

Keterangan:

$\mu \text{ hipotetik}$: Mean Hipotetik

X_{maks} : Skor Maksimal

X_{min} : Skor Minimal

b. Mencari Standar Deviasi

Langkah selanjutnya setelah menghitung mean adalah menghitung standart deviasi (SD). Standart deviasi dapat dihitung dengan menggunakan *microsoft excel* pada rumus “STDEV” maupun dengan rumus standart deviasi manual sebagai berikut:

$$\sigma \text{ hipotetik} = 1/6 (X_{maks} - X_{min})$$

$\sigma \text{ hipotetik}$: Standart deviasi hipotetik

X_{maks} : Skor Maksimal

X_{min} : Skor Minimal

c. Mencari Kategorisasi

Mencari kategorisasi ditujukan untuk mengetahui tingkat dukungan sosial dan resiliensi pada responden. Rumus yang digunakan yakni sebagai berikut:

Tinggi : $X > (M+1SD)$

Sedang : $(M-1SD) \geq X \leq (M+1SD)$

Rendah : $X < (M-1SD)$

4. Analisis Korelasi

Untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan optimisme dengan resiliensi, peneliti menggunakan *koefisien korelasi pearson product moment* sebagai analisa data yaitu untuk mencari

korelasi dari tiga variabel tersebut. Adapun rumus teknik analisis korelasi *pearson product moment* yaitu:

$$r_{xy} = \frac{N \cdot \Sigma xy - (\Sigma x)(\Sigma y)}{\sqrt{[N \cdot \Sigma x^2 - (\Sigma x)^2][N \cdot \Sigma y^2 - (\Sigma y)^2]}}$$

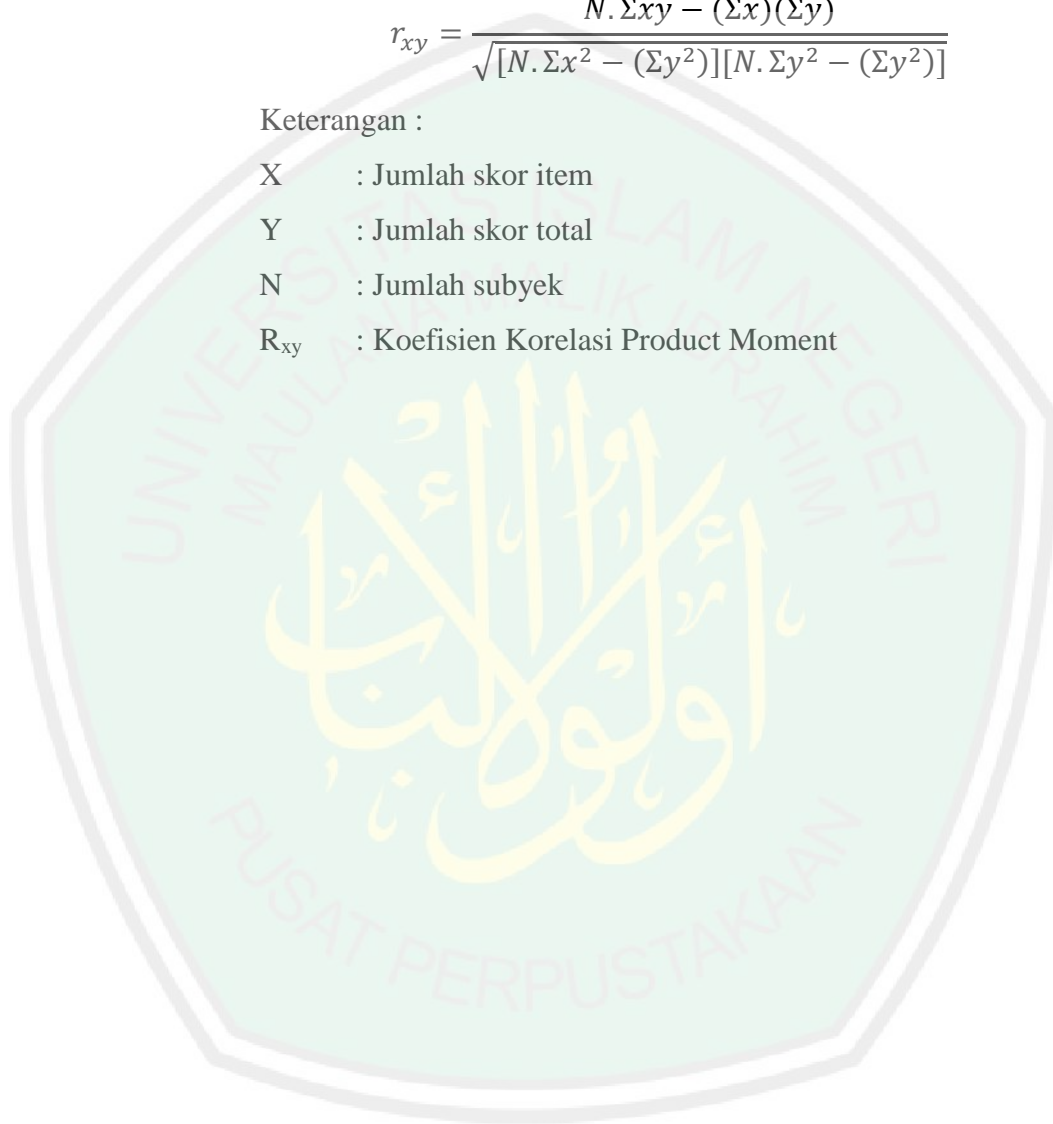
Keterangan :

X : Jumlah skor item

Y : Jumlah skor total

N : Jumlah subyek

R_{xy} : Koefisien Korelasi Product Moment



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah (PPSS) Nurul Huda berdiri sejak tahun 1983, dirintis oleh Alm. KH. Drs. A. Masduqi Mahfudz. Salah satu pondok pesantren di Kota Malang yang berada di daerah padat penduduk yaitu Mergosono. Mayoritas santrinya adalah mahasiswa dari berbagai perguruan tinggi di Malang seperti Universitas Brawijaya, Universitas Malang, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Universitas Islam Malang, Polinema, dan lainnya. Pesantren Nurul Huda saat ini diasuh oleh KH. M. Taqiyuddin Alawy yang merupakan putra keempat dari Alm. KH. Drs. A. Masduqi Mahfudz. PPSS Nurul Huda terus berjuang di bawah payung besar Nahdliyyin, berdedikasi dalam dunia pendidikan kepesantrenan hingga saat ini.

PPSS Nurul Huda berada di kelurahan Mergosono, kecamatan Kedungkandang, RT 05 RW 05, Kota Malang. Berjarak kurang lebih 1,5 KM dari jantung kota ke arah selatan dan umurnya kurang lebih 35 tahun. Fasilitas yang dimiliki oleh pesantren ini diantaranya adalah sarana peribadatan (*mushola*), asrama putra dan putri, asrama putri *tahfidzul Qur'an*, ruang belajar, gedung klinik (Poskestren), ruang komputer, area

parkir santri, perpustakaan, kopontren, auditorium, dan juga gedung madrasah diniyyah.

Visi dari pondok ini adalah menyiapkan santri yang berkualitas, beriman, bertaqwa, berakhlak mulia dan berorientasi pada pengembangan potensi diri. Sedangkan misi dari pondok ini ada 4 yaitu; 1) Membudayakan pola kehidupan yang islami, 2) menggali potensi diri dari masing-masing santri dan mengembangkannya sesuai bakat dan potensi, 3) menjadi sumber dibentuknya manusia yang berkualitas dalam berilmu pengetahuan, berkepribadian islami yang sehat jasmani dan rohani, serta 4) melaksanakan pendidikan berorientasi kecakapan hidup bagi seluruh santri yang sesuai dengan potensi yang ada.

Berdasarkan pada visi dan misi yang telah disebutkan di atas, maka PPSS Nurul Huda mengemas aktifitas dalam berbagai bentuk disiplin keilmuan dan keterampilan yang terdiri dari dua macam kegiatan yaitu kegiatan pokok dan kegiatan ekstra. Kegiatan pokok terbagi menjadi dua, wajib diikuti oleh seluruh santri meliputi pengajian al-Qur'an *bil tartil*, pengajian kitab kuning, *madrasah diniyyah*, *khitobah*, *diba'iyah*, *istighosah* dan pembacaan *aurad*. Serta kegiatan yang wajib khusus bagi penghafal al-Qur'an atau *hufadz* yang meliputi setoran al-Qur'an *bil ghoib* atau hafalan, *muroja'ah* yang dilakukan secara kolektif setiap hari minggu, *khotmil qur'an kubro* setiap tahun sebelum bulan Ramadhan, serta *khotmil qur'an* rutinan setiap bulannya dan setiap hari Ahad Wage. Sedangkan kegiatan ekstra meliputi *jama'ah sholawat*, diskusi dan wawasan keilmuan

(*syawir*), pengabdian masyarakat, olah raga, dan lainnya, yang mana setiap santri diwajibkan memilih salah satu kegiatan tersebut.

2. Waktu dan Tempat

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Nurul Huda yang berada di Jl. Kol. Sugiono gang 3B no. 103 Mergosono, Kedungkandang, Kota Malang, dan dilakukan selama bulan Februari 2020.

3. Jumlah Subjek Penelitian

Pada penelitian ini, subjek yang dilibatkan dalam pengambilan data adalah keseluruhan populasi atau sampling jenuh. Penelitian ini melibatkan seluruh santri putra dan putri yang mengikuti program hafalan al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda, yang totalnya 54 santri, dengan rincian 12 santri putra dan 42 santri putri.

4. Jumlah Subjek yang Dianalisis

Seluruh jumlah subjek yang terlibat dalam penelitian ini telah memenuhi syarat untuk dilakukan analisis. Sehingga total subjek yang dianalisis sebanyak 54 orang, sesuai dengan total subjek yang terlibat.

5. Tahapan Administrasi Pengambilan Data

Tahapan administrasi penelitian ini adalah:

- d. Peneliti menemui koordinator tahfidz putra dan putri kemudian dimintai tolong menyebarkan kuisioner penelitian guna menyelesaikan tugas skripsi.
- e. Masing-masing koordinator mendistribusikan kuisioner dan bolpoin kepada anggota mereka yaitu para penghafal al-Qur'an langsung di

kamar masing-masing, sekaligus menjelaskan mengenai tata cara pengisian skala.

- f. Responden mengisi kuisisioner yang telah dibagikan dan menyerahkan pada masing-masing koordinator ketika sudah selesai.
- g. Koordinator menyerahkan seluruh kuisisioner kepada peneliti setelah semua responden selesai mengisi kuisisioner tersebut.

B. Hasil Penelitian

1. Analisis Deskripsi

a. Variabel Dukungan Sosial

1) Skor Hipotetik dan Skor Empirik

Deskripsi data disajikan untuk mengetahui karakteristik pada data pokok dari penelitian yang dilakukan. Deskripsi data digunakan untuk menampilkan data agar data dipaparkan dengan baik dan diinterpretasikan dengan mudah. Pengukuran statistik deskriptif yang telah diukur pada skala sebelumnya berupa *means* (rata-rata), *standard deviation* (standar deviasi), nilai minimal serta maksimal.

Tabel 7. Skor Hipotetik dan Skor Empirik Dukungan Sosial

N	Skor Empirik				Skor Hipotetik			
	Min.	Max.	Mean	SD	Min.	Max.	Mean	SD
54	44	74	59.19	7.962	11	77	44	11

Berdasarkan data pada tabel tersebut dapat diketahui bahwa skala dukungan sosial memiliki skor empirik item terendah sebesar

44 dan skor item tertinggi sebesar 74 dengan mean sebesar 59.19 dan standar deviasi sebesar 7.962. Sedangkan skor hipotetik skala dukungan sosial diperoleh mean sebesar 44, nilai minimum sebesar 11, maksimal sebesar 77 dengan standar deviasi sebesar 11. Dari uraian tersebut, dapat dikatakan bahwa mean hipotetik lebih kecil dibanding mean empirik pada skala dukungan sosial

2) Kategorisasi Data

Skor yang digunakan dalam kategorisasi data penelitian menggunakan skor pada tabel 4.1 tentang deskripsi statistik skor hipotetik dengan norma sebagai berikut:

Tabel 8. Norma Kategorisasi

Kategorisasi	Norma
Tinggi	$X > (M+1SD)$
Sedang	$(M-1SD) \geq X \geq (M+1SD)$
Rendah	$X < (M-1SD)$

Kategorisasi data yang didapatkan pada skala dukungan sosial adalah sebagai berikut:

Tabel 4.3 Kategorisasi Data Dukungan Sosial

Tabel 9. Kategorisasi Data Dukungan Sosial

No	Kategori	Jumlah Subjek	Presentase
1	Tinggi	40	74.1%
2	Sedang	14	25.9%
3	Rendah	0	0%

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa 40 responden penelitian ini memiliki tingkat dukungan sosial yang tinggi dengan presentase 74,1% dari keseluruhan subjek. Sedangkan responden yang memiliki tingkat dukungan sosial sedang berjumlah 14 responden dengan presentase 25,9% dari keseluruhan subjek, dan tidak ada responden yang memiliki tingkat dukungan sosial rendah (0%). Adapun diagram kategorisasi tingkat dukungan sosial penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda Malang disajikan pada gambar 4.1:

Gambar 1. Diagram Presentase Kategorisasi Dukungan Sosial

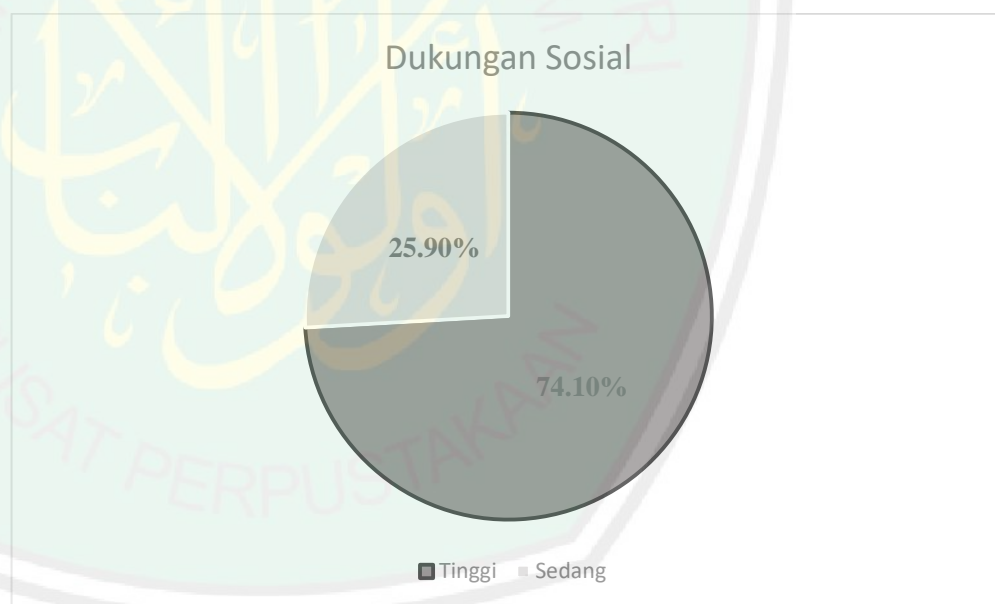


Diagram tersebut menunjukkan kebanyakan dari responden berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa responden mendapatkan dukungan sosial yang cukup tinggi dari lingkungannya.

b. Variabel Resiliensi

- 1) Skor Hipotetik dan Skor Empirik

Tabel 10. Skor Hipotetik dan Skor Empirik Resiliensi

Skor Empirik					Skor Hipotetik			
N	Min.	Max.	Mean	SD	Min.	Max.	Mean	SD
54	76	144	117.43	12.907	32	160	96	21.33

Berdasarkan data pada tabel tersebut dapat diketahui bahwa skala resiliensi memiliki skor empirik item terendah sebesar 74 dan skor item tertinggi sebesar 144 dengan mean sebesar 117.43 dan standar deviasi sebesar 12.907. Sedangkan skor hipotetik skala resiliensi diperoleh mean sebesar 96, nilai minimum sebesar 32, maksimal sebesar 160 dengan standar deviasi sebesar 21.33. Dari uraian tersebut, dapat dikatakan bahwa mean pada skor hipotetik lebih kecil dibanding mean skor empirik pada skala resiliensi.

2) Kategorisasi Data

Skor yang digunakan dalam kategorisasi data penelitian menggunakan skor pada tabel 4.1 tentang deskripsi statistik skor hipotetik dengan norma sebagai berikut:

Tabel 11. Norma Kategorisasi

Kategorisasi	Norma
Tinggi	$X > (M+1SD)$
Sedang	$(M-1SD) \geq X \geq (M+1SD)$
Rendah	$X < (M-1SD)$

Kategorisasi data yang didapatkan pada skala resiliensi adalah sebagai berikut:

Tabel 12. Kategorisasi Data Resiliensi

No	Kategori	Jumlah Subjek	Presentase
1	Tinggi	27	50%
2	Sedang	27	50%
3	Rendah	0	0%

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa 27 responden penelitian ini memiliki tingkat resiliensi yang tinggi dengan presentase 50% dari keseluruhan subjek. Sedangkan responden yang memiliki tingkat resiliensi sedang berjumlah 27 responden dengan presentase 50% dari keseluruhan subjek, dan tidak ada responden yang memiliki tingkat resiliensi rendah (0%). Adapun diagram kategorisasi tingkat resiliensi penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda Malang disajikan pada gambar 4.1

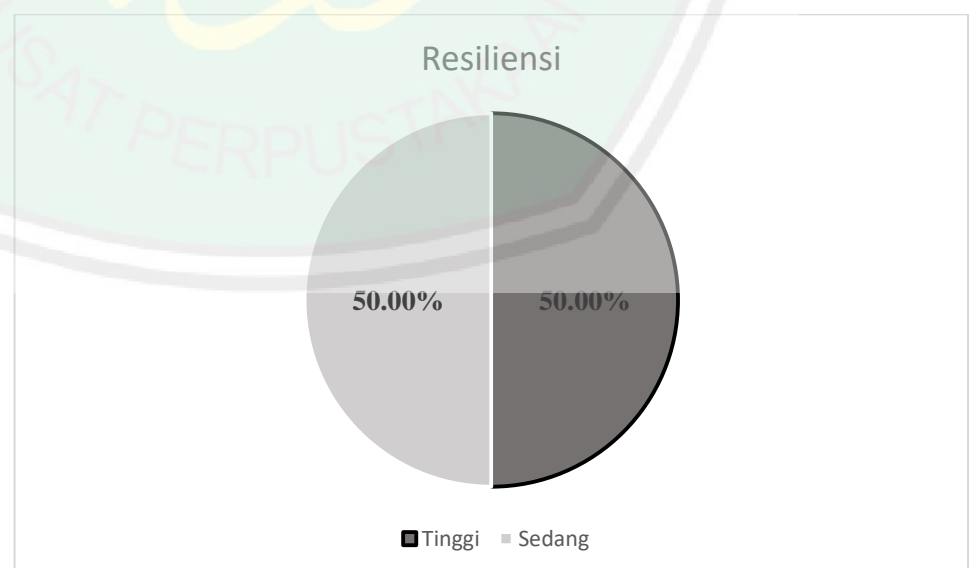
Gambar 2. Diagram Presentase Kategorisasi Resilensi

Diagram tersebut menunjukkan bahwa kebanyakan dari responden penelitian memiliki tingkat resiliensi yang tinggi, artinya para responden memiliki kemampuan yang cukup tinggi untuk bertahan dalam keadaan sulit.

2. Uji Asumsi

Perhitungan analisis data dilakukan setelah uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linieritas hubungan terpenuhi. Perhitungan dalam analisis ini dilakukan dengan bantuan aplikasi program statistik *IBM SPSS for Windows 26*.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Normalitas data merupakan syarat pokok yang harus dipenuhi dalam analisis parametrik. Normalitas suatu data sangat penting karena dengan data yang terdistribusi normal, maka data tersebut dianggap dapat mewakili suatu populasi (Priyatno, 2012;87). Apabila data yang terdistribusi tidak normal maka tidak dapat dilakukan uji parametrik, sehingga harus melakukan uji non-parametri (Sugiyono, 2008;97). Dasar pengambilan keputusan uji normalitas ialah dengan berdasarkan probabilitas (*Asymtotic Significance*), dengan penjelasan sebagai berikut:

- 1) Apabila probabilitasnya $> 0,05$, maka distribusi dari model regresi dinyatakan normal.
- 2) Apabila probabilitasnya $< 0,05$, maka distribusi dari model regresi dinyatakan tidak normal.

Pengujian normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *One Kolmogorov Smirnov Test (ks-z)* dengan menggunakan bantuan program aplikasi *IBM SPSS for Windows 26*.

Tabel 13. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		D. Sosial	Resiliensi
N		54	54
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	59.1852	117.4259
	Std. Deviation	7.96235	12.90693
Most Extreme Differences	Absolute	.115	.118
	Positive	.115	.065
	Negative	-.107	-.118
Test Statistic		.115	.118
Asymp. Sig. (2-tailed)		.074 ^c	.060 ^c
a. Test distribution is Normal.			
b. Calculated from data.			
c. Lilliefors Significance Correction.			

Hasil uji normalitas sebaran dengan teknik *One Kolmogorov Smirnov Test (ks-z)* ini dapat dikatakan normal jika nilai signifikansi (*Asymp. Sig 2-tailed*) $p > 0,05$. Dari hasil penghitungan normalitas pada variabel dukungan sosial menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,740 ($p > 0,05$). Hasil uji normalitas pada variabel resiliensi diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,060 ($p > 0,05$). Berdasarkan keterangan tabel di atas, dapat diketahui bahwa variabel dukungan sosial dan resiliensi memiliki sebaran yang normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linier atau tidak secara signifikan. Data yang baik pada model penelitian ini seharusnya memiliki hubungan yang linier antara variabel dependen dan variabel independen. Penilaian uji linieritas dapat dilihat melalui nilai F. Apabila $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka dapat dinyatakan linier, dan atau apabila *significance* > 0.05 maka dapat dinyatakan linier (Ghozali, 2016;67)

Tabel 14. Uji Linieritas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Resiliensi * Dukungan Sosial	Between Groups	(Combined)	4422.820	22	201.037	1.414	.184
		Linearity	949.027	1	949.027	6.677	.015
		Deviation from Linearity	3473.794	21	165.419	1.164	.343
	Within Groups		4406.383	31	142.141		
	Total		8829.204	53			

Dari tabel tersebut diketahui bahwa hasil uji linieritas hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada penghafal al-Qur'an menunjukkan nilai *Sig.* pada kolom *Linearity* sebesar 0,015 ($p < 0,05$) dan nilai *Sig.* pada kolom *Deviation from Linearity* sebesar 0,343 ($p > 0,05$). Berdasarkan keterangan tabel uji linieritas di atas, dapat diketahui bahwa hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat bersifat linier.

3. Hasil Uji Hipotesis

Setelah uji asumsi terpenuhi, langkah selanjutnya adalah melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang diajukan. Untuk mengetahui hubungan antar dua variabel, peneliti menggunakan analisis *Korelasi Product Moment*. Dalam perhitungan korelasi diperoleh koefisien korelasi (r) yang menunjukkan keeratan hubungan antar dua variabel tersebut dan menunjukkan arah hubungan yang terjadi. Nilai koefisien korelasi (r) berkisar antara -1 sampai 1. Jika nilai koefisien korelasinya semakin mendekati 1 atau -1, maka hubungannya semakin erat. Tetapi jika mendekati 0, maka hubungannya semakin lemah. Nilai positif menunjukkan hubungan yang searah (X naik maka Y naik) dan nilai negatif menunjukkan hubungan terbalik (X naik maka Y turun) (Priyatno, 2012;144). Pedoman untuk memberikan interpretasi koefisien korelasi adalah sebagai berikut (Sarjono & Julianti, 2011;67):

Tabel 15. Norma Derajat Hubungan

0.00 – 0.199	Sangat Rendah
0.20 – 0.399	Rendah
0.40 – 0.599	Sedang
0.60 – 0.799	Kuat
0.80 – 1.00	Sangat Kuat

Berdasarkan uji hipotesis terhadap skala dukungan sosial dan skala resiliensi, didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 16. Hasil Analisis Korelasi

Correlations		
	Dukungan Sosial	Resiliensi

Dukungan Sosial	Pearson Correlation	1	.328*
	Sig. (2-tailed)		.016
	N	54	54
Resiliensi	Pearson Correlation	.328*	1
	Sig. (2-tailed)	.016	
	N	54	54

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Hasil analisis menunjukkan bahwa besarnya koefisien korelasi antara variabel dukungan sosial dan resiliensi penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda adalah sebesar 0,328 dengan nilai Sig. 0,016 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima, sehingga dapat dinyatakan bahwa ada hubungan yang rendah antara dukungan sosial dengan resiliensi pada penghafal al-Qur'an. Nilai r yang positif menunjukkan arah hubungan yang bersifat positif.

C. Pembahasan

1. Tingkat Dukungan Sosial Penghafal Al-Qur'an

Dukungan sosial timbul oleh adanya persepsi bahwa terdapat orang yang akan membantu apabila terjadi suatu keadaan atau peristiwa yang dipandang akan menimbulkan masalah dan bantuan tersebut dirasakan dapat menaikkan perasaan positif serta mengangkat harga diri. Kondisi atau keadaan psikologis ini dapat dipengaruhi respon-respon dan perilaku individu sehingga berpengaruh terhadap kesejahteraan individu secara umum.

Sarafino menjelaskan dukungan sosial adalah sebuah pertukaran hubungan yang bersifat timbal balik antar individu dimana seseorang memberikan bantuan kepada orang lain. Orang yang menerima dukungan sosial memiliki keyakinan bahwa mereka dicintai, bernilai, dan merupakan bagian dari kelompok yang dapat menolong mereka ketika mereka membutuhkan bantuan. Dukungan sosial sangat dibutuhkan oleh setiap pribadi dalam kehidupan di tengah-tengah masyarakat mengingat setiap individu pada dasarnya adalah makhluk sosial. Hal-hal yang terdapat pada dukungan sosial mengacu pada rasa aman, penerimaan diri, peduli, penghargaan, atau bantuan yang diterima seseorang dari orang lain atau dalam kelompok (Sarafino dalam Purba dkk, 2007;80).

Dukungan sosial juga didefinisikan sebagai salah satu fungsi dari ikatan sosial dan menunjukkan kualitas dari hubungan interpersonal yang berdampak pada munculnya kepuasan secara emosional pada individu yang memperoleh dukungan itu (Smet, 1994 dalam Kumalasari & Ahyani, 2012;25). Zimet dkk memaparkan bahwa dukungan sosial adalah pertukaran sumber daya antara dua orang atau lebih yang dipersepsikan oleh salah satu pihak untuk tujuan tertentu (Zimet, Dahlem, Zimet & Karley, 1988;33).

Sebagaimana telah diketahui bahwa setiap individu membutuhkan dukungan sosial, maka hal ini berlaku juga untuk para penghafal al-Qur'an. Yang mana selama proses menghafalkan al-Qur'an, para penghafal al-Qur'an dihadapkan pada banyak tantangan dan kesulitan yang harus

mereka hadapi sehingga dukungan sosial yang berasal dari keluarga, teman, atau orang istimewa menjadi penting (Zimet, Dahlem, Zimet & Farley, 1988;34). Dukungan sosial dapat berupa bantuan emosional, bantuan yang bersifat kognitif, dan bantuan materiil (Jacobson, 1986;156).

Hasil analisis data penelitian pada subjek penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda yang berjumlah 54 responden, diketahui bahwa 40 responden memiliki tingkat dukungan sosial pada kategori tinggi (74,1%), 14 responden berada pada kategori sedang (25,9%), dan tidak ada yang tingkat dukungan sosialnya rendah (0%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial yang diperoleh penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda rata-rata berada pada taraf tinggi, yaitu sebesar 74,3% atau 40 subjek dari total 54 responden. Hal tersebut menunjukkan bahwa para penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda banyak memperoleh dukungan sosial dari keluarga, teman, dan juga dari orang yang dianggap istimewa dalam hidup mereka.

Bantuan yang mereka dapatkan berupa bantuan emosional seperti berbagi suka dan duka selama proses menghafal al-Qur'an, saling mencurahkan perasaan, saling mensupport satu sama lain, berempati dan sebagainya. Bantuan yang bersifat kognitif seperti berbagi informasi, pengetahuan, nasihat, arahan, atau umpan balik tentang bagaimana cara memecahkan persoalan. Dan atau bantuan yang bersifat materiil yang dibutuhkan oleh para penghafal al-Qur'an. Sehingga mereka merasa aman, nyaman, dan terbantu secara psikis maupun fisik.

Sumber-sumber dukungan sosial adalah orang-orang yang berada di sekitar individu itu hidup. Individu perlu memahami dan mengetahui sumber dukungan sosialnya agar tahu kepada siapa ia akan mendapat dukungan sosial yang sesuai dengan situasi dan kondisi yang sedang ia hadapi. Individu juga harus memahami seberapa banyak sumber dukungan sosial itu dapat efektif dalam membantunya menyelesaikan persoalan yang sedang ia hadapi. Karena setiap fungsi sosial mempunyai sumber dukungan yang berbeda. Dalam konteks penghafal al-Qur'an, dukungan yang bersifat emosional biasanya mereka dapatkan dari teman, sahabat, dan terkadang dari keluarga mereka. Meski kebanyakan, keluarga cenderung menjadi sumber dukungan yang bersifat kognitif dan materiil. Sedangkan guru atau dalam konteks penghafal al-Qur'an adalah ustadz/ah menjadi sumber utama dukungan berupa informasi, saran, nasehat, dan bimbingan bahkan melebihi orang tua.

2. Tingkat Resiliensi Penghafal Al-Qur'an

Resiliensi adalah istilah yang digunakan untuk menjelaskan kondisi kapasitas individu yang dinamis untuk beradaptasi terhadap segala gangguan yang mengancam fungsi, kelayakan, dan perkembangan (M.O. Wright & A. S. Masten, 2015;332). Siebert mendefinisikan resiliensi adalah kemampuan individu untuk menghadapi perubahan dalam tingkat tinggi yang dirasa mengganggu dengan cara yang baik sehingga individu mampu menyesuaikan diri dalam segala kondisi sulit (Siebert dalam Langvardt, 2007; 43). Resiliensi ialah kemampuan yang dimiliki manusia

untuk menghadapi, mengatasi, dan memperkuat diri dari kondisi sulit, sehingga resiliensi menjadi penting sekali dimiliki setiap individu (Grotberg, 1995:6).

Resiliensi dapat bervariasi dalam tahap perkembangan individu dan dapat diinterpretasikan dalam bentuk yang positif maupun negatif (Hunter & Chandler, 1999 dalam Ahern, 2006:178). Semua orang pasti mengalami kesulitan dalam hidupnya. Begitu juga para penghafal al-Qur'an. Sehingga daya lentur (resiliensi) diperlukan untuk menghindari stres dan perilaku negatif yang merugikan dirinya, bertahan dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan, bangkit dari keterpurukan, sehingga individu tetap dapat mewujudkan dirinya berkembang dalam menghadapi setiap kesulitan.

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa tingkat resiliensi para penghafal al-Qur'an cenderung mengarah ke taraf sedang hingga tinggi. Dari keseluruhan subjek yaitu 54 responden, responden yang memiliki resiliensi dengan taraf tinggi sebanyak 27 responden atau sebesar 50% dari keseluruhan populasi subjek. 27 responden lainnya berada pada taraf resiliensi sedang (50%), dan tidak ada responden penelitian yang taraf resiliensinya rendah (0%). Maka dapat disimpulkan bahwa resiliensi yang dimiliki penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda berada pada taraf tinggi yaitu 27 penghafal al-Qur'an.

Reivich & Shatte memaparkan ada tujuh kemampuan yang membentuk resiliensi. Yang pertama adalah *emotion regulation* (regulasi

emosi), atau kemampuan untuk tetap tenang dan fokus di bawah kondisi yang menekan (Reivich & Shatte, 2002;139). Seperti yang dimiliki para penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda digambarkan dengan sikap tetap tenang dan fokus meski sedang berada pada kondisi kesulitan dalam menambah hafalan al-Qur'an.

Kemampuan yang kedua yaitu pengendalian impuls. Individu yang resilien adalah individu yang mampu mengendalikan dorongan, keinginan, kesukaan, dan tekanan yang muncul dari dalam diri sehingga individu tersebut dapat memberikan respon yang tepat pada permasalahan yang ada (Reivich & Shatte, 2002;42). Para penghafal al-Qur'an dapat untuk menahan impulsivitas yang dapat menyebabkan mereka keluar dari jalur, mudah marah, dan berlaku agresif terhadap hal-hal kecil yang sebenarnya tidak terlalu penting.

Optimisme adalah kemampuan ketiga yang membentuk resiliensi. Hal ini juga ditunjukkan oleh para penghafal al-Qur'an dengan keyakinan mereka untuk mampu menghadapi permasalahan yang mungkin terjadi, percaya bahwa diri mereka mempunyai kemampuan serta mencapai kesuksesan. Selanjutnya, kemampuan yang membentuk resiliensi adalah *causal analysis* atau kemampuan individu untuk mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang mereka hadapi secara tepat sehingga tidak mengulangi kesalahan.

Kemampuan yang membentuk resiliensi selanjutnya adalah empati, atau kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda kondisi emosional

dan psikologis orang lain. Dengan empati, individu akan mampu mengatasi permasalahan yang sedang ia hadapi karena cenderung memiliki hubungan sosial yang baik dengan lingkungan sosialnya.

Dua kemampuan lain yang membentuk resiliensi adalah efikasi diri dan *reaching out*. Efikasi diri merepresentasikan sebuah keyakinan bahwa individu mampu memecahkan masalah yang dialami, tidak menyerah meski strategi yang ia gunakan untuk menyelesaikan masalah ternyata tidak berhasil dan mencapai kesuksesan. Sedangkan *reaching out* dipahami sebagai kemampuan individu menemukan dan membentuk hubungan dengan orang lain untuk meminta bantuan, berbagi cerita dan perasaan, dan saling membantu dalam permasalahan, baik secara personal maupun interpersonal (Reivich & Shatte, 2002;54).

3. Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi Penghafal Al-Qur'an

Dukungan sosial sangat dibutuhkan oleh siapapun, khususnya para penghafal al-Qur'an. Baik dukungan itu berupa bantuan emosional, bantuan yang bersifat kognitif, maupun materiil. Dukungan sosial berdampak pada munculnya kenyamanan fisik dan psikis individu yang menerimanya, dan juga dapat membantu individu mengatasi kondisi menekan atau stres (Baron & Byrre, 2004;9). Individu juga dapat memodifikasi persepsi pada dirinya mengenai suatu hal dan akan mengurangi potensi munculnya stres baru atau stres yang berkepanjangan (Sarafino dalam Rachmawati, 2013;51). Disamping itu, kemampuan para

penghafal al-Qur'an tetap bertahan dalam kondisi sulit, atau yang bisa disebut resiliensi, dibutuhkan demi tercapainya tujuan mereka yaitu menghafal al-Qur'an. Resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan (Reivich & Shatte, 2002). Resiliensi dibutuhkan agar para penghafal al-Qur'an dapat menghindari stres dan perilaku negatif yang dapat merugikan dirinya sendiri, sehingga mereka mampu untuk menghadapi, mengatasi, dan memperkuat atau bahkan merubah dirinya dari keadaan sulit (Grotberg, 1995;11).

Pada penelitian ini, hasil analisis yang menggunakan teknik *korelasi product moment* dengan media aplikasi statistik *IBM SPSS 26 for Windows* yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel diperoleh hasil r_{xy} sebesar 0.328 dengan nilai signifikansi (*Sig.*) sebesar 0.016. Artinya ada hubungan yang rendah antara dukungan sosial dengan resiliensi para penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang. Hasil analisis uji korelasi tersebut mendukung hipotesis yang diajukan dalam penelitian, yaitu adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan resiliensi penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan diterima, meski hubungannya dalam taraf yang rendah. Apabila dukungan sosial yang didapatkan penghafal al-Qur'an tinggi, maka resiliensi penghafal al-Qur'an tinggi pula. Begitu juga sebaliknya, jika dukungan penghafal al-Qur'an rendah, maka resiliensinya rendah.

Mengenai taraf hubungan yang rendah, hal ini menjelaskan bahwa dukungan sosial tidak memiliki porsi yang cukup dalam membentuk individu yang resilien. Grotberg (1995) mengatakan bahwa *I have* atau dukungan yang berasal dari lingkungan individu itu hidup dapat membangun sebuah kepercayaan pada diri individu tersebut sehingga resiliensi dapat terbentuk (Grotberg, 1995;8). Para penghafal al-Qur'an memiliki orang-orang yang menyayangi mereka kemudian menjadikan mereka merasa memiliki sebuah hubungan yang penuh kepercayaan sehingga resiliensi berkembang.

Berdasar hasil analisis tersebut, diketahui bahwa para penghafal al-Qur'an memperoleh dukungan sosial yang cukup tinggi dari keluarga, teman, dan juga orang-orang spesial dalam hidup mereka. Dukungan itu berupa kepedulian, perhatian, empati, rasa dihargai, nasehat dan arahan, atau umpan balik tentang bagaimana cara memecahkan masalah yang sedang dihadapi dalam proses mereka menghafalkan al-Qur'an. Dukungan tersebut menjadikan mereka merasa aman, nyaman, dan juga merasa terbantu secara psikis maupun psikis sehingga mampu untuk tetap bertahan dalam menghadapi kesulitan-kesulitan selama menghafalkan al-Qur'an. Seperti sulitnya manajemen waktu dalam setoran menambah hafalan, *tikror* (mengulang hafalan yang sudah ada), mengikuti kegiatan pondok, dan juga beraktifitas di luar pondok karena kebanyakan dari mereka adalah pelajar dan mahasiswa.

Tercukupinya dukungan sosial yang diterima oleh para penghafal al-Qur'an menjadikan mereka mendapatkan tempat untuk menyalurkan emosi dan perasaannya, membagikan masalahnya, sehingga mereka merasa nyaman berada di dalam lingkaran sosial mereka dan juga bertahan dalam keadaan-keadaan yang memicu stres.

Penelitian ini senada dengan penelitian Mufidah (2017), bahwa ada korelasi yang positif antara dukungan sosial dengan resiliensi dengan *locus of control* sebagai moderator pada mahasiswa bidikmisi. Penelitian tersebut menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0.308 dan nilai F sebesar 5.017 dengan sumbangan dukungan sosial terhadap resiliensi sebesar 9.5%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan resiliensi yang dimoderatori oleh *locus of control* namun tidak signifikan dengan sumbangan dari moderator sebesar 7% yang artinya ada faktor lain yang bisa menguatkan hubungan antara kedua variabel tersebut. Penelitian Saraswati (2018) dengan judul hubungan antara hubungan sosial dan optimisme dengan resiliensi pada penderita tuberkulosis juga menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan dengan nilai koefisien sebesar 0.763 dan nilai signifikansi sebesar 0.000 dengan sumbangan dukungan sosial terhadap resiliensi sebesar 58,2%. Penelitian terdahulu tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh seseorang, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi individu tersebut.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan rumusan masalah, hipotesis, data hasil penelitian, serta pembahasan yang didapatkan sebelumnya, dapat ditarik kesimpulan pada penelitian kali ini yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Penghafal Al-Qur’an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang” antara lain:

1. Tingkat Dukungan Sosial

Tingkat dukungan sosial yang dimiliki penghafal al-Qur’an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang mayoritas berada tingkat kategori tinggi yakni berjumlah 40 responden (74%), sementara 14 responden (25%) lainnya berada pada kategori sedang. Artinya sebagian besar penghafal al-Qur’an sudah mendapatkan dukungan sosial dengan maksimal dari orang-orang di sekitarnya yang meliputi teman, keluarga, sahabat, atau orang yang mereka anggap spesial dalam hidup mereka.

2. Tingkat Resiliensi

Tingkat resiliensi yang dimiliki oleh para penghafal al-Qur’an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang 50% (27 responden) berada pada taraf resiliensi tinggi dan 50% lainnya (27 responden) berada pada taraf resiliensi sedang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa para penghafal al-Qur’an memiliki tingkat

resiliensi yang tinggi, yaitu dapat menghadapi, mengatasi, dan memperkuat diri dari kondisi sulit.

3. Hubungan Dukungan Sosial dengan Resiliensi

Dukungan sosial mempunyai hubungan yang linier dan positif dengan resiliensi penghafal al-Qur'an di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang. Hasil tersebut membuktikan bahwa hipotesis penelitian diterima dengan rincian H_0 ditolak dan H_a diterima.

B. Saran

1. Penghafal Al-Qur'an

Secara keseluruhan, tingkat dukungan sosial dan resiliensi yang dimiliki para penghafal al-Qur'an berada pada taraf tinggi. Maka dari itu perlu bagi mereka untuk mempertahankan kondisi tersebut agar tujuan mereka dalam menjaga *kalamullah* tercapai dengan baik. Mereka perlu meningkatkan kesadaran dan pengetahuan akan sumber-sumber dukungan sosial sehingga mereka dapat mengerti harus kemana saat mereka sedang membutuhkan bantuan. Perlu juga mengasah keterampilan individu berkaitan dengan aspek-aspek resiliensi agar kemudian mereka dapat lebih bertahan dalam menghadapi kesulitan yang muncul selama menghafalkan al-Qur'an karena tujuan akhir mereka dalam menghafal al-Qur'an bukan hanya hafal saja, namun juga mempertahankan hafalannya hingga ajal menjemput.

2. Pondok Pesantren

Berdasarkan hasil penelitian, dukungan sosial berpengaruh pada daya tahan para penghafal al-Qur'an dalam menghafalkan al-Qur'an. Maka dari itu, perlu bagi pondok pesantren untuk membangun suasana yang mendukung bagi para penghafal al-Qur'an. Agar dukungan sosial dapat sampai pada para penghafal al-Qur'an dengan maksimal. Sehingga resiliensi atau daya tahan mereka dalam menjalani proses menghafal al-Qur'an dapat meningkat.

3. Peneliti

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan mengeksplorasi lebih dalam mengenai teori dari kedua variabel yaitu dukungan sosial dan resiliensi. Mengingat fakta bahwa manusia adalah makhluk sosial yang membutuhkan orang lain, maka dukungan sosial tentunya akan selalu ada. Peneliti selanjutnya dapat lebih fokus pada bagaimana bentuk dukungan sosial yang diberikan atau aspek-aspeknya. Begitu juga dengan variabel resiliensi, saran kepada peneliti selanjutnya diharapkan peneliti dapat lebih mendetail pada aspek-aspek yang membentuk resiliensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Aziz Abdul Rauf (2004). *Kiat Sukses Menjadi Hafidz Qur'an Da'iyah*, Bandung: Pt Syaamil Cipta Media.
- Ahern, N.R. 2006. Adolescent resilience: an evolutionary concept analysis, *Journal of Pediatric Nursing*, 21(3) (June): 175-185.
- Al-Ghazali, Abu Hamid (1985). *Jawahirul Qur'an*. Terjemahan oleh Luqman Hakiem. 1995. Surabaya: Risalah Gusti.
- Allen, Jon G. (2005). *Coping With Trauma*. America; American Psychiatric Publishing, Inc.
- Alvin. (2007). *Mengatasi Stres Belajar*. Jakarta. Elex Media Komputindo.
- Amirta, Yolanda. (2008). *Sehat Mental Berjiwa Besar Berpikir Positif Tidak Cukup Tanpa Kekuatan Hati*. Yogyakarta: Kreasi Wacana.
- Apollo & Andi Cahyadi. (2012). Konflik Peran Ganda Perempuan Menikah Yang Bekerja Ditinjau Dari Dukungan Sosial Keluarga Dan Penyesuaian Diri. *Jurnal*. Vol. 1, No. 2, 254-271.
- Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Azwar, Saifuddin. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, Saifuddin. (2013). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Az-Zarnuji. (2009). *Terjemah Ta'limul Muta'alim*. Surabaya: Mutiara Ilmu.
- Az-zawawi, Yahya Abdul Fatah. 2010. *Revolusi Menghafal Al-qur'an*. Surakarta: Penerbit Insan Kamil
- Baron, Robert A & Doon Byrne. (2004). *Psikologi Sosial Jilid I*. Jakarta: Erlangga.
- Bukhari, Imam. (1981). *Shahih Bukhari Jus 1*. Beirut Libanon: Daarul Fikr.
- Connor, K. M & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RSC). *Research Article, Depression and Anxiety*, 18:76-82.

- Creshwell, J. (2013). *Research Design : Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif Dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Departemen Agama RI. (2012). *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Surabaya: Fajar Mulya.
- Desmita (2010). *Psikologi Perkembangan*. PT Remaja Rosdakarya : Bandung.
- Fergus,S. & Zimmerman, M.A. 2005. Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annual Review of Public Health*, 26:399-419
- Ghufron, M. Nur & Rini Risnawita S. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Grotberg (1995). *A guide to Promoting Resilience in Children : Strengthening the Human Spirit*. Den Haag.
- Hadianingsih, T.T., & Yuwono, S. (2014). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi Pada Remaja di Panti Asuhan Keluarga Yatim Muhammadiyah Surakarta. (*Unpublished Undergraduated Skripsi*). Universitas Muhammadiyah Surakarta: Surakarta.
- Jacobson, D. E. (1986). Types and Timing of Social Support. *Journal of Health and Social Behavior: American Sociological Association*. DOI 10.2307/2136745. Vol. 27, No. 3, 250-264
- Kendall & Mattson. (2011). *Linking Health Communication with Social Support Chapter 6*. Kendall Hunt Publishing Co.
- Kumalasari, Fani & Latifah Nur Ahyani. (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*. Vol. 1, No. 1, 21-31.
- Langvardt, G.D. (2007). *Resilience and commitment to change: a case study of a non-profit organization*. Dissertasi online. www.proquest.com
- Lerner, RM. & Galambos, NL. (1998). Adolescent development: challenges and opportunities for research, program and policies. *Annual Review of Psychology*, 49: 413-446
- Maslihah, Sri. (2011). Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial Di Lingkungan Sekolah Dan Prestasi Akademik Siswa Sampit Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Undip*. Vol. 10, No. 2, 103-114.

- McCubbin (2001). *Challenges to definition of resilience*. Paper of Annual Meeting of the American Psychological Association.
- McGinnis, Alan L. (1995). *Kekuatan Optimisme*. Jakarta: Mitra Utama.
- Melisa. (2009). Hubungan antara Resiliensi dengan Depresi pada Perempuan Pasca Pengangkatan Payudara (Mastektomi). *Jurnal Psikologi Universitas Tarumanagara Vol.2 No.2*.
- Mufidah, Alaiya. C. 2017. Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Resiliensi dengan *Locus of Control* sebagai Moderator Pada Mahasiswa Bidikmisi. *Jurnal Psikodimensia, Vol. 16; No.2*.
- Nawabudin, Abdurrad. 1990. Teknik Menghafal Al-Qur'an. Bandung: CV. Sinar Baru.
- Norris, F. H., & Kaniasty, K. (1996). Received Social Support in Times of Stress: A Test of The Social Support Deterioration Different Model. *Journal of Personality and Social Support*. 71(3), 489-511.
- Purba, Johana dkk. (2007). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Burnout Pada Guru. *Jurnal. Vol. 5 No. 1, 77-78*.
- Rachmawati, Syaediana. 2013. Kualitas hidup orang dengan HIV/AIDS Yang mengikuti terapi antiretroviral. *Jurnal. Vol. 1 (1), 48-62*.
- Reivich, K & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor : 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*.
- Ridwan, Arifani. *Locus of Control dan Resiliensi Pada Pekerja Yang Mengalami Pemutusan Hubungan Kerja (PHK)*. [skripsi]. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang; 2016.
- Rismalinda. (2017). *Buku Ajar Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Trans Info Media.
- Ruswahyuningsih, M.C. & Afiatin, Tina. (2015). Resiliensi pada remaja Jawa. *Gajah Mada Journal of Psychology, 1(2) (Mei): 96-105*.
- Saraswati, D. R. *Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Optimisme Dengan Resiliensi Pada Penderita Tuberkulosis*. [skripsi]. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta; 2018.
- Schoon, I & Bynner, J. 2003. Risk and resilience in the life course: implications for interventions and social policies, *Journal of Youth Studies 6, (1):21-31*

- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive Psychology Progress: Empirical Validation of Interventions. *American Psychologist*, 60(5), 410-421.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Taylor, Shelley E. (2009). *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Ushfuriyah. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Optimisme Mahasiswa Psikologi Dalam Menyelesaikan Skripsi*. [skripsi] Malang: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang; 2015.
- Wijaya, M. Tatam. 10 Inti Al-Qur'an Menurut Imam Al-Ghozali. Sabtu, 10 November 2018 pukul 11.00 WIB dari <https://islam.nu.or.id/post/read/98714/10-inti-al-quran-menurut-imam-al-ghazali>
- Wolin, S. J., & Wolin, S. 1994. *The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise Above Adversity*. New York: Villard Books.
- Wright, M. O., & A.S. Masten. (2015). Pathways to resilience in context. *Youth Resilience and Culture: Cross-Cultural Advancement in Positive Psychology 11*, DOI 10.1007/978-94-017-9415-2_1.
- Wulandari, Ayu. *Hikmah di balik mereka yang hafal al-Qur'an*. 14 Desember 2018. <https://islami.co/subhanallah-inilah-empat-keutamaan-penghafal-al-quran/>
- Zimet, G., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Karley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale Of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assesment*, 52 (1), 30-41.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Resiliensi

Nama : _____
 Jenis Kelamin : (L/P) _____
 Usia : _____
 Pekerjaan : _____

PETUNJUK PENGISIAN

Di bawah ini terdapat sekumpulan pernyataan. Anda diminta untuk mengisi dengan cara memberi tanda centang (✓) pada salah satu kolom di sebelah kanan soal. **Setiap orang mempunyai jawaban yang berbeda-beda, maka isilah sesuai dengan diri anda, karena tidak ada jawaban yang benar atau salah.** Jika anda merasa jawaban kurang sesuai dan ingin menggantinya, maka anda cukup mencoret (X) jawaban pertama dan mengisi lagi pada

kolom yang anda rasa sesuai. Jawaban sebagai berikut:

- 1 : Tidak Pernah
- 2 : Hampir Tidak Pernah
- 3 : Biasa Saja
- 4 : Sering
- 5 : Sangat Sering

No.	Pernyataan	1	2	3	4	5
1	Meski gagal berkali-kali, saya akan terus mencoba mencari solusi yang tepat untuk masalah saya.					
2	Saya merasa putus asa ketika masalah tidak kunjung selesai.					
3	Saya ragu akan mampu menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi.					
4	Saya dapat merasakan emosi yang dialami orang lain dengan melihat ekspresi wajah mereka.					
5	Saya merasa terdorong untuk menyerah saat ditimpa masalah.					
6	Saya memikirkan banyak solusi yang mungkin dapat dilakukan ketika masalah muncul.					

7	Saya dapat mengendalikan perasaan ketika dilanda kesulitan.					
8	Saya mampu menahan kesenangan saya demi tercapainya keberhasilan.					
9	Saya lebih suka mengikuti orang lain daripada harus berinisiatif sendiri.					
10	Meskipun tidak selalu benar, percaya bahwa sebuah masalah itu dapat dikontrol merupakan sebuah pilihan yang tepat.					
11	Saya memikirkan dengan hati-hati penyebab suatu masalah muncul sebelum mencoba menyelesaikannya.					
12	Saya meragukan kemampuan saya dalam memecahkan masalah di tempat tinggal saya.					
13	Saya cukup pandai untuk mengidentifikasi apa yang sedang terjadi dan bagaimana hal itu dapat mempengaruhi suasana hati saya.					
14	Jika seseorang membuat saya kesal, saya menunggu suasana hati saya tenang untuk membahasnya.					
15	Ketika melihat orang lain sukses, saya berfikir bahwa saya bisa menjadi seperti mereka.					
16	Saya berharap bahwa saya akan melakukan banyak hal dengan baik.					
17	Orang sering mencari saya untuk membantu mereka dalam memecahkan masalah.					
18	Saya berusaha untuk tetap sabar saat dilanda masalah.					
19	Saya percaya ucapan "Tuhan tidak akan memberikan cobaan melebihi kemampuan hambaNya."					
20	Saya mengerti mengapa teman-teman saya merasa sedih					

21	Saya menunggu bantuan dari orang lain saat sedang dilanda kesulitan.					
22	Saya tidak memikirkan rencana di hari esok dan hanya melakukan apa yang harus saya lakukan sekarang.					
23	Teman saya berbagi kesedihan mereka dengan saya.					
24	Tantangan adalah alat untuk belajar dan meningkatkan kualitas diri.					
25	Jika seseorang kesal dengan saya, saya mendengarkan apa yang mereka katakan sebelum bereaksi.					
26	Ketika saya ditanya untuk memikirkan masa depan, saya merasa sulit membayangkan diri saya sebagai orang yang sukses.					
27	Saya melakukan kesalahan berulang-ulang.					
28	Saya percaya bahwa sedikit saja melakukan pencegahan senilai dengan banyak upaya penyembuhan.					
29	Saya pandai mengidentifikasi penyebab sebuah masalah dalam berbagai kondisi.					
30	Saya merasa terpuruk saat dihadapkan suatu permasalahan.					
31	Saya yakin segalanya akan baik-baik saja ketika saya dihadapkan pada situasi yang sulit.					
32	Teman-teman memberitahu bahwa saya tidak mendengarkan apa yang mereka katakan.					

Lampiran 2. Skala Dukungan Sosial

Nama : _____
 Jenis Kelamin : (L/P)
 Usia : _____
 Pekerjaan : _____

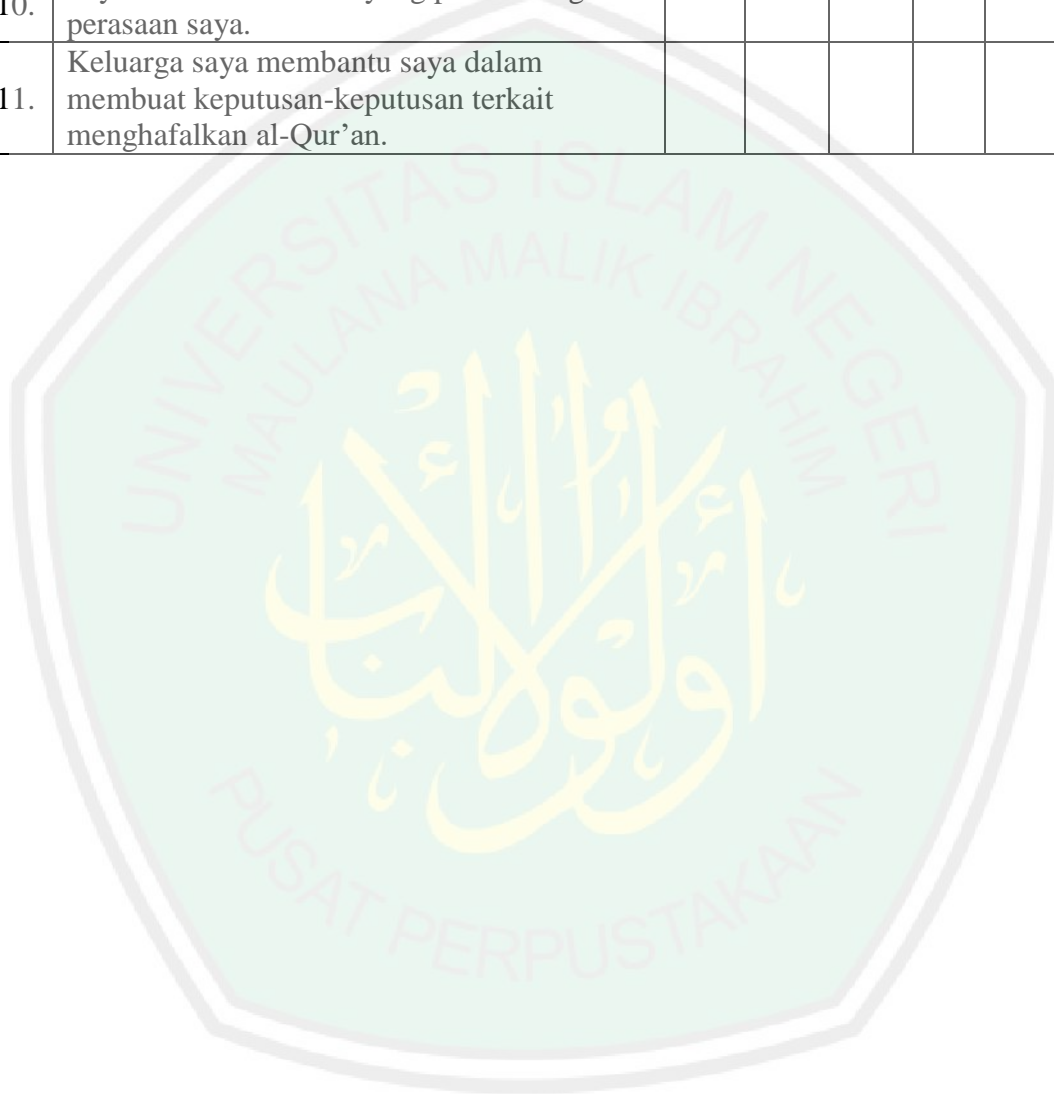
PETUNJUK PENGISIAN

Di bawah ini terdapat sekumpulan pernyataan. Anda diminta untuk mengisi dengan cara memberi tanda centang (✓) pada salah satu kolom di sebelah kanan soal. **Setiap orang mempunyai jawaban yang berbeda-beda, maka isilah sesuai dengan diri anda, karena tidak ada jawaban yang benar atau salah.** Jika anda merasa jawaban kurang sesuai dan ingin menggantinya, maka anda cukup mencoret (X) jawaban pertama dan mengisi lagi pada kolom yang anda rasa sesuai. Jawaban sebagai berikut:

- 1 : Sangat Tidak Sesuai
- 2 : Tidak Sesuai
- 3 : Agak Tidak Sesuai
- 4 : Biasa Saja
- 5 : Agak Sesuai
- 6 : Sesuai
- 7 : Sangat Sesuai

No	Pernyataan	1	2	3	4	5	6	7
1.	Saya mempunyai sahabat yang selalu ada saat saya butuhkan.							
2.	Saya mempunyai sahabat yang dengannya saya dapat berbagi suka dan duka dalam menghafal al-Qur'an.							
3.	Keluarga saya benar-benar mencoba membantu saya dalam menghadapi kesulitan menghafal al-Qur'an							
4.	Saya mendapatkan bantuan dan dukungan emosional yang saya butuhkan dari keluarga saya selama proses menghafalkan al-Qur'an							
5.	Saya memiliki kedekatan secara emosional dengan sahabat saya.							
6.	Teman-teman saya berusaha untuk membantu saya							

7.	Saya dapat mengandalkan teman-teman saya ketika ada masalah.							
8.	Saya membicarakan masalah saya dalam menghafal al-Qur'an dengan keluarga.							
9.	Saya mempunyai teman yang selalu memberi energi positif kepada saya							
10.	Saya memiliki sahabat yang peduli dengan perasaan saya.							
11.	Keluarga saya membantu saya dalam membuat keputusan-keputusan terkait menghafalkan al-Qur'an.							



Lampiran 3. Distribusi Data Dukungan Sosial

DUKUNGAN SOSIAL (X)											Total	Kategori
X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11		
3	6	6	6	6	7	5	6	7	5	6	63	Tinggi
4	5	5	3	4	5	5	2	5	5	5	48	Sedang
4	5	5	3	4	5	5	2	5	5	5	48	Sedang
4	4	4	4	5	5	2	1	5	6	4	44	Sedang
6	6	4	6	6	7	6	4	7	4	4	60	Tinggi
6	6	4	6	6	6	4	4	6	4	5	57	Tinggi
3	3	6	7	3	4	5	4	4	4	6	49	Sedang
6	5	4	4	6	6	5	4	6	6	4	56	Tinggi
5	6	4	6	5	5	5	6	6	5	7	60	Tinggi
7	7	7	7	7	7	5	3	6	4	6	66	Tinggi
4	5	4	6	7	6	2	4	7	6	7	58	Tinggi
4	6	6	6	4	4	3	6	4	5	5	53	Sedang
6	6	4	6	6	5	4	4	6	6	5	58	Tinggi
6	4	5	4	7	6	2	3	7	7	1	52	Sedang
5	6	4	4	4	6	6	2	5	5	2	49	Sedang
4	4	4	5	5	5	4	6	6	7	6	56	Tinggi
6	7	6	5	6	4	4	5	6	6	6	61	Tinggi
4	7	7	6	5	7	6	3	4	6	4	59	Tinggi
4	6	4	7	4	4	4	4	4	4	4	49	Sedang
4	4	4	4	4	4	3	4	5	4	4	44	Sedang
3	3	7	7	3	5	6	7	6	4	7	58	Tinggi
4	7	7	7	6	5	2	2	6	4	5	55	Tinggi
7	6	6	6	6	6	7	6	7	7	5	69	Tinggi
4	5	6	6	5	5	4	6	5	5	6	57	Tinggi
5	6	7	7	5	6	6	7	7	6	7	69	Tinggi
6	7	4	7	6	6	4	2	6	6	3	57	Tinggi
7	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	65	Tinggi
4	3	6	7	6	6	4	4	5	6	4	55	Tinggi
5	4	4	5	5	4	4	5	5	4	7	52	Sedang
6	6	6	6	6	6	6	6	6	5	5	64	Tinggi
6	7	4	4	6	5	6	4	6	6	4	58	Tinggi
4	6	6	6	5	4	3	6	6	6	6	58	Tinggi
6	4	4	7	7	4	2	6	6	7	4	57	Tinggi
7	6	7	7	7	6	6	7	7	7	7	74	Tinggi
6	4	7	7	6	6	6	7	6	6	7	68	Tinggi
6	7	5	7	7	7	6	7	6	6	5	69	Tinggi
4	5	3	3	4	5	6	3	4	7	6	50	Sedang
6	6	7	6	6	4	6	4	4	5	4	58	Tinggi

7	6	6	6	6	6	6	7	6	7	7	70	Tinggi
7	7	6	6	6	6	5	6	6	6	7	68	Tinggi
6	6	6	6	6	6	5	7	6	7	7	68	Tinggi
7	7	7	7	7	6	6	7	6	7	7	74	Tinggi
7	7	2	2	7	5	4	2	6	6	2	50	Sedang
6	6	4	4	4	6	5	6	6	4	4	55	Tinggi
7	7	6	6	7	7	5	6	7	7	7	72	Tinggi
5	5	4	6	4	5	3	4	5	5	7	53	Sedang
5	5	4	4	4	6	5	2	6	6	3	50	Sedang
6	4	6	7	7	6	7	6	7	6	6	68	Tinggi
7	7	7	7	6	6	6	7	7	7	7	74	Tinggi
7	4	4	6	7	5	4	2	7	7	3	56	Tinggi
7	6	7	6	6	6	5	6	6	6	7	68	Tinggi
6	5	6	7	6	5	6	6	6	7	6	66	Tinggi
6	6	6	5	6	6	5	5	4	4	6	59	Tinggi
6	6	5	7	6	6	4	5	6	6	5	62	Tinggi



Lampiran 4. Distribusi Data Resiliensi

									Resiliensi																Total	Kategori							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32		
5	3	3	5	2	5	2	4	3	4	5	3	5	5	5	5	4	4	4	4	4	5	5	4	3	2	5	5	2	5	4	129	Tinggi	
4	3	4	4	4	5	2	2	4	4	4	3	4	4	3	4	2	3	3	4	2	2	2	4	3	1	2	4	3	2	4	4	103	Sedang
4	3	4	4	4	5	2	2	4	4	4	3	4	4	3	4	2	3	3	4	2	2	2	4	3	1	2	4	3	2	4	4	103	Sedang
4	4	3	4	2	3	3	3	3	4	4	2	4	3	4	5	3	3	4	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	4	4	107	Sedang	
4	3	3	5	4	4	4	2	2	4	3	3	5	5	5	5	5	5	5	2	4	3	5	3	4	4	3	4	4	3	3	4	122	Tinggi
3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	5	5	5	5	5	5	2	4	3	5	3	3	5	2	4	4	3	3	3	116	Sedang
2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	1	2	2	1	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	76	Sedang
4	3	3	5	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	3	3	2	3	5	3	4	2	4	3	3	4	4	115	Sedang
4	4	3	3	3	4	3	3	2	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	2	4	4	2	3	3	3	3	2	4	3	105	Sedang
4	1	4	5	2	4	3	2	1	3	3	2	4	4	4	4	5	4	5	4	2	1	5	4	4	3	2	4	2	3	2	3	103	Sedang
4	2	2	5	3	5	5	5	2	5	5	3	4	4	5	5	5	5	5	4	3	2	4	5	4	1	3	4	3	2	5	4	123	Tinggi
4	2	2	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	5	4	4	4	3	3	2	4	3	4	2	2	3	3	3	4	3	106	Sedang
4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	114	Sedang
4	5	2	5	3	4	4	1	4	5	2	2	4	3	4	5	4	4	5	3	5	5	4	5	5	3	2	3	4	4	3	2	118	Sedang
3	1	3	4	3	4	3	4	1	4	4	3	3	2	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	2	3	3	3	2	4	3	101	Sedang
4	2	2	5	3	4	4	3	3	5	4	3	5	1	5	4	5	5	5	5	5	2	5	4	4	4	2	4	4	3	3	3	120	Tinggi
5	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	4	5	5	4	3	5	3	4	5	3	4	3	2	3	3	3	3	5	2	108	Sedang
5	3	3	4	3	5	4	4	4	5	4	3	4	4	5	5	5	5	5	4	3	3	5	5	4	4	3	3	4	3	5	3	129	Tinggi
5	3	4	5	5	5	5	5	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	4	3	5	2	5	4	5	5	5	5	5	5	3	144	Tinggi
4	2	3	4	3	5	3	4	3	5	4	3	4	4	5	5	4	5	5	4	4	1	4	5	4	3	3	4	4	3	4	5	123	Tinggi
4	1	2	5	2	4	4	3	4	3	4	2	5	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	2	3	4	1	4	5	116	Sedang
4	3	3	4	5	3	4	3	3	4	3	4	3	4	5	4	3	4	5	3	4	5	4	4	4	5	5	4	3	3	4	5	124	Tinggi

4	2	4	2	3	5	4	4	3	5	4	4	5	4	5	5	4	5	5	4	4	2	4	4	4	1	3	5	4	4	5	4	125	Tinggi	
4	3	4	4	2	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	115	Sedang	
4	5	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	3	5	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	4	5	4	134	Tinggi	
4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	5	4	3	5	3	4	5	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	115	Sedang	
4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	100	Sedang
5	4	4	5	4	5	4	3	3	3	5	3	4	3	5	5	4	4	5	3	4	4	4	5	4	3	3	5	5	3	5	4	130	Tinggi	
3	2	3	3	4	3	3	4	2	4	3	3	3	2	4	4	3	4	5	2	3	3	4	4	3	5	4	4	3	3	4	3	107	Sedang	
4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	100	Sedang
4	4	4	5	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	5	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	124	Tinggi	
3	5	5	4	5	4	4	4	5	3	4	5	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	122	Tinggi	
5	3	4	4	5	4	3	4	4	5	4	5	4	4	5	5	3	4	5	4	3	5	4	5	4	5	3	5	4	4	4	5	135	Tinggi	
5	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	131	Tinggi	
4	3	4	5	3	5	5	3	3	4	4	3	3	4	4	5	4	4	5	4	4	3	4	3	4	5	4	3	3	3	4	5	124	Tinggi	
4	3	3	4	2	4	4	5	5	4	4	3	5	3	5	4	3	5	5	5	3	5	4	4	4	4	2	3	3	3	5	4	124	Tinggi	
3	2	3	4	2	3	3	3	3	4	3	2	4	4	4	5	3	4	5	3	4	4	4	4	4	2	4	2	3	2	2	2	5	105	Sedang
4	3	3	5	3	4	3	3	4	4	4	3	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	122	Tinggi	
4	2	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	5	5	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	118	Sedang	
4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	122	Tinggi	
4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	3	5	3	3	4	3	124	Tinggi		
4	4	4	4	3	5	4	4	3	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	4	3	4	5	4	4	3	5	4	3	4	4	129	Tinggi		
4	2	3	5	3	4	4	4	4	3	4	2	4	4	5	4	4	4	5	3	3	3	4	4	4	2	2	4	4	4	4	5	118	Sedang	
5	3	2	5	5	4	3	4	3	5	4	3	4	4	5	5	3	4	4	3	5	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	115	Sedang	
4	4	4	4	4	3	2	3	5	4	5	5	3	4	4	5	4	4	5	3	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	129	Tinggi	
4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	5	4	3	3	5	4	4	3	4	4	4	4	5	133	Tinggi	
3	3	4	4	4	3	3	2	4	4	4	3	4	4	3	4	5	3	3	5	2	4	4	3	4	3	4	4	5	4	3	4	114	Sedang	

4	4	4	5	5	4	5	3	2	5	5	5	4	4	5	5	5	4	5	4	3	4	5	4	3	5	3	5	4	3	4	4	134	Tinggi
5	3	4	4	4	3	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	3	4	4	4	4	5	5	3	5	5	5	4	140	Tinggi
5	3	1	5	5	4	4	3	3	5	5	2	5	4	3	4	4	5	3	3	4	4	4	5	4	4	3	4	3	3	3	5	122	Tinggi
4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	5	5	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	120	Tinggi
2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	87	Sedang
4	2	2	4	3	4	4	4	2	5	3	2	5	3	4	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	2	2	4	4	2	3	3	102	Sedang
4	2	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	116	Sedang



Lampiran 5. Hasil Uji Validitas Skala Dukungan Sosial

		Total_X
X1	Pearson Correlation	.624**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
X2	Pearson Correlation	.438**
	Sig. (2-tailed)	0.001
	N	54
X3	Pearson Correlation	.630**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
X4	Pearson Correlation	.605**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
X5	Pearson Correlation	.596**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
X6	Pearson Correlation	.544**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
X7	Pearson Correlation	.539**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
X8	Pearson Correlation	.742**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
X9	Pearson Correlation	.567**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
X10	Pearson Correlation	.448**
	Sig. (2-tailed)	0.001
	N	54
X11	Pearson Correlation	.561**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Total_X	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	54
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).		

Lampiran 6. Hasil Uji Validitas Skala Resiliensi

Correlations		
		Total_Y
Y1	Pearson Correlation	.634**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Y2	Pearson Correlation	.343*
	Sig. (2-tailed)	0.011
	N	54
Y3	Pearson Correlation	.330*
	Sig. (2-tailed)	0.015
	N	54
Y4	Pearson Correlation	.489**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Y5	Pearson Correlation	.461**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Y6	Pearson Correlation	.484**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Y7	Pearson Correlation	.477**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Y8	Pearson Correlation	.410**
	Sig. (2-tailed)	0.002
	N	54
Y9	Pearson Correlation	.320*
	Sig. (2-tailed)	0.018
	N	54
Y10	Pearson Correlation	.553**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Y11	Pearson Correlation	.445**
	Sig. (2-tailed)	0.001
	N	54
Y12	Pearson Correlation	.558**

	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Y13	Pearson Correlation	.495**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Y14	Pearson Correlation	.463**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Y15	Pearson Correlation	.726**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Y16	Pearson Correlation	.689**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Y17	Pearson Correlation	.547**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Y18	Pearson Correlation	.716**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Y19	Pearson Correlation	.698**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Y20	Pearson Correlation	.401**
	Sig. (2-tailed)	0.003
	N	54
Y21	Pearson Correlation	.370**
	Sig. (2-tailed)	0.006
	N	54
Y22	Pearson Correlation	.388**
	Sig. (2-tailed)	0.004
	N	54
Y23	Pearson Correlation	.458**
	Sig. (2-tailed)	0.001
	N	54
Y24	Pearson Correlation	.609**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Y25	Pearson Correlation	.523**
	Sig. (2-tailed)	0.000

	N	54
Y26	Pearson Correlation	.526**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Y27	Pearson Correlation	.397**
	Sig. (2-tailed)	0.003
	N	54
Y28	Pearson Correlation	.593**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Y29	Pearson Correlation	.636**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Y30	Pearson Correlation	.504**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Y31	Pearson Correlation	.600**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	54
Y32	Pearson Correlation	.378**
	Sig. (2-tailed)	0.005
	N	54
Total_Y	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	54
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).		

Lampiran 7. Hasil Uji Reliabilitas Skala Resiliensi

Scale: RESILIENSI

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	54	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	54	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.903	32

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	113.43	156.023	.602	.898
Y2	114.52	159.311	.278	.903
Y3	114.20	160.467	.273	.903
Y4	113.31	157.201	.440	.900
Y5	114.00	156.453	.402	.901
Y6	113.54	157.310	.435	.900
Y7	113.96	157.697	.429	.900
Y8	114.04	158.263	.353	.902
Y9	114.22	160.252	.259	.903
Y10	113.46	155.800	.508	.899
Y11	113.63	159.483	.403	.901
Y12	114.17	154.255	.506	.899
Y13	113.50	157.575	.450	.900
Y14	113.63	157.558	.412	.900
Y15	113.07	153.881	.699	.896
Y16	112.98	153.113	.655	.896
Y17	113.70	155.231	.498	.899

Y18	113.44	153.459	.687	.896
Y19	112.98	152.169	.662	.896
Y20	113.96	159.659	.353	.901
Y21	113.96	160.036	.318	.902
Y22	114.11	157.082	.315	.903
Y23	113.57	157.910	.408	.900
Y24	113.48	155.537	.571	.898
Y25	113.76	159.054	.489	.900
Y26	113.94	152.544	.458	.900
Y27	114.52	158.971	.342	.902
Y28	113.59	155.718	.554	.898
Y29	113.91	155.293	.600	.898
Y30	114.33	157.283	.459	.900
Y31	113.52	154.745	.557	.898
Y32	113.74	159.252	.322	.902



Lampiran 8. Hasil Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial

Scale : DUKUNGAN SOSIAL

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	54	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	54	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.793	11

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	53.76	52.526	.512	.770
X2	53.63	56.577	.307	.791
X3	53.91	52.086	.516	.769
X4	53.48	52.481	.484	.773
X5	53.61	53.978	.493	.773
X6	53.69	56.371	.456	.779
X7	54.44	53.723	.404	.782
X8	54.44	45.686	.614	.756
X9	53.41	55.906	.480	.777
X10	53.54	56.933	.331	.788
X11	53.94	52.016	.405	.784

Lampiran 9. Deskriptif Statistik dan Kategorisasi Resiliensi

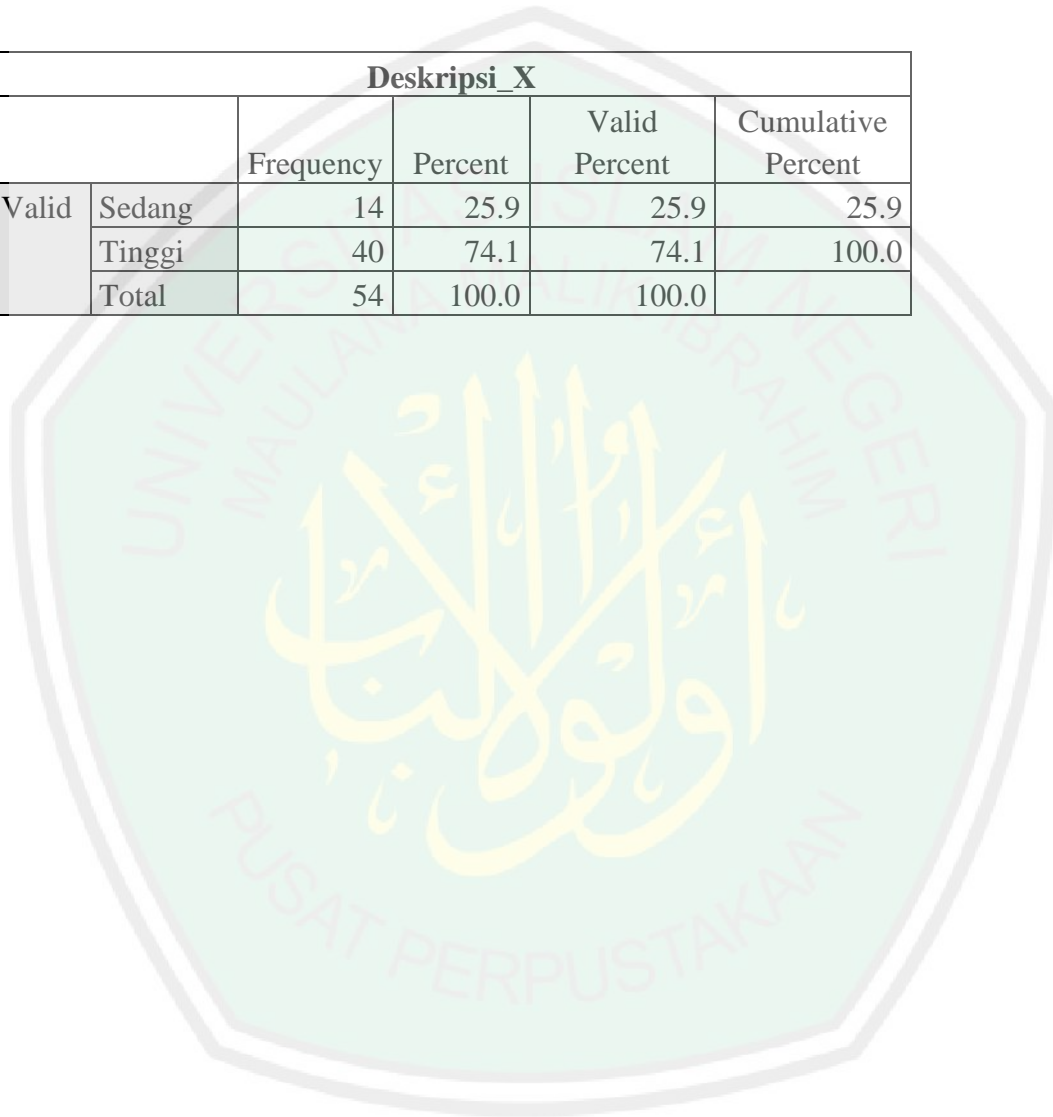
Skor Empirik					Skor Hipotetik			
N	Min.	Max.	Mean	SD	Min.	Max.	Mean	SD
54	76	144	117.43	12.907	32	160	96	21.33

Deskripsi_Y					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	27	50.0	50.0	50.0
	Tinggi	27	50.0	50.0	100.0
	Total	54	100.0	100.0	

Lampiran 10. Deskriptif Statistik dan Kategorisasi Dukungan Sosial

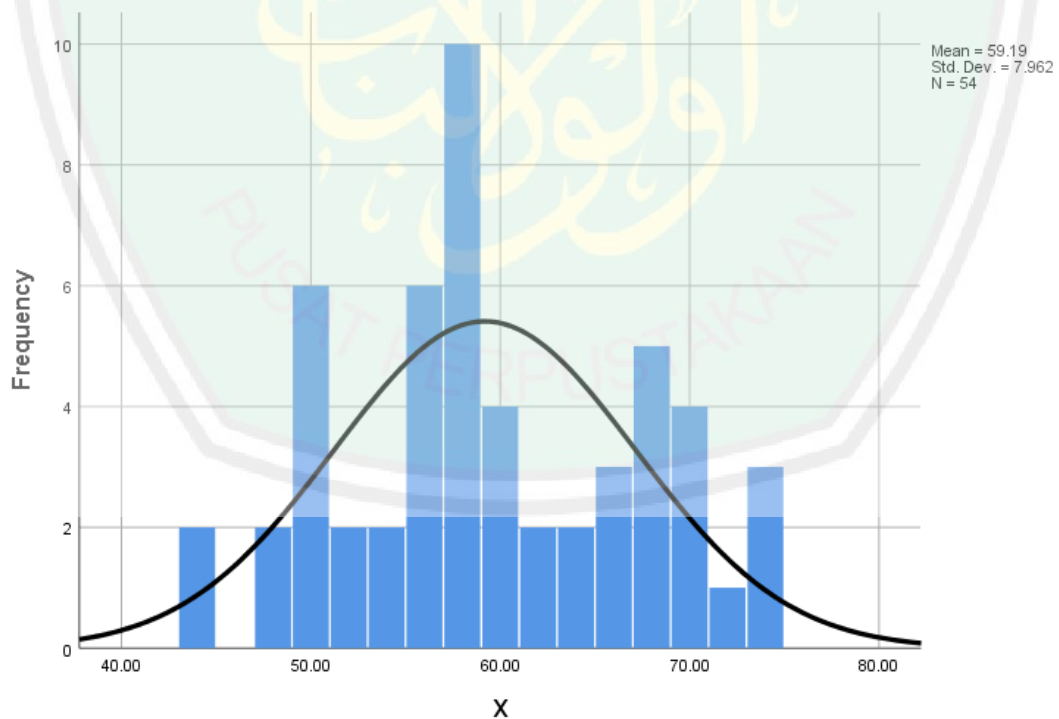
Skor Empirik					Skor Hipotetik			
N	Min.	Max.	Mean	SD	Min.	Max.	Mean	SD
54	44	74	59.19	7.962	11	77	44	11

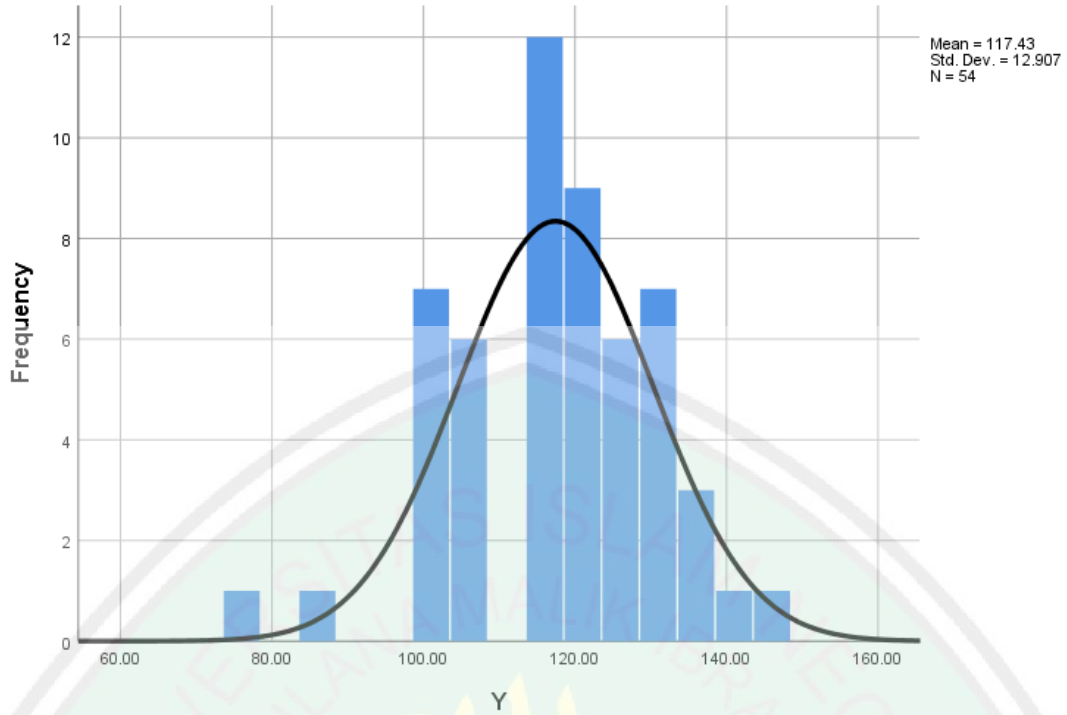
Deskripsi_X					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	14	25.9	25.9	25.9
	Tinggi	40	74.1	74.1	100.0
	Total	54	100.0	100.0	



Lampiran 11. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		X	Y
N		54	54
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	59.1852	117.4259
	Std. Deviation	7.96235	12.90693
Most Extreme Differences	Absolute	.115	.118
	Positive	.115	.065
	Negative	-.107	-.118
Test Statistic		.115	.118
Asymp. Sig. (2-tailed)		.074 ^c	.060 ^c
a. Test distribution is Normal.			
b. Calculated from data.			
c. Lilliefors Significance Correction.			





Lampiran 12. Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Resiliensi * Dukungan Sosial	Between Groups	(Combined)	4422.820	22	201.037	1.414	.184
		Linearity	949.027	1	949.027	6.677	.015
		Deviation from Linearity	3473.794	21	165.419	1.164	.343
	Within Groups		4406.383	31	142.141		
	Total		8829.204	53			



Lampiran 13. Hasil Uji Korelasi

Correlations			
		Dukungan Sosial	Resiliensi
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	1	.328*
	Sig. (2-tailed)		.016
	N	54	54
Resiliensi	Pearson Correlation	.328*	1
	Sig. (2-tailed)	.016	
	N	54	54

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).