

PERSONALITY TO RESILIENCE: A SYSTEMATIC REVIEW

Dewi Sri Mustikasari
Universitas Muhammadiyah Malang
tikadewisri@gmail.com

ABSTRAK: Resiliensi merupakan sebuah kemampuan seseorang untuk beradaptasi dan bertahan, serta tetap teguh dalam kondisi yang sulit. Resiliensi dapat memberikan dampak yang baik yaitu menurunkan kecemasan dan membuat hidup menjadi lebih bahagia. Resiliensi dipengaruhi oleh faktor *personality* yang melekat pada diri seseorang. *Personality* menjadi sebuah faktor proteksi dalam perkembangan resiliensi itu sendiri. *Personality* diukur menggunakan *Big Five Personality Model*. Faktor-faktor penyusun kepribadian model ini yaitu *extraversion*, *neuroticism*, *openess*, *agreeableness*, dan *conscientiousness*. Review ini bertujuan untuk untuk memberikan gambaran mengenai hubungan *personality* dan resiliensi dari 10 jurnal yang dipublikasikan dalam jurnal internasional mulai tahun 2014-2018.

Kata kunci: kepribadian; resiliensi

ABSTRACT: Resilience is a person's ability to adapt and survive, and remain firm in difficult conditions. Resilience can have a good impact which is reducing anxiety and making life happier. Resilience is influenced by personality factors inherent in a person. Personality is a protection factor in the development of resilience itself. Personality is measured using the Big Five Personality Model. The factors that build personality of this model are extraversion, neuroticism, openess, agreeableness, and conscientiousness. This review aims to provide an overview of the relationship of personality and resilience of 10 journals that was published in international journals from 2014-2018.

Key word: personality; resilience

PENDAHULUAN

Resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengatasi *stressor* internal maupun eksternal yang dialami seseorang (Conor & Davidson, 2003). Setiap orang akan selalu dihadapkan dengan berbagai *stressor* dalam hidupnya dan tidak menutup kemungkinan muncul masa-masa sulit yang membuatnya harus bisa bertahan hidup. Atribut dari resiliensi

terdiri atas “strategi positif *coping* untuk mengatasi stres (seperti secara aktif mencari permasalahan, mencari jalan alternatif untuk mengelompokkan stres), sebuah kemampuan untuk beradaptasi terhadap lingkungan yang membuat stres, dan kemampuan untuk menjaga kesehatan mental dan fisik selama periode stres berlangsung (Leon & Halbesleben, 2014).

Resiliensi merupakan sebuah kemampuan seseorang untuk beradaptasi dan bertahan, serta tetap teguh dalam kondisi yang sulit (Reivich & Shatte, 2002). Seseorang yang resilien akan berusaha untuk meregulasi emosinya, berusaha agar tetap tenang walau berada di bawah tekanan (Reivich & Shatte, 2002; Bluth, Campo, Futch, & Gaylord, 2016) kemudian mengeskpresikan emosinya secara tepat. Semua orang dapat melakukan resiliensi, meskipun resiliensi ini terjadi tidak secara otomatis dan stabil, tetapi resiliensi merupakan kombinasi yang kompleks dari berbagai faktor yang terdapat pada kesulitan dan kondisi situasi saat kesulitan itu terjadi (Buikstra, et al., 2010).

Dalam kehidupan sehari-hari setiap orang tidak akan pernah lepas dari permasalahan, *stressor* atau bahkan mendapat pengalaman hidup yang buruk. Beberapa menjadi masa-masa sulit bagi seseorang. Pengalaman-pengalaman buruk

seseorang ini menuntutnya dapat bertahan dan melewati dengan baik, jika tidak akan menimbulkan beberapa permasalahan lain. Hal ini juga dapat menyebabkan resiko berkembangnya gangguan mental seperti depresi, kecemasan, dan *posttraumatic disorders* (Davydov, Stewart, & Chaudieu, 2010). Sebuah studi menunjukkan bahwa seseorang yang resilien dapat menjaga atau memulihkan kesehatan fisik dan psikologisnya melalui penurunan konsekuensi-konsekuensi negatif yang didapatkan dari masa sulitnya (Conor & Davidson, 2003).

Resiliensi ini merupakan sebuah proses yang menunjukkan adaptasi seseorang secara positif dari stres atau pengalaman traumatiknya (Sills, Cohan, & Stein, 2006). Maka dari itu resiliensi ini sangat bermanfaat untuk kesehatan mental seseorang. Semakin resilien seseorang maka semakin baik juga seseorang mengurangi faktor-faktor resiko yang dapat mengganggu mentalnya (Davydov,

Stewart, & Chaudieu, 2010). Beberapa faktor yang dapat membentuk seseorang untuk menjadi resilien yaitu kompetensi personal, mempercayai insting dan toleransi terhadap afek negatif, penerimaan positif terhadap perubahan, kontrol, dan pengaruh spiritual (Conor & Davidson, 2003). Kemampuan ini tidak hanya akan terjadi pada orang dewasa saja, tetapi juga bisa terjadi pada anak-anak. Dalam review ini akan dibahas dalam berbagai karakteristik subjek termasuk kategori usia anak-anak.

Salah satu manfaat dari resiliensi adalah dapat menurunkan kecemasan (Shi, Liu, Wang, & Wang, 2015). Selain itu, resiliensi mempengaruhi afek positif dan mengurangi afek negatif, sehingga membuat seseorang menjadi lebih bahagia (Lü, Wang, Liu, & Zhang, 2014). Resiliensi juga dapat membantu meningkatkan kepuasan hidup (Liu, Wang, Zhou, & Li, 2014) untuk itulah seseorang dapat memiliki harapan untuk mencapai

subjective well-being dalam hidupnya (Satici, 2016).

Setiap orang memiliki cara sendiri untuk menjadi resilien terhadap kesulitannya. Kemampuan seseorang untuk menjadi resilien ini juga terkait dengan kepribadian atau *personality* yang melekat pada orang tersebut. Ada banyak teori yang menjelaskan kepribadian seseorang terbentuk. Salah satunya teori yang disampaikan oleh Robert McCrae dan Paul Costa yaitu *big five factors* (sering ditulis *big five personality*). Faktor-faktor penyusun kepribadian model ini yaitu *extraversion*, *neuroticism*, *openness*, *agreeableness*, dan *conscientiousness* (Costa & McCrae, 1992).

Dalam bukunya Schultz & Schultz (2009) mendeskripsikan masing-masing faktor tersebut, seperti *neuroticism* ini mempunyai ciri seseorang yang mudah cemas, merasa tidak aman, mudah merasa tegang dan gugup. *Extraversion* mempunyai ciri-ciri yaitu mudah

bersosialisasi, banyak bicara, ceria dan hangat, dan penuh kasih sayang. *Openess* dideskripsikan dengan orisinal, tidak tergantung, kreatif, dan berani. *Agreeableness* dideskripsikan sebagai seseorang yang baik hati, berhati lembut, dapat dipercaya, dan sopan. Sedangkan *conscienstiousness* dideskripsi-kan sebagai seseorang yang memiliki sifat peduli, dapat diandalkan, pekerja keras, dan terorganisasi.

Beberapa studi berusaha meneliti keterkaitan antara kepribadian yang mengacu pada teori *big five personality* ini terhadap resiliensi. Pembahasan mengenai kepribadian dan resiliensi ini masih menjadi pembahasan yang menarik hingga saat ini. Beberapa studi tak lagi menggunakan satu kesatuan model lima faktor, tetapi sudah menggunakan salah satu faktor tertentu untuk dikaitkan dengan resiliensi, seperti penelitian yang dilakukan oleh Jie & Du (2015).

Kepribadian dapat menentukan sikap seseorang ketika kesulitan datang, seperti memiliki kemampuan untuk membuat humor; menjadi lebih bertanggung jawab kepada kehidupan sosialnya; lebih mudah beradaptasi dan memiliki toleransi; memiliki *self-esteem*, *self-dicipline* dan *self-control* yang baik, memilki rencana-rencana, penyelesaian masalah, dan kemampuan berpikir kritis (Garcia & Mendieta, 2014).

Kepribadian menjadi sebuah faktor proteksi dalam perkembangan resiliensi itu sendiri dimana dikelompokkan dalam kekuatan personal *-I am*, kemampuan personal *-I can*, dan faktor dukungan sosial *-I have* (Grothberg, 1995). *I am* berarti kekuatan yang berasal dari dalam diri dan merupakan atribut personal yang dihasilkan oleh seseorang yang resilien (kemampuan ini menjadi prediktor dalam resiliensi itu sendiri) dan dapat berhubungan dengan *personality* (McCrae & Costa, 1986). Sebagian besar

kepribadian diukur menggunakan *Big Five Personality Model*.

Review ini bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai hubungan kepribadian dan resiliensi dari 10 jurnal yang dipublikasikan dalam jurnal internasional mulai tahun 2014-2018. Review ini dapat digunakan oleh peneliti lain untuk mendukung penelitian yang terkait dengan hubungan kepribadian dan resiliensi.

PROSEDUR REVIEW

Pencarian Literatur

Pencarian literatur yang sistematis pada sumber data elektronik menggunakan tema-tema yang relevan yaitu *big five personality to resilience*. Pencarian artikel melalui *google scholar* dan *sciencedirect* secara simultan dan diperoleh 10 artikel dengan tema yang sesuai dengan batas pencarian tahun 2014. Tidak ada batasan tanggal publikasi yang diterapkan. Abstrak dari setiap artikel ditinjau dan

mengidentifikasi studi yang potensial. Salinan teks dari artikel yang memenuhi syarat dan potensial selanjutnya diperiksa dan dipelajari.

Sintesa data

Beberapa artikel yang telah dikumpulkan diklasifikasikan dalam tabel. Sintesa data dilakukan secara kualitatif berdasarkan informasi dari artikel-artikel yang telah ditulis dalam tabel. Sebagian artikel membahas dalam satu kesatuan model kepribadian dalam 5 faktor, tetapi ada juga jurnal yang mengambil beberapa faktor saja untuk dihubungkan dengan resiliensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah mengumpulkan literatur, selanjutnya dilakukan pengkajian pada 10 jurnal hasil penelitian tersebut dengan membuat ringkasan. Maksud dari pembuatan ringkasan ini yaitu agar pembaca mendapatkan gambaran

mengenai isi dari jurnal penelitian yang diriview. Selanjutnya dilakukan pembahasan mengenai kajian yang ada pada ringkasan tersebut.

Berdasarkan 10 hasil penelitian yang sudah diringkas dalam tabel ringkasan karakteristik di atas, selanjutnya akan dilakukan pembahasan supaya bisa

dipergunakan dalam penelitian di Indonesia. Pembahasan ini akan dibagi dalam beberapa sub pembahasan, yaitu berdasarkan karakteristik subjek penelitian, penggunaan alat ukur, dan peran prediktor *personality* dalam menentukan resiliensi.

Tabel 1. Ringkasan Karakteristik Hasil Penelitian

Peneliti & Tahun	Subjek		Variabel		Alat Ukur
	Jumlah	Karakteristik	Prediktor	Kriterion	
Wei Lu, Zhenhong Wang, Ya Liu, Hui Zhang. (2014)	289	Mahasiswa di Northwestern, China. 42 laki-laki, 247 perempuan Rata-rata usia 20 tahun	Extraversion dan Neuroticism	Resiliensi	NEO-FFI personality CD-RISC resiliensi
Angeliki Lazaridou, Apostolia (2014)	109	Kepala Sekolah Dasar 53 perempuan 56 laki-laki	Big Five Personality	Resiliensi	BFI personality Leader Resilience Profile
Maria de Ias Olas Palma-Garcia dan Isabel Hombrados-Mendieta. (2014)	479	175 mahasiswa tingkat 3 yang sekaligus sebagai pekerja sosial. 304 profesional sebagai pekerja sosial. Di Provinsi Malaga, Spanyol	Personality Trait	Resiliensi	the big five factor model resilience by Grotberg
Meng Shi, Li Liu, Zi Yue Wang, Lie Wang. (2015)	2925	mahasiswa kesehatan dari 4 perguruan tinggi yang berbeda di Liaoning, China	Big Five Personality	Resiliensi	BFI personality RS-14 resiliensi
Nina Sarubin, Martin Wolf,..., Frank Padberg (2015)	201	107 perempuan. Subjek yang sehat.	Extraversion dan Neuroticism	Resiliensi	NEO-FFI personality CD-RISC resiliensi
Gholam E.Fouman, Javad Salehi, Maryam Babakhani. (2015)	388	Ibu rumah tangga dan wanita yang bekerja di Tehran	Personality trait	Resiliensi	NEO-FFI personality CD-RISC resiliensi

Peneliti & Tahun	Subjek		Variabel		Alat Ukur
	Jumlah	Karakteristik	Prediktor	Kriteria	
Jing Jie, Jie Du. (2015)	110	Mahasiswa S1 Univ. Hainan. 44 Laki-laki 66 perempuan Usia 18-23 tahun Kategori remaja	Conscientiousness	Resiliensi	Neo-FFI personality resilience scale for chinese adolescents
Hsiu-Fen Hsieh; RN, Shu-Chen Chang; RN&Hsiu-Hung Wang (2016)	230	Perawat dengan kriteria (1) bekerja di ruang gawat darurat atau bagian psikiatri; (2) telah bekerja lebih dari 12 bulan	Personality	Resiliensi	EPQ personality Eysenck RS resiliensi
Shuhei Iimura & Kanao Taku. (2017)	310	Siswa menengah pertama. 155 perempuan Usia 14-15 th	Big Five Personality	Resiliensi	TIPI-J Personality BRS-J resiliensi
Beatrice Adriana Balgiu (2017)	192	Mahasiswa teknik, Univ. Politeknik Bucharest. Usia 19-29 th 114 laki-laki 78 perempuan	Big Five Personality	Resiliensi	BFI-10 Personality BRS resiliensi

Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik subjek bervariasi yang dapat dikategorikan dalam variasi pekerjaan, gender, usia, dan asal daerah penelitian dilakukan. Dari pekerjaan, variasi subjek mulai dari siswa sekolah menengah pertama (Iimura & Taku, 2017), mahasiswa (Lü, Wang, Liu, & Zhang, 2014), mahasiswa kesehatan (Shi, Liu, Wang, & Wang, 2015), mahasiswa teknik (Balgiu, 2017), mahasiswa sekaligus pekerja sosial (Garcia & Mendieta, 2014), kepala sekolah

(Lazaridou & Beka, 2014), perawat (Hsieh, Chang, & Hung, 2016), ibu rumah tangga dan wanita yang bekerja (Fouman, Salehi, & Babakhani, 2015). Masing-masing jenis pekerjaan yang dikerjakan subjek memberikan *stressor* tersendiri. Dalam perjalanannya setiap orang akan menjalani masa-masa sulit dalam hidupnya, termasuk dalam pekerjaannya. *Stressor* yang ada pada siswa menengah pertama tentu berbeda dengan *stressor* yang ada pada mahasiswa, kepala sekolah, perawat ataupun perempuan yang bekerja.

Untuk itulah dibutuhkan kemampuan untuk bisa bertahan dari masa-masa sulit tersebut.

Variasi lainnya yaitu berdasarkan usia. Pada ringkasan ini subjek termuda yaitu berada pada usia 14-15 tahun yang masih dalam kategori remaja (Iimura & Taku, 2017). Selain itu beberapa studi lain menggunakan rentang usia remaja hingga dewasa awal (Balgiu, 2017; Shi, Liu, Wang, & Wang, 2015; Jie & Du, 2015; Lü, Wang, Liu, & Zhang, 2014; Garcia & Mendieta, 2014), serta usia dewasa (Hsieh, Chang, & Hung, 2016) (Fouman, Salehi, & Babakhani, 2015; Sarubin, et al., 2015; Lazaridou & Beka, 2014). Selain itu, beberapa studi juga dilakukan pada berbagai daerah seperti China, Spanyol, Yunani, Tehran. Tentunya perbedaan daerah ini memiliki kebudayaan yang berbeda sehingga dapat mempengaruhi kepribadian sese-orang.

Alat Ukur yang Digunakan untuk Kepribadian dan Resiliensi

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kepribadian maupun resiliensi cenderung berbeda. Akan tetapi beberapa menggunakan alat ukur yang sama. Untuk kepribadian banyak yang menggunakan NEO-FFFI (Neo-Five Factor Inventory). Alat ukur ini dikembangkan oleh Costa dan McCrae yang terdiri atas 60 aitem dengan 12 aitem pada masing-masing faktor (Costa & McCrae, 1992). Untuk penggunaan NEO-FFI pada subjek di China, maka peneliti menggunakan NEO-FFI yang sudah diterjemahkan. Selain itu ada juga yang menggunakan alat ukur BFI (Big Five Inventory). Ada yang menggunakan versi BFI-10 (Rammstedt & John, 2007), dan ada juga yang menggunakan versi 44 item (John & Srivastava, 1999). Selain itu ada juga yang menggunakan EPQ (Eysenck Personality Questionnaire) yang terdiri atas 25 aitem (Eysenck & S. B. G. Eysenck, 1975),

selanjutnya pada subjek di China menggunakan EPQ yang sudah diterjemahkan dalam bahasa China. Ada pula yang menggunakan TIPI-J (Ten-Item Personality Inventory-Japanese), yaitu terdiri 10 aitem yang sudah diadaptasi dalam bahasa Jepang (Iimura & Taku, 2017).

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur resiliensi juga berbeda-beda. Sebagian besar menggunakan CD-RISC (Conor-Davidson Resilience Scale) yang terdiri atas 25 aitem (Conor & Davidson, 2003). Selain itu ada juga yang menggunakan RS-14 (Resilience Scale-14) yang terdiri atas 14 aitem (Wagnild & Young, 1993). Selain itu ada juga yang menggunakan BRS (Brief Resilience Scale) yang terdiri atas 6 aitem (Smith, et al., 2008). Beberapa penelitian yang dilakukan di China menggunakan alat ukur resiliensi yang sudah diterjemahkan dalam bahasa China.

Peran Prediktor *Personality* dalam Menentukan Resiliensi

Berdasarkan jurnal-jurnal yang telah diringkas, *extraversion* secara konsisten berkorelasi positif dengan resiliensi. Hal ini berarti seseorang semakin tinggi *extraversion* maka semakin tinggi pula resiliensi. Sebaliknya *neuroticism* berkorelasi negatif dengan resiliensi. Hal ini berarti semakin tinggi *neuroticism* seseorang maka akan semakin rendah resiliensi yang dimilikinya. Sedangkan untuk tipe kepribadian yang lain, dari 10 jurnal yang diriviu menunjukkan tidak semua menyatakan hubungan yang konsisten seperti *extraversion* dan *neuroticism*.

Extraversion secara konsiten menunjukkan korelasi positif terhadap resiliensi. Sifat yang dimiliki seorang *extravert* seperti mudah bersosialisasi membantu mereka untuk berusaha bertahan dalam masa sulitnya karena akan banyak teman-teman yang akan

membantunya atupun dirinya sendiri yang akan tergerak untuk meminta bantuan orang lain untuk menghadapi permasalahannya (Schultz & Schultz, 2009). Seorang yang *extravert* tidak akan segan untuk membagi penderitaan dan kesusahannya pada orang lain, sehingga akan meringankan beban secara psikisnya. Sifat seorang *extravert* yang hangat ini akan mendorong orang lain menjadi tergerak untuk membantunya saat seorang *extravert* mengalami kesusahan.

Pada penelitian Lü, Wang, Liu, & Zhang (2014), resiliensi berperan sebagai mediasi antara *extraversion* dengan kebahagiaan (hubungan positif). Hal ini berarti bahwa seseorang dengan kepribadian *extraversion* memiliki resiliensi yang lebih tinggi. Selanjutnya Lü, Wang, Liu, & Zhang menjelaskan bahwa resiliensi ini menjadi faktor protektif untuk membantu seseorang beradaptasi dengan respon-respon untuk mengubah lingkungannya dan secara

efektif dapat bangkit kembali dari pengalaman emosi-emosi negatif sehingga dapat meningkatkan kebahagiaan dan *positive affect* yang tinggi.

Pada studi lainnya yang membandingkan kepribadian pada mahasiswa yang sekaligus sebagai pekerja sosial dan seorang pekerja sosial (secara profesi) menunjukkan bahwa *extraversion* yang tinggi memberikan pengaruh pada resiliensi baik pada mahasiswa sekaligus berprofesi sebagai pekerja sosial maupun pekerja sosial secara profesional (Garcia & Mendieta, 2014). Selanjutnya Garcia dan Mendieta menjelaskan bahwa *extraversion* memiliki pengaruh yang paling besar diantara tipe kepribadian lain. Level *extraversion* yang tinggi (diikuti rendahnya *neuroticism*) dapat memberikan pengaruh positif pada komponen resiliensi yaitu *self-acceptance*. Pekerja sosial dihadapkan dengan situasi yang sulit secara terus menerus yang menuntut mereka memiliki keterampilan

pemecahan masalah yang tinggi, pengembangan trait ini berhubungan dengan resiliensi, -emosi positif, keuletan dalam budaya dan pengetahuan, keramahan, kepercayaan diri secara interpersonal- dapat meningkatkan kemampuan untuk mengatasi situasi yang sulit (Garcia & Mendieta, 2014). Pengembangan resiliensi pada pekerja sosial secara positif dengan mengelola kesulitan, kemudian menuntun pada peningkatan kompetensi pada profesionalisme saat dihadapkan dengan situasi-situasi yang penuh dengan tekanan (Menezes de Lucena, Fernandez, Hernandez, Ramos, & Contador, 2006). Baik pada mahasiswa yang sekaligus sebagai pekerja sosial maupun pada pekerja sosial yang profesional, kepribadian berhubungan dengan tingginya resiliensi. Selanjutnya Garcia & Mendieta menyebutkan bahwa hubungan yang paling kuat antara kepribadian, salah satunya *extraversion* terjadi pada

mahasiswa pada tahun ketiga. Mahasiswa yang sekaligus sebagai pekerja sosial ini menjalankan peran sosial yang beganda, dituntut untuk bisa menyesuaikan dengan berbagai permasalahan yang dihadapinya.

Dari studi itu dapat dilihat bahwa semakin tinggi *extraversion* yang ada pada mahasiswa berkorelasi resiliensinya yang juga semakin tinggi. Resiliensi mahasiswa ini akan berbeda jika dibandingkan dengan seorang pekerja sosial (secara profesional).

Pada studi yang dilakukan oleh Sarubin, dkk. (2015) menunjukkan bahwa *extraversion* berfungsi sebagai mediator antara pengalaman hidup yang positif dengan resiliensi. Studi ini menunjukkan bahwa semakin positif pengalaman hidup yang pada seseorang yang *extraversion*, maka akan semakin meningkatkan resiliensinya. Studi ini dilakukan pada kepala sekolah dasar dimana *extraversion* menjadi prediktor yang menentukan

resiliensi dengan ditandai dengan meningkatnya *personal efficacy* dan *physical well-being* (Lazaridou & Beka, 2014).

Pada tipe kepribadian lain menunjukkan bahwa *neuroticism* secara konsisten berkorelasi negatif dengan resiliensi. Semakin *neurotic* seseorang (memiliki *neuroticism* yang tinggi) maka semakin rendah resiliensi yang dimilikinya (Hsieh, Chang, & Hung, 2016). Seseorang yang *neurotic* memiliki sifat yang mudah cemas dan merasa tidak aman (Schultz & Schultz, 2009). Hsieh, Chang & Hang selanjutnya menjelaskan bahwa orang dengan kepribadian *neuroticism* memiliki emosi negatif. Hal ini membuat kurang bisa bertahan dalam kondisi sulit, ataupun harus bangkit dari masa-masa sulitnya. Seseorang *neuroticism* akan cenderung memandang hidupnya dengan negatif, sehingga memiliki resiliensi yang rendah

(dibandingkan dengan seseorang yang berkepribadian *extraversion*).

Neuroticism pada seseorang juga dapat mendorong untuk memiliki afek yang negatif. Seperti studi yang dilakukan oleh Lü, Wang, Liu, & Zhang (2014) menunjukkan bahwa *neuroticism* berkorelasi secara positif dengan *negative affect* dan berkorelasi negatif dengan *happiness*. Selanjutnya dijelaskan bahwa seseorang yang memiliki kepribadian *neurotic* akan mudah cemas dan tegang dalam setiap peristiwa dalam hidupnya, kemudian hal ini akan mendorong munculnya afek negatif dalam diri. Jika hal-hal negatif terus dipupuk maka seseorang hanya akan memikirkan tentang peristiwa negatif dan membuat hidupnya menjadi tidak tenang. Untuk itulah bisa dijelaskan bahwa seseorang yang memiliki kepribadian *neuroticism* cenderung kurang bahagia dalam hidupnya.

Pada subjek perempuan dan laki-laki terdapat kecenderungan faktor kepribadian tertentu dalam memprediksi resiliensi. Perempuan cenderung memiliki *neuroticism* yang lebih tinggi daripada laki-laki, dan laki-laki cenderung memiliki *extraversion* yang lebih tinggi daripada perempuan (Imura & Taku, 2017). Hal ini menunjukkan bahwa perempuan cenderung untuk cemas dan khawatir ketika dihadapkan dalam permasalahan atau kondisi yang sulit. Sebaliknya, laki-laki cenderung berusaha bersosialisasi dengan orang lain untuk menghadapi permasalahannya. Selanjutnya Imura & Taku (2017) menyebutkan bahwa laki-laki memiliki *emotional stability* yang lebih tinggi daripada perempuan.

Berbeda dengan kepribadian *extraversion* maupun *neuroticism* yang konsisten dalam hasil penelitian pada beberapa jurnal, faktor kepribadian lain *conscientiousness*, *agreeableness*, dan *openness* menunjukkan hasil yang belum

konsisten pada beberapa penelitian. Ada beberapa penelitian yang melakukan analisis terhadap ketiga faktor ini secara parsial, ada juga yang tidak melakukannya.

Pada penelitian yang menganalisis hubungan *agreeableness* dengan resiliensi, sebagian besar menunjukkan bahwa *agreeableness* berkorelasi dengan resiliensi. *Agreeableness* memiliki hubungan yang positif dengan resiliensi pada remaja –di Jepang- (Imura & Taku, 2017), yang berarti bahwa semakin *agreeable* seseorang maka semakin resilien. Seseorang yang memiliki kepribadian *agreeableness* memiliki sifat yang baik hati, berhati lembut, dan dapat dipercaya cenderung lebih disukai oleh orang lain (Schultz & Schultz, 2009). Seseorang yang cenderung mudah memperoleh dukungan secara sosial karena kebajikannya itu. Dengan dukungan secara sosial, seseorang yang memiliki kepribadian *agreeableness* dapat lebih

resilien ketika dihadapkan dengan kondisi yang buruk (Hsieh, Chang, & Hung, 2016).

Secara umum *agreeableness* berhubungan dengan resiliensi. Penelitian lain mencoba untuk menganalisis hubungan *agreeableness* dengan masing-masing dimensi dari resiliensi –pada kepala sekolah. Hasil menunjukkan bahwa *agreeableness* memiliki hubungan negatif dengan *support base*, *personal value*, *spiritual wellbeing* sebagai dimensi dari resiliensi (Lazaridou & Beka, 2014). Penelitian lainnya justru menyebutkan bahwa *agreeableness* tidak memiliki hubungan dengan resiliensi –pada ibu rumah tangga dan ibu yang bekerja (Fouman, Salehi, & Babakhani, 2015).

Kepribadian *conscientiousness* secara umum memiliki hubungan dengan resiliensi. Hubungan keduanya yaitu secara positif, yang berarti semakin *conscientiousness* seseorang maka akan semakin resilien (Shi, Liu, Wang, &

Wang). Seseorang yang *conscientiousness* memiliki sifat peduli dan pekerja keras (Schultz & Schultz, 2009). Dengan kepedulian pada masa-masa sulit yang sedang dialaminya, orang yang *conscientiousness* akan berusaha keras untuk mengatasi kesulitannya itu dan bangkit. Orang yang *conscientiousness* akan membuat rencana dan mereka lebih menyadari tentang kondisi dirinya, yang kemudian akan menuntun mereka untuk lebih resilien (Iimura & Taku, 2017). Resiliensi akan memediasi *conscientiousness* dengan kepuasan hidup (Jie & Du, 2015). Lebih lanjut dijelaskan bahwa seseorang yang memiliki *conscientiousness* jika terus berlatih untuk menjadi lebih resilien, maka kepuasan hidupnya juga semakin meningkat.

Selanjutnya tipe kepribadian *openness*, sebagian besar jurnal menyebutkan *openness* memiliki hubungan dengan resiliensi. Seseorang yang *openness*

cenderung memiliki sifat yang kreatif, berani, dan tidak tergantung (Schultz & Schultz, 2009). Hal ini yang memudahkan mereka untuk berani melakukan alternatif-alternatif penyelesaian dari kondisi buruknya. *Openess* bersama tipe kepribadian lain seperti *extraversion* dan *agreableness* menunjukkan hubungan yang positif dengan resiliensi, dimana semakin tinggi *openess* yang dimiliki seseorang maka semakin tinggi pula resiliensinya (Garcia & Mendieta, 2014). Seperti studi yang dilakukan oleh Garcia & Mendieta (2014) yang meneliti pada kelompok mahasiswa sekaligus pekerja sosial dan pekerja sosial secara profesional, menunjukkan bahwa mahasiswa lebih *openess* dibandingkan yang profesional dan *openess* ini dapat meningkatkan resiliensi, dengan catatan bahwa *neuroticism* yang mereka miliki cenderung rendah.

Penelitian lain juga menunjukkan hubungan antara *openess* dengan

resiliensi, dimana resiliensi berperan sebagai mediator untuk menurunkan kecemasan pada seorang yang *openess* (Garcia & Mendieta, 2014). Orang yang *openess* cenderung untuk kreatif dan berpikiran terbuka terhadap suatu hal (Schultz & Schultz, 2009), sehingga hal itu dapat mendorong seorang *openess* memiliki kecemasan yang rendah. Seorang *openess* memiliki keyakinan dan keberanian untuk mengatasi segala permasalahannya sehingga mereka lebih cenderung bertahan atau resilien. Pada penelitian lain yang membandingkan kepribadian pada laki-laki dan perempuan, hasilnya menunjukkan bahwa laki-laki cenderung memiliki *openess* yang lebih tinggi daripada perempuan dalam hubungannya dalam menentukan resiliensi (Iimura & Taku, 2017). Selanjutnya Iimura & Taku menyebutkan bahwa laki-laki cenderung memiliki pemikiran yang terbuka ketika meghadapi masalah dibandingkan perempuan, sehingga laki-

laki yang memiliki yang memiliki kepribadian *openess* lebih resilien. Akan tetapi hasil yang berlawanan ditunjukkan bahwa *openess* tidak memiliki hubungan secara signifikan dengan resiliensi –pada *primary school in Greek* (Lazaridou & Beka, 2014). Tidak adanya hubungan antara tipe kepribadian *openess* dengan komponen resiliensi yaitu *leadership effectiveness*. Meskipun tidak ada hubungan, selanjutnya Lazaridou & Beka menjelaskan bahwa *openess to expereinece* pada level yang tinggi dapat menuntun seseorang untuk memiliki imajinasi, kecerdikan, reativitas, dan keinginan untuk bereksperimen yang kesemua itu akan berkontribusi pada efektivitas dalam kepemimpinan di sekolah.

KESIMPULAN

Secara konsisten *extraversion* berkorelasi positif dengan resiliensi. Hal ini berarti semakin tinggi *extraversion*

pada seseorang maka semakin tinggi pula resiliensi. Sebaliknya *neuroticism* berkorelasi negatif dengan resiliensi. Hal ini berarti semakin tinggi *neuroticism* seseorang maka akan semakin rendah resiliensi yang dimilikinya. Sedangkan untuk tipe kepribadian yang lain tidak secara konsisten menyatakan korelasinya dengan resiliensi.

SARAN

Pada penelitian selanjutnya dapat mengembangkan hasil *systematic review* semacam ini menjadi jurnal meta-analisis, sehingga pengkajiannya dilakukan lebih mendalam. Dilihat dari hubungan beberapa faktor *personality* kepada resiliensi, faktor *extraversion* dan *neuroticism* memiliki hubungan yang cenderung stabil, sehingga penelitian selanjutnya dapat meneliti hubungan ketiga faktor *personality* lainnya terhadap resiliensi yang masih cenderung belum stabil.

DISKUSI

Berbagai tipe kepribadian memiliki hubungan dengan resiliensi. Dimana resiliensi membantu seseorang untuk dapat bertahan dalam kondisi sulit dan bangkit kembali (Conor & Davidson, 2003). Resiliensi yang terjadi pada seseorang juga bervariasi dalam berbagai tipe kepribadian. Seperti pada seseorang yang memiliki kepribadian *extraversion* yang memiliki sifat yang terbuka terhadap lingkungannya sehingga membuatnya lebih mudah untuk beradaptasi dengan perubahan lingkungannya, berbeda dengan seseorang dengan tipe kepribadian *neuroticism* yang cenderung memiliki kecemasan dan *negative affect* yang mendorongnya lebih sulit untuk mengatasi kondisi sulit.

Melalui review jurnal ini dapat membandingkan bagaimana satu tipe kepribadian dan tipe lainnya memiliki hubungan dalam proses seseorang beradaptasi dengan lingkungannya. Hal ini

menjadi penting untuk mengenal untuk mengidentifikasi tipe kepribadian apa yang dimiliki karena dapat memungkinkan perilaku yang tepat untuk menghadapi sebuah situasi yang sulit.

Penyajian review yang menyajikan berbagai jurnal dari berbagai daerah dan latar belakang usia maupun profesi, dapat menjadi sebuah pertimbangan bahwa tipe kepribadian dan kemampuan seseorang untuk beradaptasi bisa saja berbeda-beda untuk tiap daerah di seluruh belahan dunia ini. Hal ini bisa diprediksi melalui latar belakang seseorang. Lingkungan seseorang tumbuh memungkinkan untuk berpengaruh pada cara seseorang untuk memandang hidupnya ataupun menentukan perilaku yang tepat untuk merespon suatu hal.

Akan tetapi model review ini masih memiliki kekurangan. Penyajian review ini masih bersifat deskriptif dan hanya menjabarkan bagaimana hasil temuan dari beberapa literatur. Pada

model review ini tidak dilakukan analisis yang lebih mendalam terkait hasil-hasil penelitian, sehingga kedepannya model review ini dapat dikembangkan menjadi model meta-analisis dengan perbandingan jurnal yang lebih banyak dan luas. Selain itu, model hubungan variabel juga dapat dikembangkan dalam berbagai variasi, tidak hanya hubungan keribadian dan resiliensi tetapi juga ada variabel lain yang memungkinkan bagaimana kepribadian dapat menjelaskan resiliensi –misalkan *self-acceptance*-.

DAFTAR PUSTAKA

- Balgiu, B. A. (2017). Self-esteem, Personality and Resilience. Study of a Students Emerging Adults Group. *Journal of Educational Sciences & Psychology*.
- Bluth, K., Campo, R. A., Futch, W. S., & Gaylord, S. A. (2016). Age and Gender Differences in The Associations on Self-Compassion and Emotional Well-Being in a Large Adolenceent Sample. *Journal of Youth and Adolescence*, 1-14.
- Buikstra, E., Ross, H., King, C. A., BAker, P. G., Hegney, D., McLachlan, K., & Rogers-Clark, C. (2010). The components of resilience: Perceptions of an Australian rural community. *Journal of Community Psychology*, 38(8), 975-91.
- Conor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of A New Resilience Scale: The Conor-Davidson Resilience (CD-RISC). *Depression and Anxiety* 18, 76-82.
- Costa, P., & McCrae, R. R. (1992). *Resived NEO personality inventory and NEO five factor inventory professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Davydov, D. M., Stewart, R., & Chaudieu, I. (2010). Resilience and mental health. *Clinical Psychology Review* 30(5), 579-495.
- Eysenck, H. J., & S. B. G. Eysenck. (1975). *Manual for the Eysenck Personality Questionnaire*. Londo, UK: Hodder dan Stoughton.
- Fouman, G. E., Salehi, J., & Babakhani, M. (2015). The Relationship
- doi:http://dx.doi.org/10.1007/s10964-016-0567-2

- Between Resilience and Personality Traits in Women. *Journal of Educational and Management Studies*.
- Garcia, M. O., & Mendieta, I. H. (2014). Resilience and Personality in Social Work Students and Social Workers. *International Social Work*.
- Grothberg, E. H. (1995). The international resilience project: Research, application, and policy. *International Symposium on Stress and Violence, Lisbon, Portugal*.
- Hsieh, H.-F., Chang, S.-C., & Hung, R. (2016). The Relationships Among Personality, Social Support, and Resilience of Abused Nurses at Emergency Rooms and psychiatric Wards. *Women & Health*.
- Iimura, S., & Taku, K. (2017). Gender Differences in Relationship Between Resilience and Big Five Personality in Japanese Adolescents. *Psychological Reports*.
- Jie, J., & Du, J. (2015). Resilience as a Mediator Between Conscientiousness and Life Satisfaction Among Chinese College Students. *International Conference on Social Science and Higher Education*.
- John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. Dalam L. A. Pervin, & O. P. John, *Handbook of Personality* (hal. 102-138). New York: Guilford Press.
- Lazaridou, A., & Beka, A. (2014). Personality and Resilience Characteristics of Greek Primary School Principals. *Educational Management Administration & Leadership*.
- Leon, M. R., & Halbesleben, J. R. (2014). Building resilience to improve employee wellbeing. Dalam A. M. Rossi, J. A. Meurs, & P. L. Perrewe, *Improving employee health and wellbeing* (hal. 65). USA: Information Age Publishing.
- Liu, Y., Wang, Z., Zhou, C., & Li, T. (2014). Affect and self-esteem as mediators between trait resilience and psychological adjustment. *Personality and Individual Differences, 92-97*.

- Lü, W., Wang, Z., Liu, Y., & Zhang, H. (2014). Resilience as A Mediator Between Extraversion, Neuroticism, and Happiness, PA, NA. *Personality and Individual Differences* 63, 128-133.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1986). Personality, coping, and coping effectiveness in an adult sample. *Journal of Personality*, 54, 385-405.
- Menezes de Lucena, V. A., Fernandez, B., Hernandez, L., Ramos, F., & Contador, I. (2006). Resiliencia y el modelo Burnout-Engagement en cuidadores females de ancianos. *Psicothema*, 18(4).
- Oshio, A., Taku, K., Hirano, M., & Saeed, G. (2018). Resilience and Big Five personality traits: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences* 127, 54-60.
- Rammstedt, B., & John, O. P. (2007). Measuring personality in one minute or less: A 10-item short version of the Big Five Inventory in English and German. *Journal of Research in Personality*, 4(1), 203-212.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor, 7 Essential Skill For Overcoming Life's Ineritable Obstacle*. New York: Broadway Books.
- Sarubin, N., Wolf, M., Giehling, I., Hilbert, S., Naumann, F., Gutt, D., . . . Padberg, F. (2015). Neuroticism and extraversion as mediators between positive/negative life events and resilience. *Personality and Individual Differences* 82, 193-198.
- Satici, S. A. (2016). Psychological vulnerability, resilience, and subjective well-being: The mediating role hope. *Personality and Differences*, 68-73.
- Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (2009). *Theories of Personality, Ninth Edition*. Belmont, USA: Wadsworth Cengage Learning.
- Shi, M., Liu, L., Wang, Z. Y., & Wang, L. (2015). The Mediating Role of Resilience in the Relationship between Big Five Personality and Anxiety among Chinese Medical Students: A Cross-Sectional Study. *Plos One*.

- Sills, L. C., Cohan, S. L., & Stein, M. B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy* 44, 585-599.
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15(3), 194-200.
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the resilience scale. *J Nurs Measur*, 165-178.