

KARAKTERISTIK INDIVIDU RESILIEN PADA REMAJA BERPRESTASI YANG MEMILIKI LATAR BELAKANG ORANG TUA BERCERAI

Salsabila Wahyu Hadianti¹, R. Nunung Nurwati², Rudi Saprudin Darwis³

1. Mahasiswa S1 Program Studi Kesejahteraan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Padjadjaran,
2. Dosen Program Studi Kesejahteraan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Padjadjaran,
3. Dosen Program Studi Kesejahteraan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Padjadjaran,

*Swyhadianti02@gmail.com*¹, *nngnurwati@yahoo.com*², *rsdarwis@gmail.com*³

ABSTRAK

Penelitian bertujuan untuk meninjau terkait bagaimana karakteristik individu yang resilien pada remaja berprestasi yang memiliki latar belakang orang tua bercerai. Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Margahayu Kabupaten Bandung, dengan menggunakan metode kualitatif dan pendekatan studi kasus. Teknik yang digunakan dalam proses pengumpulan data dalam penelitian ini adalah melalui wawancara, observasi non partisipasi, studi dokumentasi dan kepustakaan. Informan yang dilibatkan dari penelitian ini berjumlah 12 orang, yang terdiri dari 3 orang siswa – siswi berprestasi dengan latar belakang orang tua bercerai berikut dengan orang tuanya yang diwakilkan oleh ibu, teman terdekatnya, dan 3 orang guru bimbingan konseling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kapasitas resiliensi serta karakteristik individu yang resilien ini sudah terbangun dengan baik.

Kata kunci : Resiliensi, Karakteristik Individu yang Resilien, dan Perceraian Orang Tua.

ABSTRACT

Goals of this research is to review how characteristic individual resilient in outstanding teenagers with divorced parents background. This research was held at 1 Margahayu Senior High School – Bandung District, using qualitative method with case study approach. Technical data collect is interview, observation non – participation, documentation study, and bibliography. The number of informant that used in this research are 12 (twelve) interviewee, they are 3 (three) adolescent (student) with parents divorce background's with her/his mother and close friend, and 3 (three) counseling teacher. The result showed that capacity of resilient and the characteristics of the resilient individual were well established.

Keywords : Resilience, Adolescent, Achievement, Multi talented, and Divorce

Pendahuluan

Kemampuan resiliensi menjadi penting untuk dimiliki oleh anak ketika menghadapi perceraian, mengingat dengan adanya resiliensi anak dapat bertindak secara positif dalam meminimalisir dampak – dampak yang ditimbulkan akibat perceraian. Menurut Emmy E Wenner dalam Desmita (2009: 227) sejumlah ahli tingkah laku menggunakan istilah resiliensi untuk menggambarkan tiga fenomena yaitu:

- a. Perkembangan positif yang dihasilkan oleh anak yang hidup dalam konteks “beresiko tinggi” (high – risk), seperti

anak yang hidup dalam kemiskinan kronis atau perlakuan kasar orang tua.

- b. Kompetensi yang dimungkinkan muncul dibawah tekanan yang berkepanjangan, seperti peristiwa – peristiwa disekitar perceraian orang tua mereka, dan;

- c. Kesembuhan dan trauma, seperti ketakutan dari peristiwa perang saudara.

Perceraian orang tua tentunya dapat menimbulkan beragam konsekuensi atau dampak yang harus diterima oleh anak. Adapun dampak tersebut diantaranya yakni terjadinya krisis kesejahteraan pada psikologi anak seperti timbulnya stress, depresi, ataupun

perasaan malu atau minder pada anak di lingkungan sosialnya. Pernyataan ini didukung oleh pendapat yang dikemukakan oleh Bird dan Melville (1994 : 65) dalam Sarbini dan Wulandari (2014) yang menjelaskan bahwa anak yang orang tuanya bercerai merasa malu bahkan sedih, karena anak merasa berbeda dari teman – temannya yang lain. Selanjutnya, perceraian dalam hal ini juga dapat mengakibatkan perubahan struktur dan relasi dalam keluarga yang artinya pasca perceraian anak hanya dapat tinggal bersama salah satu orang tuanya saja. Selain itu, perceraian juga dalam hal ini dapat mengakibatkan menurunnya kondisi kedekatan anak dengan orang tuanya. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Ningrum (2013) yang menjelaskan pada tahun pertama setelah perceraian, orangtua menjadi kurang dekat dengan anaknya, meski banyak waktu yang tersedia untuk itu. Sehingga dalam hal ini kemampuan resiliensi sangat diperlukan dalam menghadapi konsekuensi yang ditimbulkan akibat perceraian. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Reivich dkk (2010) menjelaskan bahwa resiliensi diperlukan pada individu yang merasa kehilangan sosok yang dicintai.

Resiliensi

Resiliensi dalam hal ini dapat didefinisikan sebagai kemampuan atau kapasitas, proses, serta hasil adaptasi seseorang terhadap perubahan, tekanan, atau kekecewaan yang dialaminya dengan cara yang lebih positif. Resiliensi juga dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk dapat bangkit kembali setelah mengalami situasi traumatis.

Resiliensi dalam hal ini menjadi penting untuk dikembangkan pada diri seseorang, mengingat setidaknya terdapat empat fungsi resiliensi sebagaimana yang diungkapkan oleh Reivich dan Shate. Reivich dan Shate (2002) mengungkapkan bahwa resiliensi dalam hal ini berfungsi dalam kehidupan manusia diantaranya yakni untuk mengatasi kesulitan – kesulitan yang pernah dialami di masa kecil, bermanfaat untuk dapat meninggalkan

pengalaman buruk tersebut, membantu individu untuk dapat melewati kesulitan – kesulitan dalam kehidupan sehari – hari, bangkit kembali setelah mengalami kejadian traumatik atau kesulitan besar, serta berfungsi untuk mencapai prestasi terbaik.

Karakteristik Individu yang Resilien

Menurut Wolin dan Wollin (1999) terbagi menjadi tujuh karakteristik, yang selanjutnya dijelaskan sebagai berikut:

- a. *Insight*;
Insight merupakan kemampuan individu untuk dapat memahami diri sendiri dan orang lain atau lingkungannya yang dapat digunakan untuk menyesuaikan diri dengan berbagai situasi. Secara sederhana *insight* adalah kemampuan mental seorang individu untuk dapat bertanya dan menjawab dengan jujur.
- b. Kemandirian;
Kemandirian adalah kemampuan untuk mengambil jarak secara emosional maupun fisik dari sumber masalah dalam hidup seseorang. Selain itu, kemandirian dapat diartikan sebagai perilaku seseorang untuk hidup secara mandiri tanpa bergantung kepada orang lain.
- c. Hubungan;
Seorang yang resilien tentunya dapat mengembangkan hubungan yang jujur, saling mendukung, dan berkualitas bagi kehidupan, atau memiliki role model yang sehat.
- d. Inisiatif;
Individu yang memiliki kemampuan resilien bersikap proaktif dan bertanggung jawab atas kehidupan dan masalah yang dihadapi. Dalam hal ini individu yang resilien selalu berusaha untuk memperbaiki diri ataupun meningkatkan kemampuan dirinya.
- e. Kreativitas;
Kreativitas dalam hal ini melibatkan kemampuan untuk memikirkan berbagai alternatif pilihan, serta konsekuensi alternatif dalam menghadapi tantangan hidup. Individu yang memiliki resilien dapat mempertimbangkan konsekuensi

dari setiap perilaku yang dipilihnya serta membuat keputusan secara benar.

f. Humor;

Humor yakni kemampuan untuk menemukan kebahagiaan dalam situasi apapun. Dengan rasa humor, individu yang resilien dapat memandang tantangan hidup dengan cara yang baru dan lebih ringan.

g. Moralitas.

Moralitas ditandai dengan keinginan individu untuk dapat hidup secara baik dan produktif. Individu yang resilien dapat mengevaluasi berbagai hal dan membuat keputusan.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan pada paragraf sebelumnya, maka tujuan dari penelitian ini yakni guna mengetahui *Bagaimana karakteristik individu yang resilien pada remaja berprestasi dengan latar belakang orang tua bercerai?*

Metode

Teknik wawancara digunakan guna memperoleh data primer dalam penelitian ini. Agar informasi terkait kemampuan resiliensi pada remaja berprestasi dengan latar belakang orang tua bercerai dapat tergali dengan baik, maka peneliti menggunakan wawancara terstruktur (*structured interview*) yakni dengan menyiapkan instrumen penelitian berupa pertanyaan – pertanyaan tertulis. Namun di dalam pelaksanaan penelitian di lapangan, wawancara dilaksanakan secara semi *structured* dimana peneliti menanyakan pertanyaan yang sudah terstruktur, kemudian satu persatu di perdalam untuk menggali keterangan lebih lanjut. Dengan model wawancara seperti ini, maka diharapkan semua variabel yang ingin digali dalam penelitian akan dapat diperoleh secara lengkap dan mendalam.

Peneliti juga dalam hal ini memperoleh data dari studi dokumentasi yakni berkaitan dengan koran, artikel, jurnal, buku, yang berkaitan dengan resiliensi, tahap perkembangan remaja, dan perceraian. Studi kepustakaan digunakan sebagai bahan

pertimbangan untuk informasi tambahan dan alat perbandingan.

Hasil dan Pembahasan

Informan dalam penelitian ini, yang juga merupakan informan kunci adalah 3 (tiga) orang murid di SMA Negeri 1 Margahayu Bandung. Mereka menjadi sumberdaya utama dalam menggali informasi mengenai karakteristik individu yang resilien pada remaja berprestasi dengan latar belakang orang tua bercerai.

Selain itu, Untuk dapat melihat secara lebih mendalam tentang bagaimana kapasitas dan karakteristik individu yang resilien pada diri remaja berprestasi dengan latar belakang orang tua bercerai di, maka peneliti mendapatkan informasi dari informan lain. Kelompok Informan ini merupakan individu yang terlibat langsung dalam membangun kontak dengan *key informan*. Mereka terdiri dari ibu, guru BK, dan teman sepermainan. Informan pendukung dalam hal ini juga turut membantu *key informan* dalam mengatasi permasalahan yang dialaminya, termasuk membantu *key informan* untuk dapat bangkit dari pengalaman traumatik pasca terjadinya perceraian orang tuanya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan *key informan* dan informan pendukung, maka karakteristik individu yang resilien yang terbangun pada remaja berprestasi dengan latar belakang orang tua bercerai yakni sebagai berikut :

a. *Insight*

Berkaitan dengan *insight*, menurut penuturan ketiga informan mereka sudah dapat menggambarkan dan memahami dirinya sendiri secara jujur atas kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya. Informan MR dalam hal ini mampu menggambarkan dirinya dari sudut pandang dirinya maupun orang lain. MR tidak malu untuk mengungkapkan pandangan negatif dari orang lain terhadap dirinya. Sedangkan untuk TKA sendiri, dalam hal ini ia masih memiliki kebingungan dalam menggambarkan dirinya.

Selain itu ketiga informan memiliki cara masing – masing dalam beradaptasi atau

menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Cara beradaptasi tersebut misalnya dengan memahami budaya yang berlaku di lingkungan baru tersebut atau menunggu stimulus yang diberikan oleh lingkungan terhadap dirinya. Menunggu stimulus yang diberikan oleh lingkungan terhadap dirinya merupakan cara informan TKA dalam menyesuaikan dirinya terhadap dirinya.

Kemampuan anak dalam memahami dirinya juga dipaparkan oleh guru bimbingan dan konseling. Menurut masing – masing guru konseling dari informan MNM, MR, dan TKA sudah dapat memahami dirinya masing – masing secara baik.

Kemampuan masing – masing anak dalam mengetahui dirinya juga dibenarkan oleh para ibu. Namun menurut para ibu, kemampuan memahami diri dalam diri anak masing sangat perlu dikembangkan.

Hal yang sama juga diungkapkan oleh ibu LA bahwa dalam hal ini kemampuan anak mengenai dirinya masih perlu dikembangkan dalam diri TKA.

b. Kemandirian

Berkaitan dengan penyelesaian tugas – tugas di sekolah ketiga informan melakukannya dengan dua cara yakni 1). Menyelesaikannya sendiri; dan 2). Meminta bantuan dari orang – orang terdekat misalnya teman, kakak, atau ibu.

Kemampuan anak dalam menyelesaikan tugasnya sendiri menunjukkan bahwa anak telah memiliki mandiri yang baik. Sebagaimana pendapat yang dikemukakan oleh Hetherington dalam Spencer dan Kass (1976) dalam Rahmah (2004) menyatakan bahwa kemandirian ditunjukkan dengan adanya kemampuan untuk mengambil inisiatif, kemampuan untuk mengatasi masalah, penuh ketekunan, memperoleh kepuasan dari usahanya serta berkeinginan mengerjakan sesuatu tanpa bantuan orang lain.

c. Hubungan

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa ketiga informan memiliki sistem sumber yang dapat membantu serta mendukung mereka dalam menghadapi serta

melewati kejadian traumatik yang ditimbulkan oleh perceraian yang dialami oleh orang tua mereka, seperti kehadiran ibu, kakak, adik, kakek, nenek, anggota keluarga lainnya, bahkan teman dekatnya (*peer group*).

Ketiga informan memiliki hubungan yang baik antara ibu dan keluarga terdekatnya. Namun sayangnya hubungan baik tersebut tidak terbangun dengan ayah mereka, ketiga informan menuturkan bahwa perceraian menyebabkan intensitas komunikasi antara mereka dan ayahnya menurun. Sebagaimana pendapat yang dikemukakan oleh Ningrum (2013) bahwa pada tahun pertama setelah perceraian, orang tua menjadi kurang dekat dengan anaknya.

Dalam hal ini, ketiga informan juga memahami siapa yang paling peduli terhadap dirinya, paling penting, dan paling mencintai dirinya. Ketiga informan sepakat bahwa ibu memiliki peran yang luar biasa dalam kehidupan mereka. Masing – masing dari mereka juga memiliki *role model* yang sehat yang dapat diadopsi perilakunya dalam kehidupan mereka.

Tidak hanya kehadiran ibu, menurut MR kakaknya juga dalam hal ini memiliki peranan penting dalam hidupnya. Selain ibu, kakak dianggap sebagai sosok yang peduli terhadap dirinya.

Kehadiran ibu menjadi sosok yang paling peduli dan paling dicintai juga diungkapkan oleh TKA. Menurut penuturan TKA, sosok ibu dengan memiliki dua peran sekaligus menjadi dasar mengapa ia memilih ibu menjadi *role model* dalam hidupnya.

Ketiga informan juga menuturkan bahwa mereka tidak memiliki masalah dalam membangun komunikasi dengan lingkungan sosialnya. Informan juga memahami mengenai manfaat membangun komunikasi dengan orang lain, baik yang usianya sama, yang usianya lebih dewasa, maupun yang usianya lebih muda dari dirinya.

Informan juga menyadari bahwa di dalam menjalankan kehidupan sehari – hari, teman atau *peergroup* memiliki pengaruh yang cukup kuat dalam kehidupan mereka. Mereka

juga mengerti tentang bagaimana membangun hubungan yang positif dengan orang lain.

Menurut MNM, dalam mengartikan kata teman justru ia memiliki katageorisasi tertentu dalam memaknainya. Menurutnya teman yang sudah dianggap keluarga memiliki intesitas kedekatan yang paling dekat dengan dirinya.

Pemaknaan mengenai pentingnya kehadiran teman juga dimaknai oleh informan TKA, menurutnya kehadiran teman dapat dijadikan tempat dalam membagi beban yang dirasakan oleh dirinya.

Selain itu, ketiga informan juga memiliki aktifitas atau kegiatan yang biasa dilalui bersama teman – temannya, mereka juga menyukai pertemanan yang telah dibangunnya saat ini.

Sedangkan untuk MR sendiri, membangun kedekatan dengan teman – temannya yakni dengan cara bermain *game* bersama, atau berekreasi ke tempat yang tenang atau alam menjadi cara ia dalam membangun pertemanan yang dimilikinya. Berbeda dengan informan MNM dan MR, informan TKA justru lebih banyak membangun pertemanan hanya di lingkungan sekolah.

Ketiga informan tidak pernah mengalami konflik serius yang mengarah pada perpecahan (*diasosiatif*) dalam membangun hubungan dengan lingkungan sosialnya. Mereka memiliki pertemanan yang sehat. Ketiga informan memiliki hubungan yang baik antara ibu dan keluarga terdekatnya. Namun tidak dengan ayah, ketiga informan menuturkan bahwa perceraian menyebabkan intesitas komunikasi antara mereka dan ayahnya menjadi menurun, termasuk hubungan antara mereka dengan ayah – ayah mereka. Dengan memiliki hubungan yang baik dengan ibu, teman, maupun guru – guru di sekolahnya menunjukkan bahwa ketiga informan memiliki faktor protektif yang dapat meningkatkan resiliensi yang dimilikinya. Hal ini didukung dengan pendapat Baumgardner dan Crothers (2009) faktor protektif ini terbagi menjadi tiga kategori yakni faktor protektif pada diri remaja, faktor protektif dalam keluarga, serta faktor komunitas.

d. Inisiatif

Ketiga informan memiliki inisiatif yang baik, mereka bertanggung jawab terhadap penyelesaian masalah yang dialaminya. Mereka juga memiliki cara dalam memperbaiki hal yang kurang atau salah dalam diri mereka. mereka memiliki inisiatif yang kuat dalam berprestasi yang ditunjukkan dengan usaha – usaha mereka. Menjadikan hal yang salah sebagai pengalaman dilakukan oleh informan MR. Menurutnya kegagalan bukan untuk disesalkan. Sedangkan menurut penturan TKA, cara ia dalam menghadapi masalah dan menanggapi kekurangan yang dimilikinya yakni dengan cara belajar untuk memperbaiki kekurangan tersebut.

e. Kreativitas

Kreativitas yang dimaksud dalam hal ini adalah cara mereka dalam mengungkapkan ide – ide dalam berfikir maupun bagaimana cara mereka menghibur diri mereka terutama ketika sedang dihadapkan dengan sebuah masalah. Ketiga informan dalam hal ini memiliki media penyaluran yang dapat digunakan dalam menghibur diri mereka terutama ketika sedang menghadapi masalah. Berbeda dengan MNM dan MR, TKA justru menghibur dirinya yakni melalui hobinya yakni menggambar.

Ketiga informan sudah memiliki tanggung jawab yang baik atas penyelesaian masalah yang dihadapinya. Mereka juga memahami kekurangan dalam dirinya serta memahami bagaimana cara dalam memperbaiki hal tersebut. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Wollin dan Wollin (1999) yang menjelaskan bahwa individu yang memiliki kemampuan resilien bersikap proaktif dan bertanggung jawab atas kehidupan dan masalah yang dihadapinya.

Berkaitan dengan pencapaian prestasi yang optimal, ketiga informan memahami bagaimana cara meningkatkan prestasi dirinya misalnya dengan belajar, ataupun dengan meminta saran terhadap seseorang yang dipercayainya.

f. Humor

Dalam memandang masalah yang dihadapinya ketiga informan dapat memandang masalah dengan lebih ringan, artinya ketiga informan tidak selalu memandang masalah sebagai sesuatu hal yang berat. Mereka masih mampu menertawakan masalah yang dihadapinya tersebut. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Wollin dan Wollin (1999) yang menjelaskan bahwa individu yang resilien dapat memandang tantangan hidup dengan cara yang baru dan lebih ringan.

Humor yang dimiliki oleh informan MNM, MR, dan TKA dibenarkan oleh teman terdekat mereka. Humor dalam hal ini dapat meningkatkan kualitas hubungan yang dimiliki antara informan dan teman terdekatnya.

g. Moralitas

Ketiga informan memahami apa yang dimaksud dengan norma. Mereka juga memahami apa yang diatur di dalam norma tersebut seperti apa yang diperbolehkan atau apa yang tidak diperbolehkan di dalam sebuah norma masyarakat. Dengan pemahaman tersebut tentunya mengarahkan mereka untuk menghindari tindakan – tindakan delikuenasi yang dapat menjerumuskan mereka kedalam hal – hal yang negatif. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Reivich and Shatte (2002) yang menjelaskan bahwa resiliensi bukan hanya seorang individu yang memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan dan bangkit dari keterpurukan namun lebih dari itu resiliensi juga merupakan kapasitas individu meraih aspek positif dalam sebuah keterpurukan yang terjadi dalam hidupnya.

Norma yang dimiliki informan MNM, MR, dan TKA dibenarkan oleh teman terdekatnya. Masing – masing teman terdekat informan, sepakat bahwa informan merupakan individu yang taat pada aturan, berperilaku secara positif, dan tidak melakukan perilaku yang menyimpang. Masing – masing dari mereka juga memiliki cara guna membantu para informan untuk dapat berilaku secara positif sesuai dengan norma yang diatur dalam

masyarakat, misalnya dengan cara memberi nasehat, mengingatkan, serta memberikan contoh bahwa melakukan perilaku menyimpang merupakan hal yang salah.

Menurut penuturan teman MR yakni BRA, MR dapat dikatakan sudah mampu berperilaku sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat. dalam hal ini MR sudah mengetahui apa yang diperbolehkan atau tidak diperbolehkan yang diatur di dalam norma.

Hal yang sama juga diungkapkan oleh RARR teman TKA, TKA dalam hal ini tidak pernah menunjukkan atau melakukan perilaku menyimpang. Dukungan dengan memberi nasehat jangan melakukan hal yang menyimpang menjadi cara RARR dalam meningkatkan perilaku sesuai norma yang dimiliki oleh TKA.

Masing – masing guru bimbingan konseling informan MNM, MR, dan TKA juga sepakat bahwa dalam hal ini ketiga informan memiliki moralitas yang baik.

Simpulan/ Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian, maka karakteristik individu yang resilien yang tergambar pada remaja berprestasi dengan latar belakang orang tua bercerai di SMA Negeri 1 Margahayu telah menunjukkan bahwa mereka telah memiliki tujuh karakteristik individu yang resilien. Diantaranya yakni mereka telah menggambarkan :

- a). Kemampuan *insight* yakni kemampuan dalam memahami dirinya sendiri, orang lain, maupun kemampuan mereka dalam beradaptasi dengan lingkungan yang baru namun dalam hal ini insight masih harus dikembangkan;
- b). Kemandirian ditunjukkan dengan kemampuan mereka dalam mengelola tugas – tugas yang dimilikinya;
- c). Hubungan yang dimiliki oleh informan terbangun sangat baik dengan lingkungan sosialnya, mereka memiliki keluarga yang mendukung, pertemanan yang sehat, dan role model yang dapat dijadikan panutan;
- d). Inisiatif ditunjukkan dengan kemampuan mereka dalam bersikap proaktif dalam

- menghadapi masalah di dalam kehidupannya;
- e). Kreativitas ditunjukkan dengan kemampuan untuk menciptakan alternatif pemecahan masalah serta kemampuan atau cara mereka dalam meringankan masalah yang dihadapinya;
 - f). Humor ditunjukkan dengan kemampuan informan dalam memandang masalah secara lebih ringan; dan
 - g) Moralitas ditunjukkan dengan perilaku ketiga informan yang didasarkan kepada nilai – nilai yang ada di masyarakat.

Namun mengacu pada hasil penelitian dalam hal ini aspek *insight* belum terbangun secara optimal pada diri ketiga informan. Maka dalam hal ini peneliti memberikan rekomendasi berupa rancangan pelatihan pengembangan diri dengan judul ***Pelatihan Pengembangan Diri : Meningkatkan Pemahaman Diri Pada Remaja (Personal Development Training Program)*** yang bertujuan untuk meningkatkan aspek *insight* terutama yang berkaitan dengan peningkatan pemahaman remaja akan dirinya sendiri. Pelatihan ini di dalamnya mengandung proses belajar guna mengubah *attitude* atau sikap, meningkatkan pengetahuan, dan membangun keterampilan.

Kegiatan pelatihan ini dirancang untuk dilaksanakan dalam 1 (satu) hari. Adapun metode yang digunakan yakni menggunakan metode *brainstroming*, metode ceramah, metode penugasan, metode sosio drama dan metode *world cafe*. Materi yang akan disampaikan yakni meliputi materi utama yakni terkait pengenalan diri - aku dan diriku dan pengenalan diri – aku dan lingkunganku. Di dalam materi utama tersebut selanjutnya diturunkan menjadi sub – sub materi, yang selanjutnya dijelaskan sebagai berikut

1. Materi Pengenalan Diri – Aku Dan Diriku
Didalamnya memuat materi mengenai membentuk kesadaran diri, bentuk – bentuk penghargaan diri, membangun kepercayaan diri, membangun dan mewujudkan impian

- dan cita-cita, serta membangun optimisme pada diri remaja.
2. Pengenalan Diri dan Lingkungan - Aku dan Lingkunganku
Didalamnya memuat materi mengenai bagaimana mengenali perasaan, bagaimana mengekspresikan dan mengkomunikasikan perasaan terhadap lingkungan sosial disekitar remaja, membangun kesadaran berempati, belajar mengenali dan menyadari pilihan-pilihan yang ada untuk menghasilkan pilihan terbaik.

Daftar Pustaka

Buku

- Baumgardner, Steve R & Marie K. Crothers. 2010. Positive Psychology. Pearson Prentice Hall.
- Desmita. 2006. *Psikologi Perkembangan*. Bandung : PT. Remaja Rosda Karya.
- Raharjo, ST (ed). (2016). Kerentanan dan Disabilitas, Kumpulan Tulisan. Bandung: Unpad Press.
- Raharjo, ST .(2015). Pekerjaan Sosial Generalis, Pengantar Bekerja Bersama Organisasi dan Komunitas. Bandung: Unpad Press.
- Reivich, Karen., Andrew Shatte. 2002. *7 Essential Skill For Overcoming Lifes Inevitable Obstacles*. Newyork : Random House, Inc.
- Wibhawa, B., Raharjo, ST., & Santoso, MB. 2010. Dasar Dasar Pekerjaan Sosial. Widya Padjadjaran: Bandung
- Wolin, Steven J., Sybil Wolin. 1953. The Resilient Self : How Suvivors of Troubled Families Rise Above Adversity. New York : Villard.

Jurnal Penelitian & PPM	ISSN: 2442-448X	Vol 5, No: 1	Hal: 1 - 110	April 2018
-------------------------	-----------------	--------------	--------------	------------

Jurnal

Ningrum, Putri Rosalia. 2013. *Perceraian Orang Tua dan Penyesuaian Diri Remaja*. eJournal Psikologi, Vol. 1 No. 1 Hal. 69-79.

Artikel

Sarbini, Wasil & Kusuma Wulandari. 2014. *Kondisi Psikologi Anak Dari Keluarga yang Bercerai (The Conditions of Child Psychology Toward Family Divorced)*. Artikel Ilmiah Hasil Penelitian Mahasiswa 2014. Diunduh melalui <http://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/58954/Wasil%20Sarbinini.pdf?sequence=1> Pada tanggal 20 Juni 2017.