

# Jurnal

*by* Muhammad Wildan Al Jawahiri

---

**Submission date:** 30-Aug-2021 02:53PM (UTC+0700)

**Submission ID:** 1638141075

**File name:** 172030100072-artikel-jurnal\_WILDAN.docx (163K)

**Word count:** 3911

**Character count:** 25224



## GAMBARAN RESILIENSI PADA REMAJA PASCA BERHUBUNGAN SEKSUAL PRA NIKAH DI SIDOARJO

Muhammad Wildan Al Jawahiri <sup>1)</sup>, Widyastuti <sup>\*2)</sup>

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Dan Ilmu Pendidikan,  
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo,  
Jl. Raya Gelam 250 Candi - Sidoarjo

<sup>1)</sup> muhammadwildanaljawahiri14@gmail.com, <sup>\*2)</sup> widyastuti@umsida.ac.id

**Abstract.** *Premarital sexual relations experienced by young women can have a negative psychological impact. To deal with these conditions, it is necessary to restore mental conditions to normal, such as having not been exposed to a problem called resilience. This study aims to determine the description of resilience and the factors that influence resilience in adolescents who have had sex before marriage. This study uses a qualitative method with a phenomenological type, using 1 female subject aged between 13 – 23 years who lives in the city of Sidoarjo. Determination of subjects with non-random sampling technique with purposive sampling strategy, data collection methods in the form of interviews with one primary subject, 2 significant others, and rating scale. The results showed that there was a picture of resilience in adolescent girls who experienced a downturn due to premarital sex. The most dominant aspect is insight, and the aspect that does not appear is humor. As well as showing the factors that influence resilience in young women in the form of I Have, I Am, I Can.*

**Keywords:** Resilience, Adolescents, Pre-Marriage Sex

**Abstrak.** Hubungan seksual pra nikah yang di alami oleh remaja wanita dapat memunculkan dampak negatif psikologis. Untuk menangani kondisi tersebut dibutuhkan kemampuan mengembalikan kondisi mental menjadi normal seperti belum terkena masalah yang disebut resiliensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi dan faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi pada remaja yang pernah berhubungan seksual pra nikah. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis fenomenologi, menggunakan 1 subjek remaja wanita yang berusia antara 13 – 23 tahun yang berdomisili dikota Sidoarjo. Penentuan subjek menggunakan teknik sampel tidak acak dengan strategi purposive sampling, metode pengumpulan data berupa wawancara terhadap satu subjek primer, 2 significant others, dan rating scale. Hasil penelitian menunjukkan adanya gambaran resiliensi pada remaja wanita yang pernah mengalami keterpurukan akibat berhubungan seksual pra nikah. Aspek yang paling dominan adalah wawasan, dan aspek yang tidak muncul adalah humor. Serta menunjukkan adanya faktor yang mempengaruhi resiliensi pada remaja wanita berupa I Have, I Am, I Can.

**Kata Kunci :** Resiliensi; Remaja; Berhubungan Seksual Pra Nikah

## I. PENDAHULUAN

Berhubungan seksual pra nikah mempunyai dampak negatif yang lebih tinggi dibandingkan perilaku seksual lainnya (Aisyah & Muis, 2013) [1]. Dampak negatif yang akan dialami dari melakukan hubungan seksual pra nikah apabila ditinjau dari segi kesehatan sangat rentan terinfeksi kanker serviks, AIDS, HPV, kehamilan tak di harapkan, dan yang paling parah adalah aborsi atau pengguguran calon bayi.

Dari berbagai dampak yang telah disebutkan, kebanyakan remaja menyepelkannya. Hal itu disebabkan karena kurangnya pemahaman akan akibat dari hubungan seksual pra nikah (Bourne, 2010) [2]. Adapun dampak lain yang seringkali dirasakan dalam diri seseorang yaitu dampak psikologis atau kejiwaan. Dampaknya bisa berupa rasa bersalah, perasaan berdosa, dan rasa penyesalan yang akan selalu di ingat di kemudian hari.

Setiap individu memiliki pribadi yang berbeda – beda, dari perbedaan tersebut juga memunculkan tanggapan serta tindakan yang tidak sama dalam menyikapi akibat dari perbuatannya (Demarque, Apostolidis, & Joule, 2013) [3]. Apabila seseorang yang terlanjur melakukan hubungan seksual pra nikah tidak bisa menyikapi masalah yang telah dilakukannya dengan bijak, akan membuat kondisi jiwanya menjadi kian memburuk karena rasa penyesalan. Dari apa yang telah dijelaskan, remaja perlu menyadari bahwa berhubungan seksual pra nikah tidak hanya berbahaya terhadap fisik, melainkan juga dapat memberikan dampak negatif terhadap kejiwaan seseorang.

Hubungan seksual pra nikah yang dilakukan remaja, khususnya remaja wanita yang belum mempunyai kesiapan melakukannya akan memberikan dampak negatif seperti kecemasan dan perasaan bersalah. Terlebih lagi putusnya hubungan setelah melakukan hubungan seksual pra nikah juga bisa dikatakan dapat memberikan dampak negatif seperti trauma. Untuk mengatasi kondisi traumatis dalam hidup dibutuhkan kemampuan resiliensi (Riana, Diana 2008) [4].

Setiap orang perlu memiliki kemampuan menyesuaikan keadaan pada kondisi terburuk dalam kehidupannya, itulah yang disebut resiliensi (Reivich & Shatte, 2002) [5]. Dalam definisi lain, resiliensi juga berarti keterampilan yang dimiliki oleh individu sebagai tindakan preventif atau pencegahan untuk mengurangi, sekaligus mengatasi konsekuensi yang sedang di hadapi saat ini (Grotberg, 1995) [6].

Resiliensi dibutuhkan tidak hanya sebagai penyelesaian masalah saat ini, namun juga kemampuan berkembang dikemudian hari, resiliensi juga dapat mewujudkan remaja wanita yang mampu menyesuaikan diri dengan keadaan yang tidak menyenangkan, melewati keadaan yang tidak menyenangkan tersebut dengan baik (Hamida 2020) [7].

Gambaran resiliensi yang diberikan dalam penelitian ini mengacu pada kemunculan atau tidak munculnya aspek resiliensi yang telah digambarkan oleh Wolin dan Wolin, 1993, dalam Hurtes dan Allen, 2001. Tujuan yang diambil oleh peneliti adalah jika subjek remaja yang pernah melakukan hubungan seksual pra nikah menunjukkan perilaku yang ada pada aspek resiliensi maka remaja tersebut sudah resilien, karena aspek tersebut mewakili ciri dari resiliensi (Masteen & Reed, 2002).

Mengingat masa remaja sama dengan masa peralihan dalam menghadapi tugas perkembangan yang baru, dalam kasus ini resiliensi sangat diperlukan untuk menghadapi akibat buruk dari berhubungan seksual pra nikah bagi remaja wanita. Apabila remaja pasca berhubungan seksual tidak resilien maka dampak negatif yang mereka hadapi akan memunculkan stres. Jika stres tersebut dibiarkan berlarut - larut, maka akan menimbulkan berbagai masalah lain menyerang mental maupun fisik (Hamdi, 2016). Resiliensi juga berkaitan dengan ketekunan dan kemampuan beradaptasi, karena ini adalah kemampuan untuk kembali ke kondisi keseimbangan setelah menghadapi masalah, kekecewaan, keadaan menekan atau bahkan setelah kejadian tertentu yang tidak menyenangkan (Luthans, Youssef, dan Avolio, 2007). Seperti halnya keadaan psikis yang tidak di inginkan akibat dari hubungan seksual pra nikah.

Orang yang memiliki resiliensi akan merasa mampu untuk mencapai tujuan dalam situasi sulit dengan tenang mempertimbangkan dengan hati - hati, fokus untuk menangani masalah dan memiliki daya untuk menyesuaikan diri dengan perubahan yang mereka hadapi dan memiliki kemampuan untuk mengendalikan diri. Resiliensi diperlukan tidak hanya untuk menyelesaikan masalah saat ini, melainkan juga berguna dalam proses perkembangan di kemudian hari. Resiliensi dapat menuntun remaja wanita menyesuaikan diri dengan kondisi buruk, mengatasi keadaan yang tidak diinginkan dengan baik dan bahkan mengakui kondisi yang mereka alami sebagai bagian dari kehidupan mereka. Oleh karena itu, resiliensi adalah sesuatu yang harus dimiliki oleh remaja khususnya wanita setelah melakukan hubungan seksual pra nikah.

Individu pasca putus hubungan pacaran dengan rentan waktu yang lama dapat lebih mengembangkan resiliensinya daripada yang baru saja putus hubungan pacaran (Riana, 2008). Setiap individu memiliki perbedaan kekuatan karakter untuk menjalani kehidupannya. Resiliensi merupakan suatu kemampuan untuk mengatasi kesulitan ataupun permasalahan yang dialami oleh seseorang. Fungsi resiliensi dalam kehidupan akan membuat individu mampu mengatasi stres, trauma dan masalah lainnya dalam proses kehidupan. Masalah – masalah yang muncul tersebut salah satunya psikologis dan sosial. Bagi remaja yang memiliki resiliensi, dapat terhindarkan dari beberapa gangguan psikis. Dari gambaran tersebut, menumbuhkan keingintahuan yang berlebih pada diri peneliti.

Sehingga peneliti melaksanakan penelitian berjudul “Gambaran Resiliensi pada Remaja Pasca Berhubungan Seksual Pra Nikah di Sidoarjo”.

## II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif fenomenologi, bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi pada remaja pasca berhubungan seksual pra nikah. Subjek dalam penelitian ini yaitu remaja pasca berhubungan seksual pra nikah. Sampel penelitian menggunakan teknik *non random sampling purposive sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara subjek primer, *significant others*, *rating scale*. Analisis data dengan teknik triangulasi.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

Setelah menjabarkan dengan menuliskan deskripsi penemuan dari hasil wawancara, selanjutnya akan dilakukan analisis dari data subjek C untuk mempermudah melihat keseluruhan.

**Tabel 1.** Gambaran Resiliensi

Gambaran Resiliensi	Subjek C
Wawasan	Subjek mengelola emosinya dengan cara diam, hal tersebut dilakukan untuk meminimalisir pembicaraan seputar hal negatif dengan lingkungannya, perilaku tersebut dimunculkan sebagai tindakan preventif mengingat pengalaman buruk yang sudah dilaluinya. Selain itu, subjek juga mampu mengelola reaksi emosinya dengan cara lain yaitu mengajak bicara diri sendiri dengan kata – kata positif untuk mencari hikmah dari sebuah permasalahan, mengerjakan <i>passion</i> yang diminati, mengikuti program yoga, berdiskusi ringan seputar permasalahan yang dialami secara global, berkumpul dengan kerabat terdekat, menyaring nasihat dengan bijak, pasrah, dan tidur sebagai dasar kuat untuk menyelesaikan permasalahan untuk menemukan jati dirinya.
Independen	Subjek mampu memilih jalan hidup dari keputusannya sendiri. Menurut subjek, menentukan jalan hidup berarti juga memutuskan langkah apa yang akan diambilnya. Dalam pengambilan langkah, subjek juga sudah mengetahui jalan mana yang terbaik buat dirinya dan juga mampu memprediksi resiko yang akan dihadapinya dengan segala pertimbangan yang matang. Subjek mampu berpikir demikian, karena subjek mampu memaknai apabila permasalahan datang pada dirinya, subjek juga yang mengerti kondisinya, dan subjek juga yang mengerti bagaimana cara menyelesaikannya.
Kreatif	Subjek memiliki kemampuan pemecahan masalah dengan cara mengkombinasikan beberapa perilaku yang positif seperti berkumpul dengan teman untuk diskusi memecahkan masalah, melakukan meditasi, mengikuti program yoga, produktif dalam kegiatan positif seperti kuliah, olahraga, bekerja, dan juga hal menyenangkan seperti bermain dengan kerabat terdekatnya.
Humor	Subjek masih belum bisa memunculkan humor

Inisiatif	Subjek mempunyai daya juang untuk memperbaiki diri sendiri dengan cara melakukan meditasi, mengikuti program yoga, mencoba hidup positif seperti olahraga, melakukan kegiatan yang disukai, mengajak teman untuk berdiskusi dengan tujuan mencari jalan keluar dari permasalahannya.
Hubungan	<b>Pribadi</b> subjek merupakan pribadi yang aktif dalam sosial seperti bertemu orang banyak dan menajalin komunikasi. Dengan komunikasi yang ia jalin dengan orang sekitarnya memberikan dampak lingkaran pertemenanan yang selalu mendukung dalam hal positif
Nilai Dasar	Subjek C punya cara tersendiri dalam meminimalisir hal negatif. Beberapa cara tersebut ditunjukkan melalui perilaku memfokuskan diri pada prioritas hidupnya seperti kuliah dan organisasi. Subjek C memiliki prinsip tidak bisa menjalankan sesuatu apabila hal tersebut tidak sesuai dengan pribadinya, subjek C juga mengatakan bahwa segala sesuatu yang telah atau akan dilakukan sudah ia ketahui risikonya.

Tabel 2. Faktor Resiliensi

Faktor - Faktor Resiliensi	Subjek C
<b>I Have</b>	Subjek C mempunyai lingkungan yang mendukung serta mendorong pribadinya untuk lebih kuat, mandiri dan bisa bangkit dari segala sesuatu yang menjadikan diri subjek terpuruk.
<b>I Am</b>	Subjek C memiliki kebiasaan untuk mengevaluasi dirinya setiap hari. Subjek selalu berusaha untuk melakukan semuanya secara mandiri. Selain itu subjek mempunyai pribadi yang suka menolong walaupun hanya sekedar mendengar cerita dan memberi masukan saat teman – temannya membutuhkan dirinya. Dari perilaku tersebut membuat rasa percaya dirinya perlahan muncul dan menyadari akan jati dirinya yang memberikan harapan untuk melangkah maju kearah yang lebih positif daripada sebelumnya.
<b>I Can</b>	Subjek mampu berkomunikasi dengan orang sekitarnya seperti biasa. Subjek juga mampu terbuka dalam menyampaikan pendapatnya sehingga membuat orang disekitarnya percaya, bahwa subyek memiliki pribadi yang komunikatif serta positif. Saat menghadapi sebuah permasalahan subjek selalu mempunyai daya juang dan memfokuskan pada pemecahan masalah seperti halnya membiasakan olahraga, menyempatkan meditasi dan mengikuti program yoga untuk membuat pribadinya kembali normal seperti sedia kala.

## B. Pemertahanan

Hubungan seksual pra nikah yang dilakukan remaja, khususnya remaja wanita yang belum mempunyai kesiapan melakukannya akan memberikan dampak negatif seperti kecemasan dan perasaan bersalah. Terlebih lagi putusannya hubungan setelah melakukan hubungan seksual pranikah juga bisa dikatakan dapat memberikan dampak negatif psikologis yang lebih parah.

Dampak negatif psikologis dari perilaku seksual pranikah pada remaja diantaranya perasaan marah, takut, cemas, depresi, rendah diri, kesedihan, perasaan malu, bersalah dan berdosa. Emosi – emosi tersebut juga akan bertambah buruk apabila individu tersebut putus hubungan setelah melakukan hubungan seksual pra nikah, khususnya pada perempuan. Beberapa dampak tersebut telah terbukti dan dirasakan oleh subjek C sebelum resilien.

Untuk mengatasi kondisi traumatis atau dampak negatif dari berhubungan seksual pra nikah, dibutuhkan kemampuan resiliensi (Riana, Diana 2008). Resiliensi merupakan individu atau kelompok yang memiliki kemampuan untuk mencegah, mengurangi, sekaligus mengatasi berbagai macam masalah atau kesulitan pada saat menjalani kehidupan (Grotberg, 1995). Resiliensi juga berarti keterampilan individu dalam beradaptasi atau menyesuaikan diri untuk bertahan pada saat menghadapi peristiwa yang buruk (Reivich & Shatte, 2002). Untuk mencapai kondisi yang resilien dibutuhkan tiga faktor pendukung yang harus dikombinasikan secara utuh, antara lain : *I have*, *I am* dan *I can* (Grotberg, 1995).

Faktor pertama yaitu *I Have* (Aku Memiliki) merupakan perasaan mendapatkan dukungan dari orang lain atau sekitarnya. Efeknya akan memberikan perasaan aman terhadap diri individu. Hal serupa juga muncul dalam proses resilien yang telah dilakukan oleh subjek C, dimana subjek C mempunyai lingkungan yang mampu mendukung pribadinya untuk lebih kuat, mandiri dan bisa bangkit dari segala sesuatu yang menjadikan diri subjek C terpuruk.

Dukungan yang di peroleh dari lingkaran pertemanan subjek C, memberikan efek pada pribadi subjek C untuk lebih percaya diri menyadari potensi kekuatan yang ada pada dirinya (*I am*). Adapun indikator perilaku yang dimunculkan oleh subjek C antara lain : memiliki kebiasaan untuk mengevaluasi diri. Dengan kepercayaan diri yang tumbuh dalam dirinya menjadikan subjek C selalu berusaha untuk melakukan segala sesuatu secara mandiri. Dari kemandirian yang dimiliki, membuat subjek C mulai menyadari akan jati dirinya dan memberikan harapan untuk melangkah maju kearah yang lebih positif daripada sebelumnya.

Faktor *I am* yang mulai terbentuk berdampak langsung pada individu subjek C berupa keluarnya segala potensi kemampuan tersembunyi dari individu subjek C. Apabila potensi tersebut diasah secara terus menerus dampaknya dapat mengantarkan subjek C menjadi pribadi yang resilien (*I can*). Adapun potensi yang telah dilakukan oleh subjek C, sebagai berikut : subjek C mampu berkomunikasi dengan sekelilingnya, subjek C juga mampu terbuka dalam menyampaikan pendapatnya sebagai bentuk penyaluran emosionalnya. Saat menghadapi sebuah permasalahan subjek mempunyai daya juang dan memfokuskan pada pemecahan masalah, dengan tujuan mengarahkan pribadinya sendiri kembali normal seperti sedia kala atau resilien.

Apabila ketiga faktor sudah tersinkronkan dengan konsisten, akan memunculkan beberapa aspek yang menandakan individu termasuk pribadi yang resilien dapat didasarkan pada temuan dari Siebert (2005). Karakteristik yang dimaksud diklasifikasikan menjadi tujuh aspek (Wolin dan Wolin, 1993, dalam Hurtes & Allen, 2001).

Aspek yang pertama adalah wawasan. Wawasan merupakan kemampuan pemaknaan sebuah peristiwa atau lingkungan sekitar, dengan cara memahami pola komunikasi verbal maupun non verbal. Mampu beradaptasi dalam mengelola reaksi emosi serta memproses perasaan pada saat menghadapi masalah atau setelah masalah terjadi. Aspek wawasan dapat terwujud apabila individu memiliki pemahaman mengenai diri sendiri untuk menemukan jati dirinya dan memiliki pemahaman tentang orang lain sebagai dasar untuk memahami lingkungan sekitar sebagai bentuk dari kewaspadaan terbuka, atau bisa dikatakan tindakan preventif (Wolin dan Wolin, 1993, dalam Hurtes & Allen, 2001). Hal serupa juga muncul pada subjek C yang ditunjukkan dengan cara mengelola emosinya dengan cara diam, tujuannya untuk meminimalisir pembicaraan seputar hal negatif. Hal tersebut dilakukan subjek C sebagai tindakan preventif mengingat pengalaman buruk yang sudah dilaluinya. Selain itu, subjek juga mampu mengelola reaksi emosinya dengan cara lain yaitu mengajak bicara diri sendiri dengan kata – kata positif untuk mencari hikmah di setiap kejadian, berdiskusi dengan teman sebaya seputar pemecahan masalah, berkumpul dengan kerabat terdekat, menyaring nasihat dengan bijak, dan pasrah sebagai dasar kuat untuk menyelesaikan permasalahan pribadinya.

Aspek yang kedua adalah independen. Independen merupakan kemampuan pengambilan keputusan antara “Ya dan Tidak” yang diucapkan dengan keteguhan yang kuat. Independen digunakan apabila suatu hal yang tak sesuai dengan pribadi seseorang. Kemampuan tersebut menandakan individu mempunyai pribadi yang mandiri serta pandangan positif untuk masa sekarang dan masa yang akan datang (Wolin dan Wolin, 1993, dalam Hurtes & Allen, 2001). Dari hasil penelitian yang telah peneliti analisis, subjek C juga menunjukkan pribadi yang independen dengan indikator sebagai berikut : Subjek mampu memilih jalan hidup dari keputusannya sendiri. Menurut subjek, menentukan jalan hidup berarti juga memutuskan langkah apa yang akan diambilnya. Dalam

pengambilan langkah subjek juga sudah mengetahui jalan mana yang terbaik buat dirinya dan juga mampu memprediksi resiko yang akan dihadapinya dengan segala pertimbangan yang matang. Subjek mampu berpikir demikian, karena subjek mampu memaknai apabila permasalahan datang pada dirinya, subjek juga yang mengerti kondisinya, dan subyke juga yang mengerti bagaimana cara menyelesaikannya.

Aspek yang ketiga adalah kreativitas. Kreativitas merupakan kemampuan untuk menciptakan pilihan atau jalan lain saat sedang berhadapan dengan masalah. Saat berhadapan dengan masalah, individu yang resilien hanya berfokus pada pemecahan masalah atau mencari jalan keluar dari kebuntuan yang sedang dihadapi, dan tidak menghindari masalah. Artinya individu lebih memilih melakukan sesuatu daripada menunggu orang lain membantu dirinya dalam kesulitan (Wolin dan Wolin, 1993, dalam Hurtes & Allen, 2001). Hal demikian juga ditunjukkan oleh pribadi subjek C : subjek C memiliki kemampuan pemecahan masalah dengan cara mengkombinasikan beberapa perilaku yang positif seperti berkumpul dengan teman untuk diskusi memecahkan masalah, melakukan meditasi, mengikuti program yoga, produktif dalam kegiatan positif seperti kuliah, olahraga, bekerja, dan juga hal menyenangkan seperti bermain dengan kerabat terdekatnya.

Aspek selanjutnya adalah humor. Humor merupakan kemampuan seseorang mendapatkan titik terang dari pengalaman hidupnya yang telah lalu, dan menjadikan pengalaman tersebut sebagai sebuah candaan atau lelucon. Aspek humor juga dapat dikatakan kemampuan untuk menemukan kesenangan atau menertawakan kejadian buruk yang telah dilaluinya dimasa lampau. Mereka juga menganggap bahwasannya kejadian lalu yang sempat mereka sedihkan terdapat hikmah yang dapat di petik dimasa sekarang dan sangat berefek baik bagi kehidupan yang mereka jalani sekarang (Wolin dan Wolin, 1993, dalam Hurtes & Allen, 2001). Dalam aspek humor subjek C masih belum memunculkan indikasi yang signifikan.

Aspek selanjutnya adalah inisiatif. Inisiatif merupakan tindakan yang muncul berdasar pada tekad untuk mengendalikan pemikiran maupun sikap dirinya sendiri. Individu resilien memiliki pikiran sadar untuk memutuskan sikap seperti apa yang akan dilakukan untuk bertahan dari situasi sulit dan berupaya keluar dari situasi tersebut. Dengan inisiatif, individu memiliki daya juang untuk berusaha memperbaiki dirinya sendiri serta lingkungan sekitarnya. Selain itu, individu dengan inisiatif mampu mengutarakan apa sedang di rasakan untuk membentuk kepercayaan diri dan perasaan yang positif dimasa itu sangat dibutuhkan untuk bangkit kembali dari keterpurukan. Individu dengan inisiatif selalu berupaya mengatasi hal - hal yang tidak dapat diubah atau yang dianggap orang pada umumnya sebagai sesuatu yang mustahil. Individu dengan inisiatif melihat segala persoalan kehidupan sebagai tantangan yang harus diselesaikan (Wolin dan Wolin, 1993, dalam Hurtes & Allen, 2001). Inisiatif juga terdapat pada subjek C dengan indikator perilaku : perbaikan diri dengan cara melakukan meditasi, mengikuti program yoga, mencoba hidup positif seperti olahraga, melakukan kegiatan yang disukai, mengajak teman untuk berdiskusi, tujuannya untuk mencari jalan keluar dari permasalahannya.

Aspek selanjutnya adalah Hubungan. Hubungan memiliki definisi menjalin ikatan dan komunikasi dengan kelompok atau individu lainnya. Individu resilien mampu menjalin hubungan dengan orang sekitarnya dengan kualitas yang baik dan sehat. Kejujuran dan saling mendukung saat menjalin hubungan merupakan karakteristik individu yang resilien. Hubungan yang sinergis, yakni nyaman bekerjasama dengan orang lain dapat mempengaruhi kualitas hidup (Wolin dan Wolin, 1993, dalam Hurtes & Allen, 2001). Aspek hubungan juga muncul pada subjek C : Pribadi subjek merupakan pribadi yang aktif dalam sosial seperti bertemu orang banyak dan menajalin komunikasi. Dengan komunikasi yang ia jalin dengan orang sekitarnya memberikan dampak lingkaran pertemanan yang selalu mendukung dalam hal positif.

Aspek yang terakhir adalah nilai dasar. Nilai dasar merupakan kemampuan individu dalam menilai hal baik dan buruk bagi dirinya sendiri, termasuk keinginan untuk hidup positif dan produktif (Wolin dan Wolin, 1993, dalam Hurtes & Allen, 2001). Aspek nilai dasar juga ada pada subjek C : subjek C punya cara tersendiri dalam meminimalisir hal negatif. Beberapa cara tersebut ditunjukkan melalui perilaku memfokuskan diri pada prioritas hidupnya seperti kuliah dan organisasi. Subjek C memiliki prinsip tidak bisa menjalankan sesuatu apabila hal tersebut tidak sesuai dengan pribadinya, subjek C juga mengatakan bahwa segala sesuatu yang telah atau akan dilakukan sudah ia ketahui risikonya.

Dari pembahasan yang telah peneliti susun, gambaran umum resiliensi pada subjek C sebagai berikut : subjek C mempunyai (*I Have*) yaitu teman - temannya yang menuntun pribadi subjek C untuk lebih percaya diri dan menyadari akan jati dirinya (*I Am*). Kondisi tersebut dapat memberikan kekuatan serta harapan pada subjek C untuk melangkah maju kearah yang lebih positif daripada sebelumnya, proses tersebut juga dapat membuat subjek C mampu mengembalikan pribadinya dalam keadaan normal seperti sedia kala (*I Can*).

Adapun dinamika yang ia tunjukkan saat sedang menghadapi sebuah masalah. Subjek C mempunyai daya juang dalam menyelesaikan masalahnya. Ia punya cara tersendiri untuk meminimalisir hal negatif dengan mengkombinasikan beberapa perilaku positif. Perilaku yang ditunjukkan antara lain : meditasi, kuliah, berorganisasi, olahraga, bekerja, dan melakukan hal menyenangkan seperti bermain dengan orang terdekatnya.

Subjek C juga memiliki prinsip tidak akan menjalankan sesuatu apabila hal tersebut tidak sesuai dengan pribadinya, subjek C juga mengatakan bahwa segala sesuatu yang telah atau akan dilakukan sudah ia ketahui risikonya. Ketika terjadi masalah, ia mengelola emosinya dengan cara diam. Hal tersebut ia lakukan untuk meminimalisir pembicaraan seputar hal negatif tentang dirinya dengan lingkungannya, perilaku tersebut

dimunculkan sebagai tindakan preventif mengingat pengalaman buruk yang pernah dilaluinya. Selain itu, subjek juga mampu mengelola reaksi emosinya dengan cara lain, seperti mengajak bicara diri sendiri dengan kata – kata positif untuk mencari hikmah dari kejadian yang ia alami.

Subjek C memiliki keaktifan dalam menjalin komunikasi sosial, seperti berdiskusi ringan, berkumpul dengan kerabat terdekat, menyaring nasehat dengan bijak untuk menemukan jati dirinya. Selain itu, subjek juga mampu memilih jalan hidup dari keputusannya sendiri. Menurut subjek, menentukan jalan hidup berarti juga memutuskan langkah apa yang akan diambilnya. Dalam pengambilan langkah, subjek juga sudah mengetahui jalan mana yang terbaik buat dirinya dan juga mampu memprediksi resiko yang akan dihadapinya dengan segala pertimbangan yang matang. Subjek mampu berpikir demikian, karena subjek mampu memaknai apabila permasalahan datang pada dirinya, subjek juga yang mengerti kondisinya, dan subjek juga yang mengerti bagaimana cara menyelesaikannya.

#### IV. SIMPULAN

Subjek C dalam penelitian ini mampu kembali pada keadaan semula. Aspek yang paling dominan adalah wawasan, dan aspek yang tidak muncul adalah humor.

Untuk mencapai pribadi yang resilien dengan segala aspeknya. Dibutuhkan sinkronisasi dari ketiga faktor dalam proses pemunculan kondisi resilien pada individu subjek C yang pernah melakukan seks sebelum nikah dan sempat mengalami dampak negatif dari perilaku tersebut, diantaranya yaitu *I have* yang merupakan lingkungan pendukung yang dimiliki subjek C untuk mengarahkan pada kondisi menemukan jati diri serta kepercayaan dirinya (*I am*). Setelah itu munculah potensi – potensi terpendam dan kemampuan pengimplementasian (*I can*) yang mengantarkan subjek C untuk mencapai aspek – aspek resiliensi dengan tujuan menjadi pribadi yang resilien.



## V. SARAN

### 1. Bagi Remaja

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan remaja yang pernah mengalami dampak negatif dari hubungan seksual pra nikah mampu mempelajari faktor – faktor resiliensi seperti *I Have, I Am, I Can* serta menghubungkan ketiganya dan terintegrasi. Hal tersebut dilakukan untuk memunculkan aspek – aspek resiliensi yang berfungsi mengembalikan kondisi psikologis menjadi normal.

### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti berikutnya yang ingin mengangkat topik resiliensi dapat dijadikan sebagai referensi. Untuk penggalan informasi dapat dilakukan dengan teknik pengumpulan data yang lebih bervariasi, yang belum digunakan dalam penelitian ini. Agar dapat memberikan hasil penelitian yang lebih detail, sehingga bermanfaat bagi semua pihak.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada keluarga dan teman-teman penulis yang senantiasa memberikan doa, dukungan serta kasih sayang kepada penulis. Penulis sampaikan terima kasih juga kepada dosen pembimbing yang telah membimbing, memberikan banyak ilmu, solusi serta dukungan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi. Tak lupa penulis juga sampaikan terima kasih kepada responden yang telah bersedia meluangkan waktu dalam membantu penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Aisyah, R. A., & Muis, T. (2013). Perilaku seksual remaja pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 03(01), 364–372.
- [2] Bourne, P. A. (2010). Factor differentials in contraceptive use and demographic profile among females who had their first coital activity at most 16 years versus those at 16+ years old in a developing nation. *International Journal of Collaborative Research on Internal Medicine and Public Health*, 2(11), 378–402. <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-649910370&partnerID=40&md5=a2a6e4bf0109695385214f3f14392237>
- [3] Demarque, C., Apostolidis, T., & Joule, R. V. (2013). Consideration of future consequences and pro-environmental decision making in the context of persuasion and binding commitment. *Journal of Environmental Psychology*, 36, 214–220. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2013.07.019>
- [4] Riana, Diana (2008). *Gambaran resiliensi pada perempuan yang putus hubungan setelah melakukan hubungan seksual premarital*. Depok: Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia. Skripsi.
- [5] Reivich, K., & Shatte, A., (2002). *The resilience factor: 7 Keys to finding your inner strength and overcoming life's hurdles*. New York: Broadway Books.
- [6] Grotberg, E. (1995). *A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit*. Washington DC, America: Bernard van Leer Foundation.
- [7] Hamidah, Fairuz Tazkiyah Nur (2020). *Gambaran Resiliensi pada Remaja dengan Riwayat Kehamilan Pranikah*. Universitas Airlangga.

# Jurnal

---

## ORIGINALITY REPORT

---

17%

SIMILARITY INDEX

17%

INTERNET SOURCES

3%

PUBLICATIONS

%

STUDENT PAPERS

---

## PRIMARY SOURCES

---

1

[repository.usd.ac.id](https://repository.usd.ac.id)

Internet Source

6%

2

[repository.unair.ac.id](https://repository.unair.ac.id)

Internet Source

3%

3

[journal.walisongo.ac.id](https://journal.walisongo.ac.id)

Internet Source

3%

4

[acopen.umsida.ac.id](https://acopen.umsida.ac.id)

Internet Source

2%

5

[eprints.iain-surakarta.ac.id](https://eprints.iain-surakarta.ac.id)

Internet Source

1%

6

Saraswati Saraswati, Waode Suarni, Ida Sriwaty Sunarjo. "Resiliensi Remaja Yang Orangnya Bercerai", Jurnal Sublimapsi, 2021

Publication

1%

7

[journal.uinsgd.ac.id](https://journal.uinsgd.ac.id)

Internet Source

1%

8

[etheses.uin-malang.ac.id](https://etheses.uin-malang.ac.id)

Internet Source

1%

---

9

eprints.umm.ac.id

Internet Source

<1 %

---

10

jpu.k-pin.org

Internet Source

<1 %

---

---

Exclude quotes      On

Exclude matches      < 15 words

Exclude bibliography      On