



**“Pacaranku Sehat atau Toxic?”**

**(Cyber Dating Abuse (CDA) pada Pasangan Long Distance Relationship)**

Dyah Rachman Kuswartanti, Cahyaning Widyastuti, Vika Fatimatuzzahra Azzali

**Pengaruh *Employee Engagement* terhadap *Workforce Agility* pada Karyawan *Start-Up* di Indonesia**

Evi Sri Nurhastuti, Karima Astari, Ilham Medal Junjuran, Balqis Nurul Fazrin

**Hubungan Pola Asuh Permisif dengan Kontrol Diri pada Pelaku Cyberbullying**

Nabila Shafira, Yara Andita Anastasy

**Resiliensi Ibu yang Memiliki Anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD)**

Zahra Gias Tsamarah

**Pelatihan Pelayanan Kesulitan Belajar Siswa pada Guru CLC Tawau Malaysia**

Yusi Riksa Yustiana, Riksma Nurahmi Rinalti Ahlan, Farhan Zakariyya, Riky Rikmansyah

**Peran Psikoterapi Islami Menggunakan Shalawat Nariyah terhadap Regulasi Emosi pada Remaja**

Zuliyani Aqimul Hidayah, Rinova Cahyandari

**Studi Deskriptif *School Engagement* pada Siswa SMK “X” di Kota Bandung**

Studi Deskriptif *School Engagement* pada Siswa SMK “X” di Kota Bandung

**DEWAN REDAKSI**

---

**Editor in Chief**

Nida Muthi Annisa, S.Psi., M.A. (Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia)

**Managing Editor**

Cahyaning Widhyastuti, S.Psi., M.Si. (Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia)

**Section Editor**

- Dyah Rachman Kuswartanti, M.Psi., Psikolog. (Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia)
- Ilham Medal Junjuran, S.Psi., M.Si. (Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia)
- Rina Ruth Polla, M.Psi., Psikolog (Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia)
- Puspita Puji Rahayu, S.Psi., M.Si (Universitas Nasional Karangturi Semarang)
- Intan Puspitasari, S.Psi., M.A. (Universitas Ahmad Dahlan)
- Yara Andita Anastasya, S.Psi., M.Psi., Psikolog. (Universitas Malikussaleh)

**Reviewer**

- Evi Sri Nurhastuti, S.Psi., M.M., Psikolog. (Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia)
- Astri Firdasannah, M.Psi., Psikolog (Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia)
- Karima Astari, M.Psi. (Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia)
- Pradiptya Septyanti Putri, M.Psi., Psikolog. (Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia)
- Mutia Qana'a, S.Psi., M.Psi. (Universitas Telkom)
- Rias Pratiwi Safitri, M.Psi., Psikolog. (STIKES Yarsi Mataram)
- Nia Anggri Noveni, S.Psi., M.A. (Universitas Muhammadiyah Purwokerto)
- Farhan Zakariyya, S.Psi., M.Psi, Psikolog. (Universitas Pendidikan Indonesia)
- Prinska Damara Sastri, S.Psi., M.Psi., Psikolog. (Universitas Indonesia Membangun)
- Kartika Nuradina, S.Psi., M.Psi. (Universitas Indonesia Membangun)

---

**DAFTAR ISI**

---

“Pacaranku Sehat atau Toxic?” (Cyber Dating Abuse (CDA) pada Pasangan Long Distance Relationship) <b>Dyah Rachman Kuswartanti, Cahyaning Widyastuti, Vika Fatimatuzzahra Azzali</b>	1-11
Pengaruh <i>Employee Engagement</i> terhadap <i>Workforce Agility</i> pada Karyawan <i>Start-Up</i> di Indonesia <b>Evi Sri Nurhastuti, Karima Astari, Ilham Medal Junjuran, Balqis Nurul Fazrin</b>	12-18
Hubungan Pola Asuh Permisif dengan Kontrol Diri pada Pelaku <i>Cyberbullying</i> <b>Nabila Shafira, Yara Andita Anastasya</b>	19-29
Resiliensi Ibu yang Memiliki Anak dengan <i>Autism Spectrum Disorder</i> (ASD) <b>Zahra Gias Tsamarah</b>	30-42
Pelatihan Pelayanan Kesulitan Belajar Siswa pada Guru CLC Tawau Malaysia <b>Yusi Riksa Yustiana, Riksma Nurahmi Rinalti Ahlan, Farhan Zakariyya, Riky Rikmansyah</b>	43-50
Peran Psikoterapi Islami Menggunakan Shalawat Nariyah terhadap Regulasi Emosi pada Remaja <b>Zuliyani Aqimul Hidayah, Rinova Cahyandari</b>	51-61
Studi Deskriptif <i>School Engagement</i> pada Siswa SMK “X” di Kota Bandung <b>Studi Deskriptif School Engagement pada Siswa SMK “X” di Kota Bandung</b>	62-70

**“Pacaranku Sehat atau Toxic?”**  
**(Cyber Dating Abuse (CDA) pada Pasangan Long Distance Relationship)**

**Dyah Rachman Kuswartanti, Cahyaning Widyastuti, Vika Fatimatuazzahra Azzali**  
Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia  
Email: dyahrachman@unibi.ac.id; cahyaningwidyastuti@unibi.ac.id

---

Diterima:  
21 Mei 2024

Diterima Setelah Revisi:  
29 Mei 2024

Dipublikasikan:  
20 Juni 2024

---

**Abstrak**

Pasangan *Long Distance Relationship* (LDR) membutuhkan tantangan tersendiri terutama dalam komunikasi. Kemajuan teknologi dapat mempermudah komunikasi jarak jauh, dengan menggunakan aplikasi yang tersedia seperti *WhatsApp*, *Instagram* (IG), *Telegram* dan lain sebagainya. Walaupun demikian, hal ini masih belum cukup. Banyak pasangan LDR yang berkonflik akibat dari permasalahan komunikasi dan ketidakpercayaan pada pasangan, hal ini memunculkan perilaku *Cyber Dating Abuse* (CDA). Tujuan penelitian ini adalah mengetahui bagaimana CDA pada pasangan LDR. Peneliti menggunakan metode pendekatan kuantitatif kepada 158 responden yang menjalani hubungan jarak jauh dengan menggunakan alat ukur *Cyber Dating Abuse Questionnaire* (CDA-Q) dengan nilai reliabilitas CDA-Q adalah 0.982. Penelitian ini menghasilkan pasangan LDR yang memiliki CDA dalam kategori sangat rendah artinya intensitas perilaku agresi pada pasangan LDR sangat rendah, responden berusaha untuk mengontrol secara emosional dan psikologikalnya ketika mengalami konflik berpacaran walaupun dengan berkomunikasi secara *online* pada pasangan.

**Kata Kunci:** *Cyber Dating Abuse, Long Distance Relationship, Relationship.*

**Abstract**

*Long Distance Relationship* (LDR) couples require their own challenges, especially in communication. Technological advances can make long distance communication easier, using available applications such as *WhatsApp*, *Instagram* (IG), *Telegram* and so on. However, this is still not enough. Many LDR couples have conflicts due to communication problems and distrust of their partner, this gives rise to *Cyber Dating Abuse* (CDA) behavior. The aim of this research is to find out how CDA is in LDR couples. Researchers used a quantitative approach method with 158 respondents who were in long-distance relationships using the *Cyber Dating Abuse Questionnaire* (CDA-Q) measuring tool with reliability value is 0.982. This research produces LDR couples who have CDA in the very low category, meaning that the intensity of aggressive behavior in LDR couples is very low, respondents try to control themselves emotionally and psychologically when experiencing dating conflicts, even by communicating online with their partners.

**Keywords:** *Cyber Dating Abuse, Long Distance Relationship, Relationship.*

## 1 PENDAHULUAN

Pacaran sebagai langkah awal dalam penjangjangan hubungan menuju pernikahan untuk dapat saling mengenal karakter setiap pasangannya. Dalam pacaran, individu juga akan belajar berkomunikasi, membangun kedekatan emosi, kedekatan fisik, dan proses pendewasaan secara kepribadian (Gambit, Ardhanita, & Andayani, 2005). Selain itu, umumnya pasangan akan saling

mengalokasikan waktu dan tenaga melalui kegiatan bersama untuk dapat membangun hubungan romantis yang intim dengan tujuan mengenal satu sama lain, mendapatkan rasa keamanan, saling memiliki dan memunculkan perasaan berharga tanpa atau dengan membangun komitmen melalui pertunangan ataupun pernikahan (Johnson dalam Rusyidi & Hidayat, 2020).

Pasangan yang menjalani masa pacaran, biasanya memiliki tujuan untuk lebih merasa dekat dengan pasangannya, namun tidak semua pasangan berpacaran dapat berdekatan secara fisik (Dharmawijayati, 2015). Terdapat dua tipe hubungan berpacaran yang dijelaskan oleh Hampton (dalam Zakiyah & Nuraeni, 2020), yaitu hubungan berpacaran jarak dekat (*Proximal Relationship*) dan hubungan berpacaran jarak jauh atau *Long Distance Relationship* (LDR). Alasan individu LDR, karena faktor pendidikan, pekerjaan atau karir, dan domisili geografis yang berbeda (Lokasari *et al.*, 2019; Santoso, 2020). LDR berkembang makin pesat dengan mengikuti perkembangan zaman globalisasi dan teknologi membuat pasangan muda bersedia melakukan LDR karena dianggap semakin mudah dalam berkomunikasi menggunakan berbagai macam alat digital atau aplikasi digital, seperti pesan teks, email, ponsel, pesan melalui jejaring sosial yang berbeda, dan webcam, untuk menjaga hubungan berpacaran mereka (Burke *et al.*, 2011; Santoso, 2020).

Ruang digital menjadi sangat fleksibel dan menarik untuk menjalin hubungan interpersonal baru, termasuk hubungan pacaran (Caridade, Braga, & Borrajo, 2019). Kehadiran teknologi smartphone dapat memperpendek jarak manusia untuk berkomunikasi dengan pasangan LDR (Lokasari *et al.*, 2019). Penggunaan alat digital dapat berdampak positif pada proses sosialisasi, meningkatkan kemampuan untuk melakukan pengendalian diri, hingga toleran, menghormati orang lain, dan mengungkapkan perasaan secara memadai, namun terdapat juga dampak negatif yang telah ditemukan (Pujazon-Zazik & Park, 2010). Di sisi lain, teknologi berkembang semakin canggih juga rentan terhadap gangguan interpersonal, terutama bila pada pasangan LDR akan memunculkan konflik, dan memicu stress (Burke *et al.*, 2011; Purba & Siregar 2006) sehingga dapat mendorong berbagai jenis viktimisasi, yaitu cyberstalking, cyberbullying, dan *Cyber Dating Abuse* (CDA). Menurut Borrajo *et al.* (2015) dalam dinamika sosialisasi menjelaskan lebih dari 50% kasus CDA yang dilaporkan dilakukan melalui layanan pesan atau aplikasi pesan seperti Whatsapp, 40% melalui jejaring sosial seperti Facebook, dan 7% melalui email.

CDA didefinisikan sebagai suatu bentuk kontrol terhadap pasangan dan pelecehan yang dilakukan oleh pasangan pacaran melalui penggunaan teknologi dan media (Zweig *et al.*, 2014). CDA dapat terjadi khususnya antara pasangan pacaran dan pasangan seksual atau mantan pasangan yang menyiratkan hubungan keintiman serta kepercayaan yang berbeda dibandingkan hubungan seperti teman sebaya, teman sekelas, atau teman (Flach & Deslandes, 2017). Dengan hubungan ini, mereka memiliki kemampuan untuk mudah berbagi informasi pribadi dan masalah seksual yang intim mengenai pasangannya, meningkatkan pengalaman yang berbeda bagi orang yang menjalaninya (Zweig *et al.*, 2014).

CDA dapat melibatkan berbagai perilaku kasar melalui interaksi digital, seperti: setiap hari kontrol dan pengawasan terhadap pasangan atau mantan pasangan melalui facebook, twitter, atau jejaring sosial lainnya; mengirim atau memposting komentar yang menyinggung atau mempermalukan pasangan; mengirim email atau pesan yang berisi berbagai ancaman; memposting foto atau bahkan mengirimkan video melalui jejaring sosial dengan tujuan mempermalukan pasangan atau merugikannya; menggunakan kata sandi pasangan tanpa izinnnya dengan tujuan memata-matai dia (Bennett *et al.*, 2011; Burke *et al.*, 2011)

Hinduja & Patchin, 2011; Lucero, Weisy, Smith-Darden, & Lucero, 2014; Zweig *et al.*, 2013). CDA juga dapat berupa pengendalian atau pemantauan psikologis dunia maya, seperti kebutuhan untuk mengetahui setiap saat tentang keberadaan pasangannya; pelecehan dunia maya misalnya, panggilan berulang-ulang dan berbahaya; dan agresi psikologis serta verbal dunia maya misalnya, penghinaan, ancaman, dan penghinaan (Caridade, Braga, & Borrajo, 2019).

Catatan Tahunan (CATAHU) Komnas Perempuan pada tahun 2020 mencatat terdapat 91 kasus aduan mengenai kekerasan yang terjadi dalam hubungan pacaran dengan melibatkan teknologi

ditigital. Data tersebut cukup konsisten dengan tahun sebelumnya, dimana terdapat sebanyak 97 kasus aduan mengenai kekerasan dalam berpacaran berbasis teknologi. Dalam CATAHU terdapat catatan mengenai pola kekerasan yang terjadi secara online, yaitu *Video Call Sex*, meminta foto seksi, kemudian mulai muncul ancaman untuk penyebaran video atau foto tersebut di sosial media, sehingga korban sulit menolak paksaan dari pelaku (Prabowo *et al.*, 2021). Riset yang dilakukan oleh Plan International menjelaskan hampir 50% perempuan yang berpartisipasi dalam penelitian ini mengakui bahwa mereka pernah mengalami pelecehan. Dalam penelitian ini juga melibatkan 500 remaja putri dan anak-anak dari Indonesia, mayoritas responden mengakui tidak mengetahui pelaku Kekerasan Gender Berbasis *Online* (KGBO) yang mereka alami (Rachmaria & Susanto, 2024). Namun demikian, tidak menutup kemungkinan bahwa pelaku adalah orang yang dikenalnya seperti kenalan dari tempat kerja atau sekolah, pasangan atau mantan pacar (Komnas Perempuan dalam Rachmaria & Susanto, 2024).

Konten CDA yang diposting di internet akan menyulitkan dalam mengidentifikasi penulis, meminta pertanggungjawaban pelaku, atau mencegah berkembangnya materi pelecehan di media digital lain yang mungkin dapat diakses di seluruh dunia, bahkan berbulan-bulan atau bertahun-tahun kemudian (Flach & Deslandes, 2017). Dalam penggunaan internet biasanya digunakan untuk membangun identitas ke dalam rutinitas sehari-hari, dimana mereka menggunakannya untuk mengekspresikan dan mengekspos diri sendiri secara online (Bonomi *et al.*, 2012). Namun, teknologi dapat berlebihan mempengaruhi individu dalam membentuk citra mereka dan kurang mempertimbangkan atau proteksi diri untuk memposting konten keintiman, dengan resiko dapat dikirim secara berulang-ulang oleh orang lain tanpa ijin dari yang bersangkutan (Barros *et al.*, dalam Flach & Deslandes, 2017).

## 2 KAJIAN PUSTAKA

### 2.1 Pengertian *Cyber Dating Abuse*

Secara tradisional, definisi *Cyber Dating Abuse* (CDA) mencakup kekerasan fisik, psikologis, atau seksual yang terjadi antara dua orang dalam hubungan romantis (Iconis, 2013; Stader, 2011). CDA merupakan bentuk kekerasan dalam berpacaran yang terfokus pada pelecehan secara psikologis dan emosional melalui teknologi. Selain itu, CDA juga dipahami sebagai kontrol, pelecehan, penguntitan, dan kekerasan terhadap pasangan kencan melalui teknologi dan media sosial (Zweig *et al.*, 2014). Bahkan dapat dianggap lebih berbahaya, dikarenakan aksesibilitas penggunaan teknologi yang jauh lebih mudah daripada sebelumnya (Borrajo, 2015). Salah satu perilaku *cyber dating abuse* (CDA), adalah perilaku mengatur atau mengontrol, memata-matai, menyakiti ataupun merugikan pasangan yang dilakukan secara *online* melalui jejaring sosial media (Borrajo *et al.*, 2015). Tujuan dari *Cyber Dating Abuse* sering kali adalah untuk memanipulasi pasangan yang menjadi korban, misalnya dengan membatasi komunikasi korban atau sumber daya dari luar, sehingga memaksa mereka untuk bergantung pada pelaku untuk memenuhi kebutuhannya (Eshelman & Levendosky, 2012).

### 2.2 Pengertian *Cyber Dating Abuse*

Bagian ini mencakup kajian pustaka seperti teori, konsep, dan/atau model yang relevan sebagai acuan untuk menjawab pertanyaan penelitian atau untuk menjawab tujuan penelitian. Kajian pustaka hendaknya memanfaatkan sumber referensi terbaru, terutama berupa jurnal ilmiah, disertasi, tesis, buku teks, dan bahan lain yang relevan.

### 2.3 Dimensi *Cyber Dating Abuse*

Menurut Borrajo *et al.* (2015), perilaku *Cyber Dating Abuse* memiliki 2 dimensi yaitu:

a. *Direct Aggression*

Perilaku *direct aggression* ini termasuk perilaku kekerasan yang ditunjukkan melalui perilaku yang bertujuan untuk menyakiti pasangan, seperti mengirim foto atau video yang memalukan tanpa persetujuan, menghina pasangan di platform sosial media, ataupun mengirim pesan yang berisi ancaman kepada pasangan dan mengejek pasangan melalui jejaring sosial ataupun pesan instan (Borrajó *et al.*, 2015; Rocha-Silva *et al.* dalam Li *et al.*, 2023).

b. *Controlling*

Perilaku *controlling* merupakan perilaku yang dimunculkan dengan tujuan untuk mengontrol atau pengawasan terhadap pasangan secara berlebihan dan pelanggaran privasi. Hal ini ditunjukkan dengan perilaku seperti memata-matai kegiatan pasangan menggunakan sosial media, menelepon atau mengirimkan secara terus menerus, menggunakan dan membuka sosial media pasangan secara terus menerus tanpa sepengetahuan pasangan, menggunakan teknologi informasi dan komunikasi lainnya untuk mengendalikan pasangan setiap saat. Selain itu, memeriksa informasi atau kontak pasangan, mengetahui kata sandi media sosial pasangan (Borrajó *et al.*, 2015; Rocha-Silva *et al.* dalam Li *et al.*, 2023).

## 2.4 Dampak Cyber Dating Abuse

Pada era paparan *online* yang semakin maju, *Cyber Dating Abuse* (CDA) menjadikan kerusakan pada citra publik bagi individu yang merupakan modal penting dalam menjalin hubungan sosial di media *online* (Keen, dalam Flach & Deslandes, 2017; Hinduja & Patchin, 2011). Konsekuensi dari CDA bagi generasi muda mungkin lebih buruk dibandingkan kekerasan berpacaran secara langsung, misalnya, anak perempuan melaporkan bahwa CDA dapat menjadi lebih serius karenanya memberikan lebih banyak peluang untuk penyalahgunaan dan lebih sulit untuk dihindari (Stonard *et al.*, 2017). Korban CDA cenderung tidak dapat menilai kerugian yang disebabkan oleh CDA (Heirman & Walrave, 2008) dan berisiko mengalami maladaptasi karena mereka cenderung membuat interpretasi negatif tentang diri mereka sendiri. Perilaku CDA dapat memberikan dampak negatif pada individu, beberapa diantaranya yaitu dapat menurunkan kepercayaan diri seseorang (*self esteem*), depresi, gangguan kecemasan atau stres pasca-trauma dan isolasi diri (Teten, 2009; Hanson, 2002). Tidak hanya itu, bahkan perilaku CDA dapat memicu timbulnya tindakan *suicidal* (Rill *et al.*, 2009). Kemungkinan besar CDA juga dapat dikaitkan dengan jenis gangguan lainnya (Hancock *et al.*, 2017).

## 3 METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian studi deskriptif untuk melihat *Cyber Dating Abuse* pada pasangan LDR. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 158 responden yang sedang menjalani hubungan pacaran jarak jauh dengan usia 18-25 tahun.

### 3.1 Skala

Terdapat skala dalam penelitian ini, yaitu: alat ukur *Cyber Dating Abuse Questionnaire* (Borrajó, Guadix & Calvete, 2015) yang telah di adaptasi bahasa ke bahasa Indonesia oleh Winata & Sanjaya (2019) dengan dimensi : (a) *Direct Aggression* dan (b) *Controlling* yang berjumlah 20 aitem pernyataan yang terdiri dari aitem favorabel dan unfavorabel dan terdapat 7 aitem gugur atau tidak valid (lihat tabel 2). Rentang validitasi aitem dari 0.796-0.943 (tabel 4) dan uji reliabilitas menghasilkan nilai alfa sebesar 0.982 (lihat Tabel 3).

Tabel 1. Demografi Sampel Penelitian

Kriteria		N	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	43	27.2 %
	Perempuan	115	72.8 %
	<b>Total</b>	<b>158</b>	<b>100%</b>
Usia	18 tahun	16	10.1 %
	19 tahun	41	25.9 %
	20 tahun	21	13.3 %
	21 tahun	28	17.7 %
	22 tahun	23	14.6 %
	23 tahun	19	12.0 %
	24 tahun	5	3.2 %
	25 tahun	5	3.2 %
	<b>Total</b>	<b>158</b>	<b>100 %</b>

Tabel 2. Kisi-kisi Skala *Cyber Dating Abuse Questionnaire*

No	Dimensi	Aitem	$\Sigma$
1.	<i>Direct Aggression</i>	1*,2*,3,4,5*,6,7,8*,9,10*,11*,20*	12
2.	<i>Controlling</i>	12,13,14,15,16,17,18,19	8
<b>TOTAL</b>			<b>20</b>

Ket: \*aitem yang gugur.

Skala *Cyber Dating Abuse Questionnaire (CDA-Q)* menggunakan tipe skala likert dengan terdapat tujuh pilihan jawaban, yakni Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Skor aitem dari 5 untuk jawaban Sangat Setuju (SS) hingga 1 untuk jawaban Sangat Tidak Setuju (STS). Semua aitem dalam CDA-Q merupakan aitem *favorabel*.

Tabel 3. Uji Reliabilitas Skala *Cyber Dating Abuse Questionnaire Reliability Statistics*

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>Cronbach's Alpha Based on Standardized Items</i>	<i>N of Items</i>
0.982	0.982	13

Tabel 4. Uji Validitasi Skala *Cyber Dating Abuse Questionnaire*

Nomer Item	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>
<b>CDA 3</b>	0.912
<b>CDA 4</b>	0.925
<b>CDA 6</b>	0.910
<b>CDA 7</b>	0.943
<b>CDA 9</b>	0.877
<b>CDA 12</b>	0.836
<b>CDA 13</b>	0.796
<b>CDA 14</b>	0.914
<b>CDA 15</b>	0.892
<b>CDA 16</b>	0.927
<b>CDA 17</b>	0.820
<b>CDA 18</b>	0.878
<b>CDA 19</b>	0.917

#### 4 HASIL DAN PEMBAHASAN

Teknologi digital mungkin memiliki relevansi khusus bagi individu dalam membantu psikososialnya, karena teknologi digital dapat memberikan peluang untuk mengurangi stres dalam interaksi sosial dalam konteks kencan siber (Toma, 2022). Disamping manfaat yang relasional dari komunikasi digital, dengan perkembangan teknologi juga membuka jalan baru dengan mudah seseorang atau pasangan untuk dapat mengontrol, melakukan pelecehan terhadap pasangan atau *Cyber Dating Abuse* (CDA) (Li *et al.*, 2023). Hasil dari penelitian ini didapatkan bahwa CDA kepada pasangan LDR (tabel 5) yang terbanyak termasuk pada kategori tingkat sangat rendah sebanyak 77 responden atau 48.7%. Artinya intensitas agresi responden jarang sekali atau bahkan tidak pernah muncul dimana responden akan cenderung mengontrol secara emosional dan psikologikalnya ketika mengalami konflik dalam berpacaran walaupun dengan berkomunikasi secara *online* pada pasangan. Namun, terdapat sebanyak 34 responden atau 21.5% memiliki CDA yang sangat tinggi dimana responden cenderung akan mengontrol dan mengawasi pasangannya melalui teknologi ataupun media sosial yang dimiliki pasangan bahkan berani melakukan pelecehan baik secara emosional dan psikologikal.

Tabel 5. Kategorisasi *Cyber Dating Abuse*

Kategori	N	%
Sangat Tinggi		
Tinggi	34	21.5%
Sedang	20	12.7%
Rendah	6	3.8%
Sangat Rendah	21	13.3%
Total	77	48.7%

Hasil penelitian ini (tabel 5) masih terdapat kategori CDA sangat tinggi (sebesar 21.5%) dan tinggi (sebesar 12.7%), hal ini dapat terjadi karena banyak faktor yang mempengaruhinya. Beberapa penelitian menjelaskan faktor keluarga dapat terkait dengan CDA seperti keterlibatan orang tua (Peskin *et al.*, 2017; Smith-Darden *et al.*, 2017), komunikasi orang tua dan kedekatan orang tua dengan anak (Peskin *et al.*, 2017) dan kohesi keluarga yang tinggi (Rivas & Gimeno, 2017). Selain itu, ada faktor lain yang lebih dekat dengan perilaku CDA misalnya karena adanya pengakuan terhadap kecemburuan atas dasar romantisme, mitos mengenai kepercayaan pada cinta, keyakinan seksis, dukungan terhadap stereotip gender, narsisme, keangkuhan, intimidasi dan *cyberbullying* (Caridade *et al.*, 2019). Caridade & Braga (2020) menjelaskan bahwa pengalaman buruk pada masa anak-anak, kesehatan fisik maupun psikis seperti keluhan masalah kesehatan fisik, permusuhan dan depresi juga memiliki korelasi yang tinggi dalam perilaku CDA, diikuti oleh perilaku lainnya seperti penggunaan alkohol, narkoba, pengalaman seksual dan tindakan kekerasan lainnya.

Draucker dan Martsof (2010) menjelaskan pada sampel dewasa muda berusia 18–21 tahun, mereka memanfaatkan teknologi untuk memantau, mengendalikan baik secara verbal atau melecehkan pasangan secara emosional. Hal yang paling umum dilakukan oleh responden adalah menggunakan ponsel dan pesan teks untuk memantau aktivitas pasangannya, termasuk perilaku membaca pesan pasangannya tanpa sepengetahuannya, meninggalkan pesan suara dan teks yang mengancam pasangan, mengancam akan menyakiti pasangan jika tidak menanggapi pesan, dan memposting dengan konten menghina atau mengancam mengenai pasangan secara publik *online* (Draucker & Martsof, 2010). Foto pasangan yang tidak pantas yang diposting tanpa izin, penyebaran informasi yang membahayakan tentang pasangan, dan perilaku kontrol yang berlebihan di media sosial juga merupakan bentuk CDA (Soto & Ibabe, 2022). Menurut Temple *et al.* (2016) menjelaskan bahwa perilaku CDA yang dilakukan saat ini akan ditunjukkan pula di tahun berikutnya atau 1 tahun kemudian.

Bila dilihat dari hubungan antara usia dan CDA, beberapa studi menghasilkan hasil yang berbeda. Smith *et al.* (2018) menyimpulkan bahwa usia tidak dapat dikaitkan dengan viktimisasi siber, tindakan siber, atau CDA. Akan tetapi, Sánchez *et al.* (2015) menemukan hubungan positif antara usia dan viktimisasi CDA yang disesuaikan dengan tipologi pelecehan yang berbeda-beda. Sánchez *et al.* (2015) menjelaskan bahwa prevalensi tindakan CDA akan cenderung meningkat seiring bertambahnya usia. Marganski dan Fauth (2013) menemukan bahwa individu yang lebih muda lebih mungkin menjadi korban CDA.

Tabel 6. Korelasi berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Korelasi (Spearman)	Signifikansi
Laki-laki	0,629	0.000 ( $p < 0,05$ )
Perempuan	0,514	0.000 ( $p < 0,05$ )

Berdasarkan Tabel 6, dapat dilihat bahwa mendapatkan hasil korelasi berdasarkan jenis kelamin responden. Pada jenis kelamin laki-laki mendapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ), dengan nilai korelasi sebesar 0,629. Sedangkan pada jenis kelamin perempuan mendapat nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ), dengan nilai korelasi sebesar 0,514. Dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin laki-laki memiliki hubungan yang lebih kuat dibandingkan dengan jenis kelamin perempuan. Zweig *et al.* (2013) menemukan bahwa perempuan lebih sering menjadi korban pelecehan seksual di dunia maya dibandingkan laki-laki, namun mereka lebih jarang menjadi korban pelecehan seksual non-seksual penyalahgunaan dunia maya. Dalam penelitian Deans dan Bhogal (2017), gender secara signifikan dikaitkan dengan CDA, dengan perempuan melaporkan lebih sedikit tindakan CDA dibandingkan laki-laki, namun bertentangan dengan penelitian lain sebelumnya (Bennett *et al.*, 2011; Burke *et al.*, 2011) yang menjelaskan perempuan lebih mungkin melakukan pengendalian perilaku *online* dibandingkan laki-laki. Laki-laki dan perempuan yang melakukan CDA memiliki bentuk perilaku CDA yang berbeda, laki-laki cenderung lebih banyak melakukan tindakan agresi langsung (Perry & Pauletti 2011; Taylor & Xia, 2018) sedangkan perempuan lebih banyak melakukan tindakan agresi tidak langsung tindakan (Hyde, 2005), seperti memantau perilaku (Taylor & Xia, 2018). Menurut Linares *et al.* (2021) mengenai perilaku agresi langsung, perempuan lebih cenderung mengancam untuk menyebarkan rahasia atau informasi yang memalukan melalui *online*, sedangkan laki-laki lebih cenderung memposting musik atau frasa di jejaring sosial yang ditujukan untuk menghina atau mempermalukan pasangannya. Mengenai kontrol perilaku, laki-laki merasa lebih terkontrol dibandingkan perempuan. Laki-laki dalam hal teman dan pembaruan status, mereka juga lebih banyak tekanan untuk segera menjawab panggilan atau pesan. Laki-laki dan perempuan berbeda secara spesifik dalam hal sejauh mana mereka merasa dikendalikan oleh pasangannya.

Hubungan berpacaran yang seperti ini tidaklah sehat, karena memiliki banyak dampak negatifnya dan dapat menjadi racun bagi pasangannya. Menurut Vedasari (2020), ketika sebuah hubungan tidak saling menghubungkan dikarenakan salah satu pihak atau pasangan lebih dominan daripada pihak atau pasangan lain dan pasangan merasa tertekan serta tidak nyaman biasanya disebut dengan hubungan yang tidak sehat atau *toxic relationship*. Hubungan seperti ini cenderung mengembangkan komunikasi satu arah, salah satu pasangan bersikap posesif yang berlebihan bahkan secara detail ingin tahu segala aktivitas pasangannya dan pasangan tidak diberi kesempatan untuk berkembang menjadi lebih baik. Ketika hubungan berpacaran sudah terindikasi beracun berarti bahwa hubungan tersebut tidaklah sehat untuk dijalani, seperti adanya ketidaknyamanan di salah satu pasangan, egoisme, dan dominasi dari salah satu pasangan (Wulandari *et al.*, 2021). *Toxic relationship* seperti parasit dalam tubuh yang lama kelamaan membuat seseorang menjadi sakit baik secara fisik maupun mental (Daeli & Santosa, 2024). Selain itu, hubungan yang tidak sehat ini memiliki efek yang beragam terhadap pasangan baik secara emosional, biologis, perilaku, kognitif dan interpersonal (Forth *et al.*, 2022). Hal inipun sama seperti perilaku CDA. Konsekuensi perilaku

CDA pada pasangan mungkin lebih buruk dibandingkan kekerasan berpacaran secara langsung, misalnya karena di dalam CDA memberikan lebih banyak peluang untuk penyalahgunaan dan lebih sulit untuk dihindari (Stonard *et al.*, 2017). Seseorang yang mengalami CDA berhubungan dengan dampak kesehatan fisik dan mental yang merugikan seperti sakit kepala, gangguan tidur kronis dan tindakan menyakiti diri sendiri (Sheridan & Lyndon, 2012); harga diri yang lebih rendah (Smith *et al.*, 2018); gejala kecemasan dan depresi (Borrajó & Gamez-Guadix, 2015; Zweig *et al.*, 2014); gangguan stres pasca trauma; dan bahkan ide atau upaya bunuh diri (Li *et al.*, 2023).

Ketika hubungan berpacaran LDR mereka sehat, maka lebih banyak hal positif yang terjadi, dimana perilaku CDA juga dapat mereka kontrol atau kendalikan dengan baik, pasangan LDR akan mempertimbangkan resiko perilaku yang dilakukannya di masa depan. Ketika hal ini terbentuk, maka pasangan LDR akan merasakan kebahagiaan dimana mereka akan mampu berbagi kebahagiaan pada saat-saat indah mampu meningkatkan pengalaman positif, dan memiliki dukungan emosional dan praktis membuat saat-saat terburuk lebih tertahankan (Mindiono, 2022). Keyakinan untuk menjaga dirinya sendiri dan orang lain menjadi hal yang penting, pacaran sehat juga dapat berarti tidak menyakiti fisik mau pun psikis (Bayu, 2021). Pacaran sehat ditandai dengan kemampuan berkomunikasi secara efektif antara kedua belah pihak, pasangan dapat menjadi penyemangat, berkasih sayang sesuai dengan etika, mampu mengelola konflik, saling mendukung, menghargai dan mengikutsertakan orang lain, serta percaya diri dalam melawan berbagai tekanan ataupun konflik yang terjadi (Roffey, 2017). Selain itu, hubungan pacaran sehat juga dapat mendukung kemampuan pribadi antar pasangan dalam membangun hubungan positif di segala area seperti dalam menjalin pertemanan di sekolah dan di lingkungan sosial, dapat produktif dan dinamis di lingkungan kerja, dan menjaga hubungan dengan pasangan di masa yang akan datang (Jermias *et al.*, 2022).

## 5 SIMPULAN

Hasil dari penelitian ini ditemukan bahwa responden pasangan LDR memiliki CDA dalam kategori tingkat sangat rendah sebanyak 77 responden atau 48.7% yang berarti intensitas agresi responden jarang sekali atau bahkan tidak pernah muncul dimana responden akan cenderung mengontrol secara emosional dan psikologis ketika mengalami konflik dalam berpacaran walaupun dengan berkomunikasi secara *online* pada pasangan. Mereka berusaha menjaga hubungan LDRnya tetap stabil walaupun terpisah oleh jarak. Tidak dapat dipungkiri konflik dalam hubungan LDR tetap muncul, hanya saja mereka berusaha untuk tetap mengendalikan emosi, pikiran, perilaku dan psikisnya. Pada penelitian ini kebanyakan yang mengisi kuesioner berjenis kelamin perempuan, hal ini memungkinkan CDA kebanyakan termasuk pada tingkat sangat rendah, yang artinya pasangan LDR dapat memanfaatkan teknologi yang canggih untuk berkomunikasi dengan pasangannya dan meminimalisir konflik yang muncul akibat komunikasi via *online*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ardhianita, I., & Andayani, B. (2005). Kepuasan pernikahan ditinjau dari berpacaran dan tidak berpacaran. *Jurnal psikologi*, 32(2), 101-111.
- Bayu, A. (2021). INTERNALISASI PENDIDIKAN AKHLAK TERPUJI DALAM MEMBENTUK KEPERIBADIAN SANTRI DI PONDOK PESANTREN SURYA AGUNG PERDAGANGAN II KEC. BANDAR KAB. SIMALUNGUN. *Kumpulan Karya Ilmiah Mahasiswa Fakultas Agama Islam dan Humaniora*, 1(01), 18-18.
- Bennett, D. C., Guran, E. L., Ramos, M., & Margolin, G. (2011). College students' electronic victimization in friendships and dating relationships: Anticipated distress and associations with risky behaviors. *Violence and Victims*, 26(4), 410-429.
- Bonomi, A. E., Anderson, M. L., Nemeth, J., Bartle-Haring, S., Buettner, C., & Schipper, D. (2012). Dating violence victimization across the teen years: Abuse frequency, number of abusive partners, and age at first occurrence. *BMC public health*, 12, 1-10.

- Borrajo, E., Gámez-Guadix, M., & Calvete, E. (2015). Cyber dating abuse: Prevalence, context, and relationship with offline dating aggression. *Psychological reports, 116*(2), 565-585.
- Burke, S. C., Wallen, M., Vail-Smith, K., & Knox, D. (2011). Using technology to control intimate partners: An exploratory study of college undergraduates. *Computers in Human Behavior, 27*, 1162-1167.
- Caridade, S. M. M., & Braga, T. (2020). Youth cyber dating abuse: A meta-analysis of risk and protective factors. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace, 14*(3).
- Caridade, S., Braga, T., & Borrajo, E. (2019). Cyber dating abuse (CDA): Evidence from a systematic review. *Aggression and Violent Behavior, 48*, 152-168.
- Daeli, J. S., & Santosa, M. (2024). Studi Literatur: Toxic Relationship Perilaku Berpacaran Pada Mahasiswa. *Innovative: Journal Of Social Science Research, 4*(2), 5692-5701.
- Deans, H., & Bhogal, M. S. (2017). Perpetrating cyber dating abuse: A brief report on the role of aggression, romantic jealousy and gender. *Current Psychology, 38*(5), 1077-1082. <https://doi.org/10.1007/s12144-017-9715-4>
- Dharmawijayati, R. D. (2015). Komitmen dalam berpacaran jarak jauh pada wanita dewasa awal. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi, 3*(3).
- Draucker, C. B., & Martsof, D. S. (2010). The role of electronic communication technology in adolescent dating violence. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing, 23*(3), 133-142.
- Eshelman, L., & Levendosky, A. A. (2012). Dating violence: Mental health consequences based on type of abuse. *Violence and Victims, 27*, 215-228.
- Flach, R. M. D., & Deslandes, S. F. (2017). Cyber dating abuse in affective and sexual relationships: a literature review. *Cad. Saúde Pública, 33*(7), e00138516.
- Forth, A., Sezlik, S., Lee, S., Ritchie, M., Logan, J., & Ellingwood, H. (2022). Toxic relationships: The experiences and effects of psychopathy in romantic relationships. *International journal of offender therapy and comparative criminology, 66*(15), 1627-1658.
- Hancock, K., Keast, H., & Ellis, W. (2017). The impact of cyber dating abuse on self-esteem: The mediating role of emotional distress. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace, 11*(2).
- Hanson, R. F. (2002). Adolescent dating violence: Prevalence and psychological outcomes. *Child Abuse & Neglect, 26*, 447-451.
- Heirman, W., & Walrave, M. (2008). Assessing concerns and issues about the mediation of technology in cyberbullying. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace, 2*, 1-12.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2011). Electronic dating violence: A brief for educators and parents. *Cyberbullying Research Center*.
- Hyde, J. S. (2005). The gender similarities hypothesis. *American Psychologist, 60*(6), 581-592.
- Iconis, R. (2013). Dating violence among college students. *Contemporary Issues in Education Research, 6*, 111-114.
- Jermias, E. O., Rahman, A., & Awal, M. N. (2022). Edukasi Pacaran Sehat Terhadap Remaja di Kawasan Jalan Cenderawasih Kota Makassar. *Joong-Ki: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 1*(3), 393-399.
- Kudus, D. M. M., Keraf, M. A., Panis, M. P., & Junias, M. S. (2023). Relationship Between Self Control and Cyber Dating Violence In Couples Who Have Long Distance Relationships. *Journal of Health and Behavioral Science, 5*(1), 46-55.
- Li, J., Ran, G., Zhang, Q., & He, X. (2023). The prevalence of cyber dating abuse among adolescents and emerging adults: A meta-analysis. *Computers in Human Behavior, 144*, 107726.
- Linares, R., Aranda, M., García-Domingo, M., Amezcua, T., Fuentes, V., & Moreno-Padilla, M. (2021). Cyber-dating abuse in young adult couples: Relations with sexist attitudes and violence justification, smartphone usage and impulsivity. *PLoS one, 16*(6), e0253180.

- Lokasari, P. V., Nugroho, W. B., & Zuryani, N. (2019). Komunikasi antarpribadi pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh (long distance relationship) di Kota Denpasar. *Jurnal Ilmiah Sosiologi (SOROT)*, 1(2), 1-11.
- Lucero, J., Weisy, A., Smith-Darden, J., & Lucero, S. (2014). Exploring gender differences: Socially interactive technology use/abuse among dating teens. *Affilia: Journal of Women and Social Work*, 29(4), 478–491.
- Marganski, A., & Fauth, K. (2013). Socially interactive technology and contemporary dating: A cross-cultural exploration of deviant behaviors among young adults in the modern, evolving technological world. *International Criminal Justice Review*, 23(4), 357-377.
- Mindiono, I. A. (2022). Hubungan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi dengan sikap remaja dalam pacaran sehat di madrasah aliyah negeri (man) 1 kota semarang. *Manuju: Malahayati Nursing Journal*, 4(11), 2982-2992.
- Perry, D. G., & Pauletti, R. E. (2011). Gender and adolescent development. *Journal of Research on Adolescence*, 21(1), 61–74.
- Peskin, M. F., Marklam, C. M., Shegog, R., Temple, J. R., Baumler, E. R., Addy, R. C., Hernandez, B., Cuccaro, P., Gabay, E. K., Thiel, M., & Tortolero Emery, S. (2017). Prevalence and correlates of the perpetration of cyber dating abuse among early adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(2), 358–375.
- Prabowo, Y. H., Abidin, F. A., Angganantyo, W., Mayangsari, A., & Fatahya, F. (2021). Gambaran Pengetahuan Remaja mengenai Perilaku Cyber Dating Abuse. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(1), 99-108.
- Pujazon-Zazik, M., & Park, M. J. (2010). To tweet, or not to tweet: gender differences and potential positive and negative health outcomes of adolescents' social internet use. *American journal of men's health*, 4(1), 77-85.
- Purba, H. R., & Siregar, H.R. (2006). Gambaran stres pada mahasiswa yang menjalani pacaran jarak jauh. *Jurnal Psikologia*, 2(2): 47-55.
- Rachmaria, L., & Susanto, A. (2024). POTENSI KEKERASAN GENDER BERBASIS ONLINE PADA PENYALAHGUNAAN TEKNOLOGI KECERDASAN BUATAN BAGI PEREMPUAN DI MEDIA. *Jurnal Netnografi Komunikasi*, 2(2), 51-63.
- Rill, L., Baiocchi, E., Hopper, M., Denker, K., & Olson, L. N. (2009). *EXPLORATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-ESTEEM, COMMITMENT, AND VERBAL AGGRESSIVENESS IN ROMANTIC DATING RELATIONSHIPS*. *Communication Reports*, 22, 102- 113.
- Rivas, M. M., & Gimeno, C. M. (2017). Violencia de pareja virtual y ajuste psicossocial en la adolescência desde la perspectiva de género [Online teen dating violence and psychosocial adjustment from a gender perspective]. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 115–124.
- Roffey, S. (2017). Learning healthy relationships. *Positive Psychology Interventions in Practice*, 163–181.
- Rusyidi, B., & Nuriyah Hidayat, E. (2020). Kekerasan Dalam Pacaran: Faktor Risiko Dan Pelindung Serta Implikasinya Terhadap Upaya Pencegahan. *Sosio Informa*, 6(2), 152–169.
- Sánchez, V., Muñoz-Fernández, N., & Ortega-Ruiz, R. (2015). “Cyber dating Q\_ A”: An instrument to assess the quality of adolescent dating relationships in social networks. *Computers in Human Behavior*, 48, 78–86.
- Santoso, I. V. S. (2020). *Faktor–Faktor Yang Mempengaruhi Kecemburuan Pada Orang Yang Berpacaran Jarak Jauh*.
- Smith, K., Cénat, J. M., Lapierre, A., Dion, J., Hébert, M., & Côté, K. (2018). Cyber dating violence: Prevalence and correlates among high school students from small urban areas in Quebec. *Journal of Affective Disorders*, 234, 220– 223.

- Smith-Darden, J. P., Kernsmith, P. D., Victor, B. G., & Lathrop, R. A. (2017). Electronic displays of aggression in teen dating relationships: Does the social ecology matter?. *Computers in Human Behavior*, *67*, 33–40.
- Soto, A. M., & Ibabe, I. (2022). Recommended instruments for analyzing cyber dating violence: A systematic review. *The Spanish Journal of Psychology*, *25*, e4.
- Stader, D. L. (2011). Dating violence. *The Clearing House: A Journal of Educational Strategies, Issues and Ideas*, *84*, 139-143.
- Stonard, K. E., Bowen, E., Walker, K., & Price, S. A. (2017). “They’ll always find a way to get to you”: Technology use in adolescent romantic relationships and its role in dating violence and abuse. *Journal of Interpersonal Violence*, *32*, 2083–2117.
- Taylor, S., & Xia, Y. (2018). Cyber partner abuse: A systematic review. *Violence and Victims*, *33*(6), 983–1011.
- Temple, J. R., Choi, H. J., Brem, M., Wolford-Clevenger, C., Stuart, G. L., Peskin, M. F., & Elmquist, J. (2016). The temporal association between traditional and cyber dating abuse among adolescents. *Journal of youth and adolescence*, *45*, 340-349.
- Teten, A., Ball, B., Valle, L., Noonan, R., & Rosenbluth, B. (2009). CONSIDERATIONS FOR THE DEFINITION, MEASUREMENT, CONSEQUENCES, AND PREVENTION OF DATING VIOLENCE VICTIMIZATION AMONG ADOLESCENT GIRLS. *Journal of Women's Health*, *18*(7), 923–927.
- Winata, V. V., & Sanjaya, E. L. (2020). Peran Jealousy terhadap Perilaku Cyber Dating Violence pada Individu yang Menjalani Hubungan Jarak Jauh. *Mind Set*, *11*(1), 37-45.
- Wulandari, R., Yunindyawati, Y., & Lidya, E. (2021). *Fenomena Toxic Relationship Dalam Pacaran Pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya* (Skripsi, Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik, Universitas Sriwijaya).
- Zakiyah, R.U., & Nuraeni, E. (2020). Pola pemenuhan hak dan kewajiban suami istri long distance relationship (ldr) di desa batujaya, karawang. *Al-Ahwal Al-Syakhsyiyah: Jurnal Hukum Keluarga Dan Peradilan Islam*, *1*(2), 165–178
- Zweig, J. M., Dank, M., Yahner, & Lachman, P. (2013). The rate of cyber dating abuse among teens and how it relates to other forms of teen dating violence. *Journal of Youth Adolescence*, *42*, 1063–1077.
- Zweig, J., Lachman, P., Dank, J., & Yahner, M. (2014). Correlates of cyber dating abuse among teens. *Journal of Youth Adolescence*, *43*, 1306–1321.

## Pengaruh *Employee Engagement* terhadap *Workforce Agility* pada Karyawan *Start-Up* di Indonesia

Evi Sri Nurhastuti, Karima Astari, Ilham Medal Junjuran, Balqis Nurul Fazrin  
Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia  
Email: evisrinurhastuti@unibi.ac.id; karimaastari@unibi.ac.id; ilhammedal@unibi.ac.id;  
balqisnf28@gmail.com

---

Diterima:  
21 Mei 2024

Diterima Setelah Revisi:  
6 Juni 2024

Dipublikasikan:  
20 Juni 2024

---

### Abstrak

Bisnis *start-up* berkembang pesat karena Indonesia adalah pasar yang potensial bagi pelaku usaha dengan usia produktif yang tinggi. Keterlibatan karyawan (*employee engagement*) menjadi penting untuk dapat beradaptasi dengan berbagai tantangan. Karyawan yang *engagement* akan merespon sesuai dengan kebutuhan organisasi. Tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh *employee engagement* terhadap *workforce agility* pada karyawan *start-up* di Indonesia. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan teknik analisis regresi sederhana. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan menunjukkan bahwa *p-value* lebih kecil dari *error* 5% ( $p < 0.05$ ), sehingga  $H_1$  diterima. Simpulan bahwa variabel *employee engagement* memberi pengaruh yang signifikan terhadap *workforce agility* dengan nilai  $F_{hitung} 118.768 > F_{tabel} 3,398$ , artinya *employee engagement* memberi pengaruh yang signifikan terhadap *workforce agility*. Hasil dari penelitian ini *employee engagement* berkontribusi terhadap *workforce agility* dapat meningkatkan kinerja karyawan, memperbaiki lingkungan kerja, meningkatkan kesejahteraan karyawan, meningkatkan daya saing *start-up*, meningkatkan loyalitas karyawan dan menjadi dasar pengembangan kebijakan dan program organisasi.

**Kata Kunci:** Ketangkasan Karyawan, Keterikatan Karyawan, *Start-up*.

### Abstract

*Start-up businesses are growing rapidly because Indonesia is a potential market for business people with a high productive age. Employee engagement is important to be able to adapt to various challenges. Engaged employees will respond according to the needs of the organization. The aim of this research is to determine the effect of employee engagement on workforce agility in start-up employees in Indonesia. The method used in this research is quantitative with simple regression analysis techniques. Based on the results of the analysis carried out, it shows that the p-value is smaller than 5% error ( $p < 0.05$ ), so  $H_1$  is accepted. The conclusion is that the employee engagement variable has a significant influence on workforce agility with a value of  $F_{count} 118.768 > F_{table} 3.398$ , meaning that employee engagement has a significant influence on workforce agility. The results of this research employee engagement contributes to workforce agility, can improve employee performance, improve the work environment, improve employee welfare, increase start-up competitiveness, increase employee loyalty and become the basis for developing organizational policies and programs.*

**Keywords:** Workforce Agility, Employee Engagement, *Start-up*.

## 1 PENDAHULUAN

Perkembangan bisnis *start-up* di Indonesia saat ini telah mengalami lonjakan yang signifikan, fenomena tersebut didorong perkembangan teknologi informasi dan semangat kewirausahaan yang tinggi di kalangan generasi muda. Berdasarkan data yang dilansir oleh Annur (2024) tentang *Start-up Ranking*, terdapat 2.562 *startup* di Indonesia. Dengan tingginya jumlah *startup* tersebut menjadikan Indonesia sebagai negara dengan *startup* terbanyak nomor satu di ASEAN. Pesatnya pertumbuhan industri era VUCA (*volatility, uncertainty, complexity and ambiguity*), menciptakan lingkungan bisnis yang dinamis dan kompetitif termasuk perusahaan *start-up* yang semakin meningkat. Untuk bisa beradaptasi di era *vuca* dengan perubahan yang cepat, menuntut penyesuaian yang cepat dan tangkas, salah satu yang berperan penting adalah keterlibatan karyawan (*employee engagement*).

Konsep dari *employee engagement*, hasil dari organisasi yang positif yang terdiri dari energi kognitif, perilaku dan emosional (Shuck et al., 2017). Berdasarkan survei yang dilakukan Gallup (2021), ditemukan bahwa *engagement level* pada karyawan tahun 2020 turun menjadi 20%, jika dibandingkan dengan tahun sebelumnya. Namun, berdasarkan riset Mercer Indonesia menemukan *employee engagement level* di Indonesia mencapai 80 persen (Mediana, 2023). Berkaitan dengan tingginya tingkat *engagement* pada pegawai di Indonesia, perusahaan khususnya *start-up* perlu memberikan respon dengan menganalisis lebih dalam mengenai penyebab tingginya angka tersebut untuk dapat meningkatkan *engagement* pada perusahaannya masing-masing. *Employee engagement* dapat menumbuhkan rasa memiliki serta meningkatkan keinginan dalam berkontribusi maksimal di perusahaan.

Karyawan dengan *employee engagement* akan memiliki *workforce agility* tinggi yang ditunjukkan dengan dorongan untuk berusaha beradaptasi dengan perubahan, keinginan kolaborasi yang efektif, dan berusaha meningkatkan kemampuan inovasi. Hasil penelitian Raharja dkk (2021) menemukan bahwa keterikatan kerja mempengaruhi dari hasilnya dan signifikan terhadap kualitas kehidupan kerja dan ketangkasan organisasi. Kemudian penelitian Azmy (2021) menemukan hal serupa bahwa keterikatan karyawan dan kepuasan kerja berpengaruh positif terhadap keaktifan dalam tenaga kerja. Hal tersebut didukung pula dengan penelitian Ardian dkk (2023) yang menemukan bahwa keadilan dalam prosedur pemberian kompensasi dan keterlibatan karyawan melalui ketangkasan tenaga kerja berdampak besar terhadap kinerja karyawan.

Keadaan terjadinya perubahan yang serba cepat, maka perusahaan *start-up* harus dapat lebih lincah sehingga mudah untuk beradaptasi dengan kondisi yang ada. Berdasarkan survey WQA APAC (2019), ditemukan hanya 27% perusahaan *start-up* yang menganggap perusahaannya tersebut gesit. Dalam hal ini perusahaan *start-up* sebanyak 50% menganggap budaya organisasi menjadi salah satu tantangan terbesar untuk beradaptasi dengan *agility*. Tidak hanya perusahaan saja yang harus lincah, pegawai *start-up* pun dituntut untuk lebih lincah dalam menyelesaikan pekerjaannya. *Workforce agility* merupakan kemampuan organisasi dalam merespon secara cepat atas perubahan lingkungan bisnis yang mengharuskan untuk bertindak proaktif terhadap perubahan (Sherehiy et al., 2014). Berkaitan dengan *agility*, fenomena yang terjadi saat ini yaitu adanya penilaian tes *learning agility* dalam rangkaian Rekrutmen Bersama BUMN 2024, dalam tes tersebut mayoritas pelamar mendapatkan skor rendah atau nilai yang tidak mereka harapkan (Hardiantoro & Afifah, 2024). Dengan adanya fenomena tersebut maka dapat disimpulkan mayoritas pelamar atau calon pegawai memiliki tingkat *agility* yang rendah atau kurang maksimal. Karyawan dengan *workforce agility* cenderung memiliki mentalitas yang positif terhadap perubahan dan lebih produktif dan akan membantu organisasi menghadapi perubahan pasar, teknologi, dan lingkungan bisnis.

Organisasi yang mampu menumbuhkan *employee engagement* yang tinggi maka akan memiliki dasar yang kuat untuk mengembangkan *workforce agility*, karena keterlibatan karyawan tidak hanya menciptakan lingkungan kerja yang positif tetapi menjadi katalisator atau mempercepat peningkatan ketangkasan organisasi. Karyawan yang merasa terlibat dalam pekerjaan akan lebih

terbuka terhadap perubahan dan inovasi karena merasa memiliki tanggung jawab terhadap kesuksesan organisasi dan menjadi pendorong terciptanya *workforce agility*.

Berdasarkan pemaparan tersebut maka tujuan penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh *employee engagement* terhadap *workforce agility* pada karyawan *start-up* di Indonesia. Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti merangkum pertanyaan penelitian yang dianggap mampu membedah pengaruh *employee engagement* pada *workforce agility* pada karyawan *start-up* di Indonesia, yaitu:

1. Bagaimana pengaruh *employee engagement* pada *workforce agility* pada karyawan *start-up* di Indonesia.
2. Bagaimana hubungan *employee engagement* pada *workforce agility* pada karyawan *start-up* di Indonesia.

## 2 KAJIAN PUSTAKA

### 2.1 *Employee Engagement*

*Employee engagement* adalah hasil energi positif yang terdiri dari kognitif, energi positif serta emosional (Shuck et al., 2017). *Employee engagement* merupakan komitmen emosional dan intelektual terhadap organisasi (Baumark, 2004) atau seperangkat upaya yang melebihi tuntutan profesional pekerjaan pegawai (Saks, 2006). Menurut Wellins dan Concelman (dalam Endress & Mancheno-Smoak, 2008), *employee engagement* berdiri sebagai kekuatan yang berdampak pada motivasi karyawan dalam upaya meningkatkan kinerja.

*Employee engagement* dikembangkan berdasarkan tiga dimensi, yaitu:

- a. Keterlibatan kognitif (*cognitive engagement*)
- b. Keterlibatan emosional (*emotional engagement*)
- c. Keterlibatan perilaku (*behavioral engagement*)

### 2.2 *Workforce Agility*

Bagian ini mencakup kajian pustaka seperti teori, konsep, dan/atau model yang relevan sebagai acuan untuk menjawab pertanyaan penelitian atau untuk menjawab tujuan penelitian. Kajian pustaka hendaknya memanfaatkan sumber referensi terbaru, terutama berupa jurnal ilmiah, disertasi, tesis, buku teks, dan bahan lain yang relevan.

Perusahaan dalam *Agility* untuk cepat beradaptasi dengan lingkungan menggunakan model produksi yang memiliki keuntungan bagi aset strategis perusahaan (Breu et al., 2001). *Workforce agility* adalah seperangkat keterampilan individu dalam mengidentifikasi dan memanfaatkan peluang untuk menghadapi situasi sulit. Menurut Sherehiy dan Karwowski (2014), *workforce agility*, merupakan seperangkat keterampilan individu dalam mengambil tindakan cepat dan akurat dalam kondisi lingkungan yang tidak menentu. *Workforce agility* mengacu pada kemampuan organisasi dengan cepat dan fleksibel beradaptasi serta mengelola tenaga kerjanya terhadap perubahan lingkungan dan kebutuhan perusahaan (Ong & Mahazan, 2020).

Terdapat tiga dimensi *workforce Agility* yang dikembangkan oleh (Sherehiy et al., 2007), yaitu:

1. Proaktif
2. Adaptif
3. Resiliensi.

## 3 METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif. Menurut Creswell (2008) penelitian kuantitatif yaitu pendekatan untuk menguji teori objektif dengan menguji hubungan antar variabel. Karena jumlah populasi penelitian tidak diketahui, maka teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling*. Menurut Azwar (2015) teknik *non-probability sampling*

adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberikan kesempatan atau probabilitas yang sama kepada seluruh anggota populasi untuk terpilih menjadi sampel. Apabila jumlah pasti populasi penelitian tidak diketahui, maka penelitian menggunakan rumus *Cochran* (Sugiyono, 2016). Berdasarkan rumus tersebut maka didapatkan jumlah sampel minimal sebanyak 100 orang ( $n = 10\%$ ). Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu regresi sederhana dengan populasi penelitian yaitu karyawan perusahaan *start-up* di Indonesia.

## 4 HASIL DAN PEMBAHASAN

### 4.1 Hasil

Model regresi linier sederhana dilakukan untuk melihat pengaruh *employee engagement* (X) terhadap *workforce agility* (Y).

Tabel 1. Pengujian Hipotesis Parsial

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
H1	Regression	4751.743	1	4751.743	118.786	< .001
	Residual	3920.846	98	40.009		
	Total	8672.589	99			

Berdasarkan Tabel 1 diperoleh hasil analisis regresi yang menunjukkan bahwa *p-value* yang diperoleh lebih kecil dari taraf *error* 5% ( $p < 0.05$ ), sehingga dapat dinyatakan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel *employee engagement* memberi pengaruh yang signifikan terhadap *workforce agility*. Nilai Fhitung sebesar 118.768 akan dibandingkan dengan nilai F pada tabel distribusi F. Untuk  $\alpha = 1\%$ , diperoleh nilai  $F_{tabel}$  sebesar 3,398. Karena nilai  $F_{hitung} 118.768 > F_{tabel} 3,398$ , maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan dalam uji F dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima atau dengan kata lain *employee engagement* memberi pengaruh yang signifikan terhadap *workforce agility*.

Besarnya pengaruh *employee engagement* terhadap *workforce agility* dapat diketahui dengan melakukan uji koefisien determinasi (*R Square*) dengan hasil pada tabel berikut:

Tabel 2. Kontribusi Variabel *Employee Engagement* (X) Terhadap *Workforce Agility* (Y)

Variabel	R	R Square	Adjusted R Square
X terhadap Y	0.740	0.548	0.543

Pada Tabel 2 dapat dilihat nilai R sebesar 0.740 dan bernilai positif yang berarti terdapat pengaruh positif *employee engagement* terhadap *workforce agility*, artinya semakin tinggi *employee engagement* pada karyawan maka semakin tinggi *workforce agility* yang ditampilkan oleh karyawan *start-up* di Indonesia. Koefisien determinan (*R square*) sebesar 0.548 artinya kontribusi variabel *employee engagement* terhadap *workforce agility* adalah sebesar 54,8%, sedangkan sisanya sebesar 45,2% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diamati di dalam penelitian ini.

Tabel 3 Pengujian Hipotesis Parsial

Model	Unstandardized	Standar Error	Standardized	t	P
(Intercept)	8.487	3363		2.254	< .013
Employee Experience	0.510	0.047	0.740	10.898	<.000

Tabel 3 menunjukkan informasi mengenai pengujian hipotesis secara parsial dan nilai koefisien regresi yang terbentuk. Pada model regresi linier sederhana hasil pengujian hipotesis baik secara simultan (uji F) dan secara parsial (uji t) akan memberikan hasil keputusan yang sama

dikarenakan jumlah variabel bebasnya hanya ada satu yaitu variabel *employee engagement*. Persamaan regresi yang diperoleh yaitu:

$$Y = 8.487 + 0.510X$$

Nilai *intercept* (konstanta) 8.487 pada persamaan menunjukkan bahwa apabila variabel *employee engagement* bernilai 0 maka *workforce agility* memiliki nilai 8,487. Selain itu, bisa juga diartikan jika tidak terdapat perubahan pada variabel *employee engagement* (konstan) maka rata-rata nilai variabel *workforce agility* adalah sebesar 8.487. Sementara itu nilai koefisien regresi 0.510 memiliki artian bahwa setiap peningkatan variabel *employee engagement* sebesar satu satuan maka akan menyebabkan peningkatan variabel *workforce agility* sebesar 0.510 satuan.

## 4.2 Pembahasan

Model regresi linier sederhana dilakukan untuk melihat pengaruh *employee engagement* (X) terhadap *workforce agility* (Y).

Perkembangan bisnis *start-up* di Indonesia saat ini telah mengalami lonjakan yang signifikan, fenomena tersebut didorong perkembangan teknologi informasi dan semangat kewirausahaan yang tinggi di kalangan generasi muda. Dukungan dari pemerintah, investor dan ekosistem *start-up* membantu menciptakan lingkungan yang kondusif bagi pertumbuhan *startup* di berbagai sektor, seperti teknologi layanan keuangan, *e-commerce*, edukasi dan kesehatan, lahirnya inkubator dan akselerator, tersedianya ruang kolaborasi, membawa pengetahuan dan pengalaman, serta jaringan yang luas bagi *start-up* untuk bersaing di tingkat global.

Di lingkungan *start-up* yang dinamis dan inovatif, keterlibatan karyawan penting untuk kesuksesan perusahaan. *Employee engagement* menciptakan fondasi yang kokoh untuk meningkatkan produktivitas yang tinggi, inovasi berkelanjutan, dan budaya kerja yang solid. Tidak hanya itu, karyawan yang terlibat secara aktif dengan pekerjaan mereka cenderung akan memberikan kontribusi yang lebih besar terhadap tujuan perusahaan dan berusaha untuk beradaptasi dengan perubahan yang terjadi, untuk itu perlu *workforce agility* sehingga karyawan tersebut dapat mengambil peran dalam pekerjaannya.

Hasil penelitian menemukan bahwa *employee engagement* berpengaruh terhadap *workforce agility* dengan nilai koefisien regresi 0.510, artinya setiap peningkatan skor *employee engagement* sebesar satu satuan, maka akan menyebabkan peningkatan skor *workforce agility* sebesar 0.510 satuan. Karyawan yang merasa terlibat dalam pekerjaannya akan lebih responsif terhadap perubahan, memiliki keinginan untuk belajar dan berkembang dan mampu menghadapi situasi yang tidak terduga. Kondisi tersebut tentunya akan memberikan kontribusi terhadap kemampuan organisasi ketika memberikan respon terhadap perubahan, baik perubahan pasar, teknologi dan kebutuhan konsumen dengan lebih selektif. *Employee engagement* tidak hanya menciptakan lingkungan kerja yang lebih positif, namun juga meningkatkan *workforce agility*. Perusahaan yang memiliki karyawan dengan *agile* akan dapat beradaptasi terhadap perubahan dan lonjakan pasar, merespon dengan cepat dan fleksibel terhadap permintaan konsumen. Pegawai yang lincah akan cenderung berperilaku proaktif, adaptif, serta generatif (Saad Mian & Saad Mian, 2017).

Hal tersebut dapat dilihat pada kemampuan adaptasi pegawai dan kemampuan untuk secara proaktif merespons perubahan dan mempersiapkan diri untuk menjadi lebih *agile*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin baik kelincahan tenaga kerja atau karyawan maka semakin optimal kinerjanya, sebaliknya jika kelincahan karyawan kurang baik, maka kinerja akan buruk (Ardian et al., 2023). Dengan demikian. Perusahaan-perusahaan *startup* di era *vuca*, dimana perubahan terjadi sangat cepat memerlukan ketangkasan dan adaptasi yang cepat dalam bekerja. *Workforce agility* adalah seperangkat keterampilan yang dimiliki individu untuk mengidentifikasi dan memanfaatkan peluang ketika menghadapi situasi sulit. Individu akan cenderung memilih cara yang paling efektif untuk merespon perubahan (Alavi & Aghakahni, 2020).

*Workforce agility* tidak hanya berarti sebagai fleksibilitas untuk beradaptasi terhadap perubahan, tetapi juga sebagai kemampuan untuk belajar dengan cepat, berinovasi, dan berkolaborasi

secara efektif dalam situasi yang serba cepat dan tidak pasti, juga mencakup kemampuan untuk menggabungkan *hardskill* dengan kemampuan adaptasi terhadap perubahan. Dengan demikian, untuk tercapainya *workforce agility* yang optimal diperlukan *employee engagement* dengan memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi *workforce agility*, diantaranya:

1. Kepemimpinan yang adaptif yang mendukung inovasi, pemberdayaan karyawan dan memfasilitasi kolaborasi
2. Budaya yang mendorong eksperimen, belajar dari kegagalan dan menghargai ide-ide baru
3. Keterlibatan karyawan dalam proses pengambilan keputusan, memberikan masukan dan merasa dihargai
4. Keterampilan yang relevan dan kemampuan untuk belajar dengan cepat
5. Komunikasi yang efektif
6. Teknologi dan infrastruktur yang mendukung sehingga dapat memfasilitasi setiap karyawan untuk berkolaborasi, memberikan akses informasi dan bekerja secara fleksibel.

## 5 SIMPULAN

Simpulan dari penelitian ini adalah *employee engagement* mendapati pengaruh yang signifikan terhadap *workforce agility*, nilai  $F_{hitung} 118.768 > F_{tabel} 3,398$ , artinya *employee engagement* memberi pengaruh yang signifikan terhadap *workforce agility*. Penelitian ini dapat berdampak pada *employee engagement* yang berkontribusi terhadap *workforce agility* sehingga dapat meningkatkan kinerja karyawan, memperbaiki lingkungan kerja, meningkatkan kesejahteraan karyawan, meningkatkan daya saing *start-up*, meningkatkan loyalitas karyawan dan menjadi dasar pengembangan kebijakan dan program organisasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alavi, S., & Aghakhani, H. (2023). Identifying the effect of green human resource management practices on lean-agile (LEAGILE) and prioritizing its practices. *International journal of productivity and performance management*, 72(3), 599-624.
- Annur, C., M. (2024). *10 Negara dengan Jumlah Startup Terbanyak di Dunia (11 Januari 2024)*. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2024/01/11/indonesia-negara-dengan-startup-terbanyak-ke-6-di-dunia-awal-2024>.
- Ardian, D., Nurhayati, M., & Madris, M. (2023). Influence of Compensation Procedural Fairness and Employee Engagement on Workforce Agility and Its Impact on Employee Performance. *International Journal of Applied Management and Business*, 1(2), 95-104.
- Azmy, A. (2021). The effect of employee engagement and job satisfaction on workforce agility through talent management in public transportation companies. *Media Ekonomi Dan Manajemen*, 36(2), 212-229.
- Azwar S. (2015). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Baumark, R. (2004). The missing link: The role of employee engagement in business success (report of a Hewitt Associates/Michael Treacy study). *Workspan*, 47(11), 48-52.
- Breu, K., Hemingway, C. J., Strathern, M., & Bridger, D. (2002). Workforce agility: the new employee strategy for the knowledge economy. *Journal of Information technology*, 17, 21-31.
- Creswell, J.W. (2008). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*. Singapore: Pearson Merrill Prentice Hall.
- Endres, G. M., & Mancheno-Smoak, L. (2008). The Human Resource Craze: Human Performance Improvement and Employee Engagement. *Organization Development Journal*, 26(1). 69-78.
- Gallup. (2021). State of the Global Workplace: 2021 Report. *Workplace Insights*. <https://www.gallup.com/workplace/insights.aspx>
- Hardiantoro, A. & Afifah, M. N. (2024). *Nilai Tes Online Tahap 2 Rekrutmen Bersama BUMN 2024 di Atas Standar Belum Tentu Lolos, Apa Pertimbangan Lainnya?.*

- <https://www.kompas.com/tren/read/2024/05/29/193000165/nilai-tes-online-tahap-2-rekrutmen-bersama-bumn-2024-di-atas-standar-belum?page=all>
- Mediana. (2023). *Karyawan di Indonesia Paling Loyal terhadap Perusahaan*. <https://www.kompas.id/baca/ekonomi/2023/06/22/karyawan-di-indonesia-dinilai-memiliki-tingkat-kedekatan-lebih-baik-dengan-tempat-kerjanya>
- Mian, S. S., & Mian, M. S. (2017). Impact of high performance work practices (HPWPs) on the employee agility. Dalam *10th International Conference on Law, Business, Marketing and Education (LBME-17)*. Pattaya (Thailand) Dec (pp. 27-28).
- Mutia, A.C. (2023). *10 Negara dengan Jumlah Startup Terbanyak di Dunia*. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/06/14/indonesia-masuk-jajaran-negara-dengan-startup-terbanyak-dunia-berapa-jumlahnya>
- Ong, J. O., & Mahazan, M. (2020). Strategi pengelolaan sdm dalam peningkatan kinerja perusahaan berkelanjutan di era industri 4.0. *Business Economic, Communication, and Social Sciences Journal (BECOSS)*, 2(1), 159-168.
- Putri, D. L., Dzulfaroh, A. N. (2024). Ramai di Media Sosial, Bagaimana Penilaian Tes Learning Agility Rekrutmen BUMN?. *Kompas.com*. <https://www.kompas.com/tren/read/2024/05/27/190000865/ramai-di-media-sosial-bagaimana-penilaian-tes-learning-agility-rekrutmen?page=all>
- Raharja, I., Purwana, D., & Sariwulan, T. (2021). Quality of Work Life Towards Organizational Agility Through Millennial Employee Work Engagements as Mediation. Dalam *Proceedings of the 2nd Borobudur International Symposium on Humanities and Social Sciences, BIS-HSS 2020*.
- Saks, A. M. (2006). Antecedents and consequences of employee engagement. *Journal of managerial psychology*, 21(7), 600-619.
- Sherehiy, B., & Karwowski, W. (2014). The relationship between work organization and workforce agility in small manufacturing enterprises. *International Journal of Industrial Ergonomics*, 44(3), 466-473.
- Sherehiy, B., Karwowski, W., & Layer, J. K. (2007). A review of enterprise agility: Concepts, frameworks, and attributes. *International Journal of industrial ergonomics*, 37(5), 445-460.
- Shuck, B., Adelson, J. L., & Reio Jr, T. G. (2017). The employee engagement scale: Initial evidence for construct validity and implications for theory and practice. *Human Resource Management*, 56(6), 953-977.
- Shuck, B., Nimon, K., & Zigarmi, D. (2017). Untangling the predictive nomological validity of employee engagement: Partitioning variance in employee engagement using job attitude measures. *Group & Organization Management*, 42(1), 79-112.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- WPQ Asia Pasific. (2019). *Sudahkah Organisasi Anda Menjadi "Organizational Agility" Di Tahun 2020?*. <https://wqa-apac.com/sudahkah-organisasi-anda-menjadi-organizational-agility-di-tahun-2020/>

## Hubungan Pola Asuh Permisif dengan Kontrol Diri pada Pelaku *Cyberbullying*

Nabila Shafira, Yara Andita Anastasya  
Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh  
Email: nabilashfira@gmail.com; yara.andita@unimal.ac.id.

Diterima:  
21 Mei 2024

Diterima Setelah Revisi:  
5 Juni 2024

Dipublikasikan:  
20 Juni 2024

### Abstrak

Penelitian “ini bertujuan untuk menguji hubungan antara pola asuh permisif dengan tingkat kontrol diri yang ditunjukkan oleh individu yang melakukan *cyberbullying* di SMA Negeri 2, SMA Negeri 5, dan SMA Negeri 7 di Kota Lhokseumawe. Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari 88 siswa yang dipilih menggunakan prosedur *cluster sampling*. Strategi pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan skala pola asuh permisif yang terdiri dari tiga 37 *item*, skala kontrol diri yang terdiri dari dua puluh empat *item*, dan skala *cyberbullying* yang terdiri dari 45 *item*. Analisis data menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* untuk mengetahui hubungan antar variabel. Temuan penelitian menunjukkan adanya korelasi negatif antara pola asuh permisif dan kontrol diri pada individu yang melakukan *cyberbullying*. Pelaku *cyberbullying* dengan gaya pengasuhan permisif yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat kontrol diri rendah. Begitu pula ketika tingkat pola asuh permisif pada pelaku *cyberbullying* rendah, maka kontrol diri pada pelaku *cyberbullying* akan semakin tinggi.

**Kata Kunci:** Pola Asuh Permisif, Kontrol Diri, Siswa.

### Abstract

*This study seeks to examine the correlation between permissive parenting styles and the level of self-control exhibited by individuals who engage in cyberbullying at SMA Negeri 2, SMA Negeri 5, and SMA Negeri 7 in Lhokseumawe City. The participants in this study consisted of eighty-eight students who were selected using cluster sampling procedures. The data collection strategy employed in this research was the utilisation of a permissive parenting scale consisting of thirty-seven items, a self-control scale comprising twenty-four items, and a cyberbullying scale consisting of forty-five items. Data analysis employs the Pearson Product Moment correlation to determine the link between variables. The correlation values indicate a substantial negative relationship. The research findings indicate a correlation between permissive parenting and self-control in individuals who engage in cyberbullying. Cyberbullying offenders with a higher degree of liberal parenting style tend to have lower levels of self-control. Similarly, when the level of permissive parenting is low for cyberbullying perpetrators, their self-control will be higher.*

**Keywords:** *Permissive Parenting, Self Control, Students.*

## 1 PENDAHULUAN

*Cyberbullying* mengacu pada tindakan yang disengaja untuk mengirimkan atau *memposting* konten berbahaya atau terlibat dalam agresi sosial melalui penggunaan internet dan sarana teknologi lainnya. *Cyberbullying* mengacu pada tindakan seorang anak yang mengintimidasi individu yang dianggap rentan. Menurut Willard (2007), intimidasi terjadi dengan cara teknis, khususnya melalui

jejaring sosial. *Cyberbullying* juga dapat dikatakan sebagai penggunaan teknologi informasi dan komunikasi yang disengaja dan berulang-ulang, seperti *email*, pesan teks, situs *web* pribadi, dan situs jejaring sosial untuk merugikan orang lain. Perilaku tersebut dilakukan dengan maksud untuk merugikan orang lain (Mawardah & Adiyanti, 2014).

Pelaku *cyberbullying* menggunakan beragam metode untuk melakukan tindakannya. Jejaring sosial dan pesan teks (*chat* atau *short message service*) umumnya digunakan sebagai sarana untuk melakukan penindasan melalui dunia maya. Biasanya, pelaku adalah anak-anak yang mencari otoritas atau suka mendominasi. Li (2007) menemukan bahwa anak-anak muda rentan mengalami *cyber bullying* karena biasanya mereka memiliki pengaruh yang lebih besar, menikmati kedudukan sosial yang lebih tinggi, dan lebih dihargai oleh teman-temannya.

Kemudian, kontrol diri adalah elemen tambahan yang berkontribusi terhadap *cyberbullying*. Menurut penelitian Hinduja (2010), anak yang melakukan *cyberbullying* dipengaruhi oleh tingkat kontrol diri yang dimilikinya. Individu dengan kontrol diri yang tidak memadai lebih cenderung melakukan perilaku yang melanggar standar sosial dan bahkan melanggar hukum, sehingga menimbulkan hubungan antara kontrol diri dan perilaku menyimpang (Hinduja, 2010). Menurut Hurriyati (2013) dan Fajriansyah (2012), perilaku kekerasan berhubungan dengan kurangnya kontrol diri, dan *cyberbullying* merupakan salah satu jenis perilaku agresif verbal.

Menurut Averill (1973) kontrol diri merupakan variabel psikologis yang mencakup tiga konsep berbeda yang berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengatur dirinya sendiri. Konsep-konsep ini mencakup kemampuan untuk mengubah perilaku, kemampuan mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan menafsirkannya, dan kemampuan membuat pilihan berdasarkan keyakinan pribadi.

Selain kurangnya regulasi diri yang merupakan unsur intrinsik, perilaku *cyberbullying* di kalangan remaja juga dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal. Faktor eksternal mengacu pada pengaruh luar yang turut mempengaruhi perilaku tertentu pada anak, seperti lingkungan di rumah, sekolah, dan masyarakat (Kartono, 2013). Keluarga menjadi faktor eksternal dalam mempengaruhi perilaku remaja. Hal ini karena keluarga berfungsi sebagai lingkungan utama tempat anak memperoleh keterampilan sosial. Keluarga berperan penting dalam membentuk perilaku, nilai, karakter, dan pendidikan anak (Kartono, 2013).

*Cyberbullying* biasanya dikaitkan dengan kurangnya kontrol diri pada remaja, karena melakukan perilaku seperti itu tidak menguntungkan dan sering kali mengarah pada agresi (Patchin dan Hinduja, 2012). Perilaku *cyberbullying* juga berdampak pada individu yang terlibat di dalamnya. Secara khusus, individu dengan orang tua permisif yang memiliki kontrol diri yang terbatas sehingga akan mengalami konsekuensi negatif terhadap prestasi akademik dan kesehatannya secara keseluruhan. Patchin dan Hinduja (2012).

Ghufron & Risnawati (2017) menegaskan bahwa pola asuh orang tua merupakan unsur penting yang mempengaruhi kontrol diri pada remaja. Menurut Hidayat & Bashori (2016), cara orang tua membesarkan dan berinteraksi dengan anak mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap rasa percaya diri anak. Orang tua yang memberikan perhatian, penerimaan, kasih sayang, kasih sayang, dan kedekatan emosional turut menumbuhkan tumbuhnya rasa percaya diri pada anak. Ketika orang tua dan anak sering mengalami konflik, orang tua mungkin merasa putus asa terhadap pekerjaannya. Seringkali orang tua memberikan tekanan kepada anaknya karena inferioritas fisik anak dibandingkan dengan orang tuanya.

Menurut Baumrind (1991) pola asuh orang tua yang bersifat menghukum dinilai memiliki dampak negatif bagi anak dibanding ketika mereka membuat aturan bagi anak mereka dengan penuh kasih sayang. Semua pola pengasuhan orang tua itu tidak dimaksudkan untuk mendeskripsikan berbagai macam variasi yang ada dalam pola pengasuhan orang tua, tidak juga tentang pola pengasuhan yang menyimpang, seperti yang mungkin bisa diamati di banyak keluarga yang terdapat banyak tindakan kekerasan/pelecahan. Kebanyakan orang tua tidak hanya masuk dalam satu kategori pola asuh, namun juga memperlihatkan karakteristik lebih dari satu pola asuh.

Pola asuh permisif ini memperlihatkan bahwa orang tua cenderung menghindari konflik dengan anak, sehingga orang tua banyak membiarkan aktivitas yang dilakukan anak. Adapun dampak yang ditimbulkan dari pola asuh ini membawa pengaruh sifat-sifat anak seperti bersikap impulsif dan agresif, suka memberontak, kurang memiliki rasa percaya diri, tidak jelas arah hidupnya dan prestasinya rendah. Sekarang ini banyak sekali yang ditemui orang tua yang membiarkan apa saja yang diinginkan anak mereka menurut Sandi (2017).

Wawancara yang dilakukan pada guru BK (Bimbingan Konseling) SMA Negeri 2 Lhokseumawe mengungkapkan bahwa 50% kasus *cyberbullying* di sekolah tersebut dilakukan oleh siswa. Data serupa diperoleh dari wawancara yang dilakukan pada guru BK di SMA Negeri 5 dan SMA Negeri 7 di Kota Lhokseumawe. Sekitar setengah dari narasumber wawancara mengungkapkan contoh kegagalan kontrol diri, yaitu siswa melakukan tindakan intimidasi melalui media sosial. Pelaku *cyberbullying* menunjukkan ketidakmampuan untuk melakukan tindakan yang diinginkan. Mereka juga sering menghina atau mengancam rekan-rekan mereka. Teman-teman sekolahnya sering kali mengarang informasi yang salah di media sosial. Karena ketidakmampuan mereka untuk membangun hubungan yang harmonis dengan teman-teman ini, individu tersebut melakukan tindakan *cyberbullying*. Mereka menunjukkan ketidaktaatan terhadap guru dan sering melakukan *cyberbullying* di media sosial karena mereka lebih suka melakukan aktivitas di luar batas sekolah. Mayoritas remaja yang menjadi pelaku *cyberbullying* mengaku diam-diam membuat profil *Facebook* dan *Instagram*, serta enggan mencantumkan orang tua atau dosennya sebagai teman di akun mereka. Hal ini berakibat apabila *cyberbullying* terjadi, orang tua dan guru tidak akan menyadarinya. Terjadinya *cyberbullying* difasilitasi oleh sikap permisif orang tua, karena mereka memberikan kebebasan tanpa batas kepada anak-anak mereka dan menunjukkan ketidakpedulian terhadap perangkat teknologi yang mereka gunakan (Wawancara, 10 Agustus 2020).

Berdasarkan temuan wawancara, para siswa ini terlibat dalam *cyberbullying* secara sukarela. Mereka mempunyai kebebasan untuk melakukan aktivitas apa pun yang mereka sukai, termasuk bersosialisasi dengan siapa pun yang mereka pilih. Mereka mandiri dan orang tua mereka tidak memaksakan batasan apa pun dalam hidup mereka. Kurangnya kontrol diri pada remaja terutama disebabkan oleh pola asuh permisif yang memberikan kebebasan berlebihan pada anak. Kurangnya tanggung jawab pada generasi muda menghambat kemampuan mereka untuk menyesuaikan diri dengan kenyataan yang mereka inginkan, sehingga menyebabkan mereka terlibat dalam perilaku *cyberbullying*.

## 2 KAJIAN PUSTAKA

### 2.1 Pola Asuh Permisif

Baumrind (1991) menegaskan bahwa pola asuh orang tua tidak boleh bersifat menghukum, melainkan harus melibatkan penetapan aturan bagi anak-anaknya dengan kasih sayang dan perhatian. Pola pengasuhan anak tidak mencakup semua perbedaan yang terjadi dalam cara orang tua membesarkan anak-anaknya, juga tidak mengatasi pola pengasuhan yang menyimpang, seperti pola pengasuhan yang melibatkan tindakan kekerasan atau pelecehan, yang sayangnya banyak terjadi di banyak rumah tangga. Mayoritas orang tua tidak tergabung dalam satu kelompok, karena mereka menunjukkan ciri-ciri dari berbagai gaya pengasuhan.

Santrock (2007) mendefinisikan pola asuh permisif sebagai gaya pengasuhan yang ditandai dengan sikap memanjakan yang berlebihan terhadap anak. Orang tua memberikan kebebasan kepada anak-anak mereka dan menahan diri untuk tidak memaksakan banyak tuntutan atau kontrol yang ketat terhadap mereka.

### 2.2 Aspek-Aspek Pola Asuh Permisif

Baumrind (1991) mengidentifikasi empat komponen pola asuh permisif. Keempat aspek tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Kurangnya kontrol terhadap anak, yaitu aspek yang berkaitan dengan bimbingan dan kedisiplinan orang tua yang kurang.
- b. Hukuman atau hadiah tidak pernah diberikan, merupakan unsur ini berkaitan dengan kecenderungan orang tua yang jarang memberikan penghargaan kepada anak dan tidak adanya peraturan serta konsekuensi dari orang tua.
- c. Orangtua bersifat toleren terhadap anak, merupakan hal yang berkaitan dengan orang tua yang memberikan kebebasan kepada anak dalam mengambil keputusan dan menahan diri dari tuntutan yang berlebihan.
- d. Komunikasi hampir tidak ada, adalah unsur yang berkaitan dengan orang tua yang jarang melakukan komunikasi aktif dengan anaknya.

### 2.3 Kontrol Diri

Sesuai penelitian Averill pada tahun 1973, kontrol diri dapat didefinisikan sebagai variabel psikologis yang mencakup tiga konsep berbeda yang berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengelola diri sendiri. Konsep-konsep ini mencakup kemampuan untuk mengubah perilaku, kemampuan untuk menafsirkan dan menangani informasi yang tidak diinginkan, dan kemampuan untuk membuat pilihan berdasarkan keyakinan pribadi.

### 2.4 Aspek-Aspek Kontrol Diri

Komponen kontrol diri sebagaimana didefinisikan oleh Averill (1973) disebut sebagai pengendalian pribadi:

- a. Kontrol Perilaku (*Behavior Control*), merupakan kontrol diri yang mengacu pada kesiapan untuk mengambil tindakan yang dapat segera berdampak atau mengubah situasi negatif. Kapasitas mengatur perilaku dikategorikan menjadi dua komponen secara spesifik:
  - 1) Mengatur Pelaksanaan  
Individu mempunyai kewenangan untuk menilai siapa yang mempunyai kendali terhadap situasi atau keadaan. Apakah kemampuan individu itu sendiri atau prinsip-prinsip perilaku yang memandu tindakan seseorang, dan jika seseorang tidak memiliki keterampilan yang diperlukan, mereka akan mencari bantuan dari sumber eksternal.
  - 2) Kemampuan Memodifikasi Stimulus  
Kapasitas individu untuk mengenali dan membedakan ketika mereka menemukan masukan yang tidak menyenangkan. Ada beberapa strategi untuk menghindari suatu stimulus, khususnya dengan memberikan jeda waktu antara rangsangan yang berurutan, menghentikan stimulus sebelum waktunya, dan membatasi tingkat intensitasnya.
- b. Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*), berkaitan dengan kapasitas individu untuk mengenali dan membedakan ketika mereka menemukan masukan yang tidak menyenangkan. Ada beberapa strategi untuk menghindari suatu stimulus, khususnya dengan memberikan jeda waktu antara rangsangan yang berurutan, menghentikan stimulus sebelum waktunya, dan membatasi tingkat intensitasnya:
  - 1) Memperoleh Informasi  
Kesadaran individu terhadap situasi yang tidak menyenangkan memungkinkan mereka mengantisipasi dan mendekatinya dengan pertimbangan yang matang.
  - 2) Melakukan Penilaian  
Individu terlibat dalam proses mengevaluasi dan menafsirkan suatu situasi atau peristiwa dengan memusatkan perhatian mereka pada fitur-fitur positif, berdasarkan perspektif subjektif mereka.
- c. Mengontrol Keputusan (*Decisional Control*)  
Kemauan mengacu pada kapasitas individu untuk memilih hasil atau tindakan tertentu berdasarkan keyakinan atau kesepakatan pribadinya. Disiplin diri dalam pengambilan keputusan

paling efektif ketika individu mempunyai kesempatan, kebebasan, atau potensi untuk memilih dari serangkaian aktivitas yang mungkin dilakukan.

## 2.5 Faktor-Faktor Kontrol Diri

Faktor yang mempengaruhi kontrol diri menurut Ghufron (2017) yaitu:

- a. Faktor Internal  
Usia merupakan komponen internal yang mempengaruhi kontrol diri. Seiring bertambahnya usia, kemampuan seseorang untuk mengatur perilakunya meningkat, sedangkan individu yang lebih muda mengalami hal yang sebaliknya.
- b. Faktor Eksternal  
Salah satu contoh kekuatan luar tersebut adalah rumah. Orang tua seseorang dan anggota keluarga lainnya mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan dan bakatnya. Berlatihlah menahan diri. Oleh karena itu, aktivitas orang tua akan berdampak tidak langsung terhadap perilaku anak, memastikan bahwa mereka mengikuti aturan.

## 2.6 Cyberbullying

Shakespeare (2007) menyebutkan bahwa mengirim atau menerbitkan materi berbahaya atau terlibat dalam agresi sosial melalui internet dan bentuk teknologi lainnya dikenal sebagai *cyberbullying*. Contoh dari *cyberbullying* adalah anak muda mengintimidasi teman yang lebih tua dan lebih rentan. Teknologi, khususnya media sosial, menjadi vektor intimidasi semacam ini. Penindasan yang terjadi melalui penggunaan sarana komunikasi elektronik secara sengaja dan berulang-ulang, seperti internet, *email*, pesan teks, pesan singkat, situs pribadi, situs jejaring sosial (seperti *Facebook*, *Twitter*, dan *game online*), dan sebagainya adalah dikenal dengan *cyberbullying*. *Cyber bullying* juga merujuk pada tindakan bermusuhan dengan maksud untuk merugikan orang lain (Mawardah & Adiyanti 2014).

## 2.7 Aspek-Aspek Cyberbullying

Dalam pandangan Willard (2007), *cyberbullying* mencakup berbagai perilaku, yang paling umum adalah:

- a. *Flaming*, merupakan bentuk perkelahian yang terjadi secara *online* dan menggunakan bahasa yang eksplisit, kasar, dan bermusuhan. Jenis perilaku ini, termasuk menghina, mengejek, dan mengumpat, biasa digunakan di ruang obrolan *online*.
- b. *Harassment*, mengacu pada praktik melecehkan orang lain secara terus-menerus melalui sarana elektronik seperti *email*, pesan teks, atau media sosial dengan bahasa yang kasar atau menyinggung.
- c. *Denigration*, merujuk pada praktik menyebarkan rumor jahat tentang orang lain dalam upaya menghancurkan persahabatan atau reputasinya.
- d. *Impersonation*, berkaitan dengan meniru identitas orang lain dan mengirimkan konten berbahaya atau memalukan kepada mereka dalam upaya merusak persahabatan atau reputasi mereka.
- e. *Outing dan Trickery*, dapat berbentuk mengambil foto, video, atau informasi pribadi orang lain dan mempublikasikannya secara *online* dengan cara yang memalukan.
- f. *Cyberstalking*, dapat terlihat dari individu menuduh dan mengancam orang lain sambil terus menerus mengganggu mereka.
- g. *Exclusioni*, berkaitan dengan perilaku individu yang berusaha untuk menghapus seseorang dari grup *online* dengan sengaja dan dengan cara yang kasar.

### 3 METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif korelasional. Mengumpulkan informasi untuk memastikan adanya hubungan antara beberapa variabel adalah inti dari penelitian korelasional semacam ini (Sulfemi & Dede, 2018).

#### 3.1 Populasi dan Sampel

Sebanyak 1526 siswa dari SMA Negeri 5, SMA Negeri 2, dan SMA Negeri 7 di Kota Lhokseumawe dimasukkan dalam populasi penelitian ini. Setidaknya 88 siswa dari masing-masing sekolah memenuhi kriteria ukuran sampel minimum untuk menarik kesimpulan tentang korelasi antara lemahnya teknik pengasuhan orang tua dan kurangnya kontrol diri anak-anak mereka ketika menghadapi *cyberbullying*.

#### 3.2 Teknik Analisis Data

Untuk mengetahui apakah kedua variabel penelitian memiliki korelasi, peneliti terlebih dahulu melakukan uji asumsi. Uji asumsi dilakukan untuk menentukan apakah uji statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis menggunakan uji parametrik atau uji non-parametrik. Uji asumsi yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji normalitas dan uji linieritas. Selanjutnya, apabila hasil yang diperoleh menunjukkan data normal dan linier, maka analisis yang digunakan adalah uji parametrik, yaitu korelasi *product moment*

### 4 HASIL DAN PEMBAHASAN

Model regresi linier sederhana dilakukan untuk melihat pengaruh *employee engagement* (X) terhadap *workforce agility* (Y).

Sebelum melakukan pengujian hipotesis peneliti terlebih dahulu melakukan uji asumsi. Berikut adalah uji asumsi yang dilakukan

#### 1) Uji Normalitas

Priyatno (2011) mengatakan uji normalitas menentukan apakah data terdistribusi secara teratur. Penelitian ini menggunakan satu sampel *kolmogorov-smirnov*. Priyatno (2011) mendefinisikan data dinilai berdistribusi normal apabila memiliki signifikansi lebih besar dari 0,05. Uji normalitas terhadap 100 responden menunjukkan bahwa variabel pola asuh permisif (*Asymp Sig 2-tailed*) mempunyai nilai signifikansi sebesar 0,200 ( $\text{sig} > 0,05$ ) dan variabel kontrol diri memiliki nilai signifikansi sebesar 0,136 ( $\text{sig} > 0,05$ ). Dengan demikian, pola asuh permisif dan kontrol diri mempunyai distribusi normal.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Statistic	Signifikansi(p)	Keterangan
Pola Asuh Permisif	.057	.200	Normal
Kontrol Diri	.078	.136	Normal

#### 2) Uji Linearitas

Priyatno (2011) menggunakan uji linieritas untuk mengetahui apakah dua variabel penelitian memiliki hubungan yang linier. Penelitian ini menguji *tes for linearity* dengan menggunakan nilai signifikansi 0,05. Dua variabel dikatakan linier jika nilai signifikansi kolom Deviasi dari Linearitas kurang dari 0,05 (Priyatno, 2011). Hasil uji linearitas penelitian ini adalah sebagai berikut.

Tabel 2. Hasil Uji Linieritas

Koefisien Linearitas (F)	Signifikansi (p)	Keterangan
10.705	.002	Linier

Setelah melakukan uji asumsi, diperoleh hasil bahwa data penelitian terdistribusi secara normal dan memiliki hubungan antar variabel yang linier. Hasil tersebut kemudian digunakan untuk menentukan analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis, yaitu menggunakan analisis korelasi *product moment*. Temuan penelitian dengan sampel 100 remaja menunjukkan adanya korelasi antara pola asuh permisif dengan tingkat kontrol diri pada individu yang melakukan *cyberbullying*. Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 2, SMA Negeri 5, dan SMA Negeri 7 Kota Lhokseumawe. Koefisien korelasi antara variabel kontrol diri dan variabel pola asuh permisif ditemukan signifikan secara statistik (Sig=0,002; sig < 0,05). Oleh karena itu, hipotesis alternatif (Ha) diterima, dan hipotesis nol (H0) ditolak. Koefisien korelasi sebesar -0,243 untuk hubungan pola asuh permisif dengan kontrol diri dianggap signifikan menurut pedoman tingkat korelasi yang telah ditetapkan. Hasil ini menunjukkan bahwa koefisien korelasi cenderung ke arah negatif. Sederhananya, mereka yang melakukan *cyberbullying* dengan gaya orang tua yang permisif cenderung memiliki tingkat kontrol diri yang lebih rendah. Begitu pula ketika tingkat pola asuh permisif pada pelaku *cyberbullying* rendah, maka kontrol diri pada pelaku *cyberbullying* akan semakin tinggi.

Temuan klasifikasi pola asuh permisif menunjukkan bahwa subjek menunjukkan tingkat pola asuh permisif yang tinggi, dengan 60 siswa atau 60,6% sampel. Sebaliknya, kategori rendah berjumlah 39 siswa atau mewakili 39,0% sampel. Siswa di SMA Negeri 2, SMA Negeri 5, dan SMA Negeri 7 Lhokseumawe menunjukkan pola asuh orang tua yang bercirikan permisif kuat. Hal ini menunjukkan bahwa orang dengan pola asuh permisif tinggi memiliki orang tua yang menerapkan pendekatan pola asuh yang lemah, kurang memberikan bimbingan dalam membentuk pola perilaku yang dapat diterima secara sosial, dan tidak memberikan hukuman sehingga membiarkan anak melakukan perilaku yang tidak diinginkan. Hurlock (2002). Sebaliknya, mereka yang memiliki pola asuh permisif tinggi berpendapat bahwa pendekatan ini biasanya dilakukan oleh orang tua yang terlalu toleran, memberikan anak otonomi yang lebih besar dengan menyetujui dan memahami semua perilaku, permintaan, dan aktivitas mereka. Lestari (2012). Sementara itu, individu dengan tingkat pola asuh permisif yang rendah meyakini bahwa membiarkan anak bertindak sesuai keinginannya dan memberikan partisipasi yang penuh kasih sayang akan mengakibatkan anak mengembangkan rasa percaya diri dan mudah menjalin hubungan dengan teman sekelasnya (Santrock, 2007).

Para peneliti melakukan analisis korelasi untuk menguji hubungan antara setiap ciri pola asuh permisif dan kontrol diri. Pola asuh permisif, sebagaimana didefinisikan oleh Baumrind (1991), mencakup empat elemen kunci: kurangnya kontrol terhadap anak, tidak adanya hukuman atau penghargaan, toleransi orang tua terhadap anak, dan minimal komunikasi. Studi korelasi terhadap ciri-ciri pola asuh permisif menunjukkan bahwa kurangnya kontrol terhadap anak menunjukkan koefisien korelasi positif sebesar 0,441 yang menunjukkan hubungan yang kuat. Korelasi ini signifikan secara statistik dengan nilai p 0,000. Tidak adanya punishment atau reward berkorelasi positif dengan nilai 0,376 menunjukkan adanya hubungan yang kuat. Tingkat signifikansinya adalah 0,000, menunjukkan hasil yang sangat dapat diandalkan. Koefisien korelasi antara toleransi orang tua dengan anak sebesar 0,482 menunjukkan adanya hubungan yang positif. Tingkat signifikansinya adalah 0,000, menunjukkan hubungan statistik yang kuat. Selain itu, nilai korelasi unsur komunikasi cukup rendah yaitu 0,109 dengan tingkat signifikansi 0,281. Menurut temuan Wong (2009), orang tua menunjukkan sikap apatis, pendidikan diberikan tanpa biaya, dan memberikan kebebasan tanpa batas kepada anak-anak mereka. Menurut penelitian Surbakti (2009), orang tua yang membiarkan anak memiliki kebebasan tanpa batas cenderung membesarkan anak yang kurang memiliki kontrol diri dan terus-menerus menuntut agar keinginannya dipenuhi. Selain itu, Baumrind (1991) menyatakan bahwa orang tua yang menerapkan gaya pengasuhan ini cenderung membesarkan anak

yang memiliki kecenderungan berperilaku mandiri, namun mungkin juga kurang memiliki rasa percaya diri dan disiplin diri. Berdasarkan hasil kategorisasi kontrol diri, terlihat bahwa sebagian besar subjek mempunyai kontrol diri yang rendah. Secara spesifik, terdapat 49 siswa atau 53,6% dari total siswa yang termasuk dalam kategori ini. Sedangkan kategori kontrol diri tinggi berjumlah 42 siswa atau mewakili 46,2% dari total siswa. Sebagian besar siswa di SMA Negeri 2, SMA Negeri 5, dan SMA Negeri 7 di Kota Lhokseumawe menunjukkan tingkat kontrol diri yang kurang memadai.

Zahara, dkk (2015) Remaja dengan kontrol diri yang rendah menunjukkan perilaku yang dianggap kurang dapat diterima di lingkungan sekitarnya, khususnya di lingkungan sekolah. Perilaku tersebut antara lain tidak sopan terhadap guru, kurang berperilaku etis dalam berinteraksi dengan teman, menunjukkan sikap negatif, dan melanggar peraturan sekolah. Individu yang memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi dapat secara efektif mengelola, mengatur, dan mengarahkan perilaku mereka, sehingga menghasilkan hasil yang baik dan banyak manfaat. Selain itu, hal ini menunjukkan bahwa anak yang memiliki kontrol diri yang kuat diharapkan memiliki kemampuan untuk menyalurkan tindakannya pada sesuatu yang bermanfaat dan pantas secara sosial. Menurut Ghufron dan Risnawita (2012), terdapat hubungan berbanding terbalik antara tingkat kontrol diri individu dengan keterlibatannya dalam perilaku atau aktivitas buruk. Dengan kata lain, semakin tinggi kontrol diri seseorang, maka semakin kecil kemungkinannya untuk menunjukkan perilaku negatif.

Komponen kontrol diri mencakup tiga aspek spesifik: pengendalian perilaku, pengendalian kognitif, dan pengendalian keputusan (Averill, 1973). Kajian korelasi unsur pengendalian diri menunjukkan adanya hubungan negatif antara aspek pengendalian perilaku, dengan koefisien korelasi sebesar -0,073 dan tingkat signifikansi sebesar 0,469. Selanjutnya unsur kontrol kognitif mempunyai hubungan positif paling kuat dengan koefisien sebesar 0,483 dan tingkat signifikansi sebesar 0,000. Selanjutnya terdapat hubungan positif yang kuat antara aspek pengendalian keputusan dengan nilai sebesar 0,335 yang signifikan secara statistik pada tingkat 0,001. Uji korelasi menunjukkan bahwa kontrol kognitif merupakan ciri kontrol diri yang paling erat kaitannya dengan pola asuh permisif. Averill (1973) berpendapat bahwa perilaku kontrol kognitif adalah penyebab utama peristiwa individu. Siswa memiliki kapasitas untuk mengatur perilaku kognitif, termasuk ketidakmampuan untuk mengelola perilaku dalam situasi lingkungan tertentu, sehingga menghasilkan hasil perilaku yang buruk.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sejumlah besar subjek, khususnya 52 siswa (54,7%), tergolong memiliki tingkat *cyberbullying* yang tinggi. Sebaliknya, sebanyak 43 siswa (45,3%) masuk dalam kategori rendah. Sejumlah besar siswa SMA Negeri 2, SMA Negeri 5, dan SMA Negeri 7 di Kota Lhokseumawe mengalami *cyberbullying* dalam tingkat yang parah. Wang (2009) melaporkan bahwa peserta terlibat dalam perilaku *cyberbullying*, termasuk mengejek teman-teman mereka di dalam grup, membuat postingan yang menggambarkan aspek negatif dari teman-teman mereka, dan menerbitkan gambar-gambar yang tidak menyenangkan dari teman-teman mereka. Selain itu, mereka melontarkan pernyataan tidak sopan di platform media sosial. Ketika anak-anak kurang berempati, mereka cenderung melakukan *cyberbullying* terhadap teman-temannya di sekolah. Menurut penelitian Wang (2009), *cyberbullying* pada tingkat rendah tidak termasuk jenis *cyberbullying* yang dapat dihentikan atau dicegah dengan dukungan orang tua dalam bentuk fisik, verbal, sosial, dan elektronik. Penelitian yang dilakukan oleh Malihah dan Alfiasari (2008) mendukung anggapan bahwa peningkatan kontak antara orang tua dan remaja dapat secara efektif menurunkan perilaku *cyberbullying* pada remaja.

*Cyberbullying*, sebagaimana didefinisikan oleh Balsey, Berson & Feron (2013), mengacu pada penggunaan teknologi elektronik yang disengaja oleh orang atau organisasi untuk melakukan pelecehan atau mengirimkan komunikasi jahat. Remaja yang terlibat dalam *cyberbullying* tanpa pengawasan cenderung mengembangkan kecenderungan agresif, kesulitan membentuk hubungan positif dengan orang lain, dan menjadi lebih rentan untuk terlibat dalam aktivitas kriminal serius di media sosial (Parks, 2013). Menurut Willard (2007), perilaku kejam dapat terwujud dalam beberapa bentuk, seperti menyebarkan konten berbahaya atau terlibat dalam kekejaman sosial melalui

penggunaan media sosial atau sarana teknologi lainnya. Hinduja (2010) menemukan bahwa anak muda yang terlibat dalam *cyberbullying* dipengaruhi oleh tingkat kontrol diri mereka. Istilah kontrol diri mengacu pada evaluasi atau penilaian yang diberikan kepada seseorang. Individu dengan kontrol diri yang rendah cenderung melakukan tindakan yang melanggar standar masyarakat dan bahkan mungkin melampaui batas hukum. Korelasi ini menggarisbawahi hubungan antara kontrol diri dan perilaku menyimpang.

Temuan Iga & Suminar (2012) menunjukkan bahwa orang dengan kontrol diri yang tidak memadai menunjukkan perilaku impulsif, egois, kecenderungan mengambil risiko, dan kecenderungan kehilangan kendali emosi karena frustrasi yang meningkat. Individu yang memiliki atribut-atribut tersebut mempunyai risiko lebih tinggi untuk terkena tindakan kriminal dan menyimpang dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi. Berdasarkan temuan penelitian Sutarlina (2007), remaja yang terlibat dalam aktivitas kriminal terlibat dalam *cyberbullying* karena berbagai sebab, termasuk kurangnya kontrol diri dan pengaruh eksternal seperti koneksi tidak sehat yang tidak diawasi oleh keluarga mereka. Menurut Logue (1995), orang tua memegang peranan penting dalam mengembangkan kontrol diri pada anak. Anak mengamati dan belajar dari tindakan dan perilaku orang tuanya dalam kehidupan sehari-hari, termasuk metode pengasuhan yang diterapkan.

Peran orang tua sangat penting dalam memungkinkan anak untuk menjalankan otonomi dalam pengambilan keputusan, membedakan implikasi dari tindakan mereka, dan membedakan antara perilaku yang pantas dan tidak pantas (Grolnick, 1991). Hal ini menyebabkan kurangnya kontrol diri dan manajemen diri yang tidak memadai pada anak sebagai akibat dari pola asuh orang tua. Menurut Basembun (2008), pola asuh permisif melibatkan orang tua yang menunjukkan perilaku lalai terhadap anaknya dengan tidak melakukan intervensi dalam kehidupannya. Biasanya, anak-anak menunjukkan sedikit kontrol diri, ketidakdewasaan, dan rasa terisolasi dalam keluarga mereka. Selama masa remaja, mereka mungkin menunjukkan kelainan perilaku seperti membolos dan melakukan intimidasi.

## 5 SIMPULAN

Temuan penelitian menunjukkan adanya korelasi antara pola asuh permisif dan tingkat kontrol diri yang ditunjukkan oleh individu yang melakukan *cyberbullying*. Sebagian besar partisipan menunjukkan pola asuh permisif yang berada pada rentang tinggi, sedangkan tingkat kontrol diri mereka tergolong buruk. Hal ini menunjukkan bahwa kombinasi pola asuh permisif dan kontrol diri berpengaruh terhadap perkembangan rendahnya kontrol diri pada anak, karena kedua faktor tersebut saling berinteraksi membentuk kepribadian anak. Hal ini mengarah pada manifestasi perilaku *cyberbullying*. Orang tua yang menerapkan gaya pengasuhan permisif memberikan batasan minimal terhadap interaksi sosial anak-anaknya, membiarkan mereka melakukan perilaku yang tidak dibatasi dan menuruti keinginannya secara berlebihan. Akibatnya, anak gagal mengembangkan kontrol diri dan mengembangkan rasa berhak, selalu mengharapkan keinginannya terpenuhi.

Adapun beberapa saran yang diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1. Subjek Penelitian

Siswa harus memiliki otonomi dan disiplin diri untuk menghindari terlibat dalam *cyberbullying* dan memprioritaskan tuntutan penting. Siswa juga diharapkan untuk meningkatkan aktivitas konstruktif mereka, seperti terlibat dalam upaya sastra berbasis perpustakaan, latihan fisik, dan berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler di sekolah dan di luar sekolah..

### 2. Lembaga Terkait

Disarankan bagi guru Bimbingan Konseling di SMA Negeri 2, SMA Negeri 5, dan SMA Negeri 7 Kota Lhokseumawe untuk meningkatkan program konseling terhadap perilaku *cyberbullying* di lingkungan sekolah. Untuk meningkatkan perilaku siswa, penting untuk menumbuhkan kontrol diri mereka, karena kontrol diri memainkan peran penting dalam membimbing perilaku

mereka menuju hasil yang lebih bermanfaat. Agar siswa dapat membedakan antara perilaku yang baik dan buruk di lingkungannya.

### 3. Subjek Penelitian

Siswa harus memiliki disiplin diri untuk menghindari terlibat dalam *cyberbullying* dan memprioritaskan tuntutan penting. Siswa juga diminta untuk meningkatkan keterlibatan mereka dalam upaya konstruktif, seperti memanfaatkan perpustakaan untuk membaca, melakukan latihan fisik, dan berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler sekolah dan non-sekolah.

### 4. Lembaga Terkait

Disarankan bagi guru Bimbingan Konseling di SMA Negeri 2, SMA Negeri 5, dan SMA Negeri 7 Kota Lhokseumawe untuk meningkatkan program konseling terhadap perilaku *cyberbullying* di lingkungan sekolah. Untuk meningkatkan perilaku siswa, penting untuk menumbuhkan kontrol diri mereka, karena kontrol diri memainkan peran penting dalam membimbing perilaku mereka menuju hasil yang lebih bermanfaat. Agar siswa mampu membedakan perbuatan baik dan buruk di lingkungan sekitar.

### 5. Orang Tua

Para orang tua disarankan untuk memastikan bahwa ajaran yang mereka berikan kepada anak-anak mereka mampu memotivasi anak secara alami dan meningkatkan kepercayaan diri serta harga diri. Anak akan merasa diperhatikan dan sangat disayang oleh kedua orang tuanya melalui ajaran, bimbingan, dan pelatihan yang diberikannya. Jika seorang anak telah mendapat perhatian dan kasih sayang yang cukup dari kedua orang tuanya, maka anak tersebut akan menunjukkan ketaatan terhadap orang tuanya dan menahan diri untuk tidak ikut serta dalam kegiatan *cyberbullying*.

### 6. Peneliti Selanjutnya

Penelitian di masa depan didorong untuk menyelidiki aspek-aspek tambahan yang berkontribusi terhadap perilaku *cyberbullying*. Hal ini akan memungkinkan pengumpulan data yang berkelanjutan dan andal, yang dapat digunakan untuk mengembangkan intervensi yang efektif guna mengatasi fenomena spesifik yang terlihat. Peneliti tambahan mungkin juga menyelidiki dampak *cyberbullying* terhadap pendewasaan dan kemajuan remaja.

## DAFTAR PUSTAKA

- Averill, J. R. (1973). Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Psychological bulletin*, 80(4), 286.
- Balsey, B. F., (2013). Cyberbullying an emerging threat to the always on generation. bullying, cyberbullying, education, presentations, technology. *The Journal School Health*, 2(3).
- Basembun, I. (2008). Gaya Pola Asuh Orang Tua. *Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia*.
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The journal of Early Adolescence*, 11(1), 56-95.
- Fajriansyah, M. N. (2012). Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada remaja laki-laki peminum miras. *Jurnal Psikologi*, 2(1).
- Ghufron, M. N., & Risnawati, R (2017). *Teori-Teori Psikologi*. PT: Ar-Ruzz Media.
- Grolnick, W.S., Ryan, R. M., & Deci, E. L. (1991). The inner resources for school performance: Motivational mediators of children perceptions of their parents. *Journal of Educational Psychology*, 53, 508-517.
- Hidayat, K & Bashori, K (2016). *Psikologi Sosial: Aku, Kami dan Kita*. PT: Erlangga.
- Hinduja, S. & Patchin, J.W (2010). Cyberbullying and self-esteem. *Journal of School Health*, 55(2), 1-8.
- Hurlock, E. B. (2002). *Psikologi Perkembangan. 5th edition*. Erlanga: Jakarta.
- Hurriyati, D. (2013). Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada anggota polisi resort pagar alam. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 2.

- Iga S., & Dewi R. (2012). Hubungan antara tingkat kontrol diri dengan kecenderungan perilaku kenakalan remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 1(2).
- Kartono, K. (2013). *Patologi Sosial: Kenakalan Remaja*. PT. Grafindo Persada.
- Lestari, S. (2012). *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga*. PT. Kencana.
- Li, Q. (2007). New bottle but old wine: A research of cyberbullying in schools. *Computers in human behavior*, 23(4), 1777-1791.
- Logue, A. W. (1995). *Self Control*. PT: Prentice Hall.
- Mawardah, M., & Adiyanti, M. G. (2014). Regulasi emosi dan kelompok teman sebaya pelaku cyberbullying. *Jurnal psikologi*, 41(1), 60-73.
- Parks, P. J. (2013). *Cyberbullying*. United States: Reference Press
- Priyatno, D. (2011). *Buku saku analisis statistik data SPSS*. Media Pressindo.
- Sandi M. K. (2017). *Dampak pola asuh permisif orang tua terhadap perilaku minuman keras pada remaja usia 13-21 tahun di rt 26 kelurahan silareranti kecamatan Seberang Ulu I Palembang* (Skripsi, UIN Raden Fatah Palembang).
- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan Anak: Edisi Kesebelas Jilid Dua*. PT. Erlangga.
- Santrock, J. W. (2017). *Psikologi Pendidikan, Edisi Kedua*. Kencana Prenada Media Group.
- Sulfemi, W. B., & Dede, S. (2018). Pengaruh Kemampuan Pedagogik Guru Dengan Hasil Belajar Ips. *Jurnal Ilmiah Edutecno*, 18(2).
- Surbakti. (2009). *Parenting anak-anak*. Jakarta: Alex Media Karputindi.
- Sutarlina, S. (2007). *Menyusun dan Mengevaluasi Laporan Penelitian*. UI Press.
- Wang, J., Iannotti, R., & Nansel, T. (2009). School bullying among adolescents in the united states: physical, verbal and cyber. *Journal Of Adolescent Health*, 45(4), 368-375.
- Willard, N. E. (2007). *Cyberbullying and cyberthreats: Responding to the challenge of online social aggression, threats, and distress*. Research press.
- Wong. L. D. (2009). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik Volume 2*. Jakarta: EGC.
- Zahara, H. F. (2015). *Pengaruh self control komunikasi interpersonal dan pola asuh permisif terhadap game online pada remaja* (Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).

## Resiliensi Ibu yang Memiliki Anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD)

Zahra Gias Tsamarah

Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Muhammadiyah Purworejo

Email: zahra.gias@gmail.com

---

Diterima:  
4 Juni 2024

Diterima Setelah Revisi:  
11 Juni 2024

Dipublikasikan:  
20 Juni 2024

---

### Abstrak

Layanan psikologi seperti sekolah inklusi, biro psikologi, dan layanan khusus untuk anak dengan *autism spectrum disorder* (ASD) belum memadai di Purworejo. Ibu kerap kali bingung mencari wadah untuk bercerita tentang kendala selama mengasuh anaknya. Masyarakat yang kurang peduli dan memahami kondisi anak dengan ASD menyebabkan ibu sadar bahwa dibutuhkan tenaga profesional seperti psikolog untuk sosialisasi tentang ASD pada masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan resiliensi ibu yang memiliki anak dengan ASD di Purworejo. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara terstruktur dan observasi. Partisipan penelitian terdiri dari tiga ibu yang memiliki anak dengan ASD. Metode analisis data yang digunakan adalah langkah analisis fenomenologi dari Miles dan Huberman. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa resiliensi ibu dengan anak ASD terbentuk melalui optimisme dalam merawat anak, harapan masa depan anak, hubungan sosial yang baik, kemampuan memecahkan masalah, dan menemukan hikmah sebagai ibu dengan anak ASD.

**Kata Kunci:** *Autism spectrum disorder*, ibu, resiliensi.

### Abstract

*There are insufficient psychological resources, including particular assistance for kids with autism spectrum disorder (ASD), psychologist offices, and inclusion schools at Purworejo. Mother is frequently perplexed and tries to find a way to explain to me the challenges she faces in raising her child. Mothers discover that in order to socialise about ASD in society, specialists such as psychologists are needed because of a society that lacks empathy and understanding for the condition of children with ASD. The purpose of this study is to characterise the resiliency of mothers at Purworejo who have kids with ASD. Qualitative methodologies along with phenomenological approaches are used in this study. Methods such as structured interviews and observation are used to acquire data. Three moms whose kids had ASD made up the study participants. A phenomenological analysis was the data analysis technique employed.*

**Keywords:** *Autism spectrum disorder, mother, resilience.*

## 1 PENDAHULUAN

Pada dasarnya menangani anak dengan *autism spectrum disorder* (ASD) bukan hal yang mudah bagi ibu. Banyak keadaan yang memberatkan baik secara ekonomi, sosial, fisik, maupun psikis. Sampurno dan Hedi (2017) menjelaskan bahwa permasalahan yang dihadapi oleh orang tua yang mempunyai anak dengan ASD antara lain ketika anak didiagnosis ASD orang tua kaget dan panik, bingung dan merasa bersalah, perasaan malu dan bingung untuk menjelaskan pada orang lain

tentang keadaan anak, masalah biaya untuk perawatan, mengontrol emosi pada anak dan cara mengatasi anak pada saat anak tantrum, bingung mencari sekolah yang cocok untuk anak, dan khawatir terhadap masa depan anak. Sampurno dan Hedi (2017) menambahkan bahwasanya keadaan yang memberatkan dalam ekonomi terhadap anak dengan ASD membutuhkan biaya yang mahal untuk *medical check up*, terapi, pengobatan hingga biaya khusus untuk pengeluaran makanan karena beberapa dari anak dengan ASD alergi terhadap makanan seperti tepung dan coklat.

Kegiatan fisik anak dengan ASD yang cenderung berulang-ulang akan melelahkan fisik ibu sebagai *caregiver* utama. Pada segi sosial, ibu memiliki rasa cemas terhadap kontak sosial anak dengan lingkungannya, takut anaknya tidak dapat bermain dan bergabung bersama teman sebaya sedangkan segi psikis, menurut Capss dkk. (Nevid, 2003) anak cenderung sulit mengatur emosi, memiliki perubahan emosi yang signifikan, dan memiliki kecenderungan untuk menampakan emosi negatif yang lebih kuat seperti marah, sedih, dan takut. Perubahan emosi yang signifikan pada anak dengan ASD cenderung fluktuatif. Keadaan emosi anak dengan ASD sering mengalami perubahan pada waktu yang tidak dapat diprediksikan. Menurut Dickerson Mayes (Ting & Weis, 2017), anak dengan ASD mengalami kesulitan dalam mengatur emosinya. Hal penting yang menentukan bagaimana respon ibu terhadap situasi menantang tersebut adalah resiliensi. Zhao dan Fu (2020) menyatakan bahwa resiliensi yang dimiliki oleh ibu yang memiliki anak dengan ASD akan mengurangi kecemasan, stres, dan depresi saat mengasuh dan membesarkan anak dengan ASD. Saat ibu yang memiliki anak dengan ASD mempunyai resiliensi, maka ibu dapat mengelola kecemasan dan stresnya dengan baik sehingga mengurangi faktor kecenderungan depresi.

Pada studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti, maka diperoleh pernyataan bahwa ibu yang memiliki anak dengan ASD dapat menerima ujian dan berserah diri kepada Tuhan saat pertama kali mengetahui anaknya terdiagnosis ASD karena sebelumnya ia mempunyai ilmu dan pengalaman tentang anak berkebutuhan khusus termasuk *autism spectrum disorder*. Ilmu yang didapatkan merupakan hasil membaca berbagai literatur salah satunya bersumber dari majalah Femina yang ia punya ketika sedang hamil anak keduanya. Menurut Hartuti dan Mangunsong (Dewi & Putu, 2019), penerimaan diri pada awal mendapat pernyataan dari dokter spesialis anak dan sikap menyerahkan diri segala ujian kepada Tuhan merupakan salah satu karakteristik resiliensi.

Peneliti juga mendapatkan dalam studi pendahuluan bahwa jarak antara rumah ibu yang memiliki anak dengan ASD dengan PLA (Pusat Layanan Autis) Yogyakarta sekitar 57 km, sedangkan jarak antara rumah ibu yang memiliki anak dengan ASD II dengan PLA Yogyakarta sekitar 35 km. Pada situasi yang sulit seperti jarak lokasi terapi yang jauh dari rumah ibu yang memiliki anak dengan ASD, mereka mampu bertahan secara konsisten dan rutin membawa anaknya terapi ke PLA Yogyakarta. Ibu yang memiliki anak dengan ASD membawa anaknya terapi sebanyak dua kali dalam satu minggu. Situasi yang sulit (jarak yang jauh antara lokasi rumah dengan PLA Yogyakarta) menghadapi anak dengan ASD, ibu yang memiliki anak dengan ASD tetap berjuang agar anaknya mendapat pelayanan terbaik dalam terapi anaknya. Meskipun antara jarak rumah ibu yang memiliki anak dengan ASD ke lokasi terapi sangat jauh, mereka mempunyai daya juang untuk membawa anaknya terapi ke PLA Yogyakarta.

Meskipun ibu yang memiliki anak dengan ASD mampu secara konsisten untuk membawa anaknya terapi ke Yogyakarta, mereka mempunyai tantangan dalam segi lingkungan sosial di Purworejo. Lingkungan sosial seperti masyarakat, masyarakat yang kurang memahami dan mengerti kondisi anak maupun ibu. Terkadang, ibu yang memiliki anak dengan ASD mendapatkan celaan maupun perilaku negatif pada anaknya.

Peneliti mendapatkan adanya kesenjangan dan kurangnya dukungan sosial dari masyarakat di Purworejo untuk ibu yang memiliki anak dengan ASD. Walaupun demikian, ibu yang memiliki anak dengan ASD memiliki dukungan sosial dari pihak tempat anaknya terapi yaitu di PLA Yogyakarta. PLA Yogyakarta mempunyai program kegiatan *family gathering* untuk para orang tua yang memiliki anak dengan ASD. Kegiatan *family gathering* merupakan salah satu faktor pendukung yang mempengaruhi ibu yang memiliki anak dengan ASD untuk bertahan. Resiliensi pada ibu yang

memiliki anak dengan ASD sangatlah menarik untuk diketahui karena adanya berbagai kendala dari pihak dukungan, mereka masih dapat bertahan untuk menyekolahkan anaknya. Ibu yang memiliki anak dengan ASD kurang mendapat perhatian dari masyarakat karena masyarakat masih belum sadar dan paham tentang adanya salah satu gangguan perkembangan anak yaitu *autism spectrum disorder*. Ibu yang memiliki anak dengan ASD memiliki langkah dan pengambilan keputusan ingin membuat masyarakat memahami kondisi anak dengan ASD maupun orang tuanya melalui langkah memperjuangkan pendirian komunitas “ibu yang memiliki anak dengan ASD” dengan adanya grup *whatsapp*.

Adanya berbagai problematika di atas, peneliti tertarik dan ingin mengetahui resiliensi pada ibu yang memiliki anak dengan ASD di kota Purworejo yang merupakan salah satu kabupaten di Jawa Tengah. Penelitian ini penting dilakukan karena untuk mengungkap proses resiliensi dari seorang ibu yang merupakan pengasuh utama bagi anak dengan ASD. Meskipun pihak sekolah mempunyai program *family gathering* bagi kelas anak dengan ASD, peneliti perlu menggali lebih dalam faktor pendukung yang paling berpengaruh selama ibu berproses untuk menjadi pribadi yang resiliensi. Selain itu, keterbatasan pelayanan terapi, tidak adanya sekolah khusus anak dengan ASD, dan komunitas orang tua yang memiliki anak dengan ASD di Purworejo, menjadikan penelitian ini penting dilakukan untuk mendeskripsikan ketangguhan dan kebangkitan ibu dari pengalaman negatif. Oleh karena itu, apabila resiliensi pada ibu yang memiliki anak dengan ASD di Purworejo dapat dideskripsikan melalui penelitian ini, maka dapat memberi dukungan bagi ibu yang lainnya terutama bagi masyarakat di Purworejo yang masih tabu tentang pengetahuan anak dengan ASD.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi pada ibu yang memiliki anak dengan *autism spectrum disorder*. Terdapat dua jenis manfaat yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis. Secara manfaat teoritis, penelitian ini dapat memberikan sumbangan pemikiran dan pengetahuan dalam bidang psikologi klinis dan sosial tentang resiliensi pada ibu yang memiliki anak dengan ASD. Secara manfaat praktis, penelitian ini bertujuan untuk memperluas ilmu pengetahuan dalam bidang klinis, sosial, dan pendidikan bagi peneliti selanjutnya, ibu yang memiliki anak dengan ASD, masyarakat, dan sekolah.

Reivich dan Shatte (2002) mengungkapkan resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk bertahan, bangkit, dan menyesuaikan dengan kondisi yang sulit. Pengalaman ibu yang memiliki anak dengan ASD dalam membesarkan dan mengasuh anaknya merupakan kondisi tersulit (Chau & Furness, 2023). Selama melewati masa tersulit ibu dalam mengasuh anak dengan ASD hingga membentuk pribadi yang resiliensi, menurut Grothberg (1995), ada tiga kemampuan atau faktor yang membentuk resiliensi, antara lain dukungan dari dalam diri (*I Am*), dukungan lingkungan sosial (*I Have*), dan kemampuan hubungan interpersonal (*I Can*).

Ditinjau dari dukungan sosial (*I Have*), apabila ibu memiliki dukungan lingkungan sosial (*I Have*) yang baik selama mengasuh anak dengan ASD, maka dapat mengurangi stres dan depresi. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada negara Hong Kong, orang tua yang memiliki anak dengan ASD rentan mengalami depresi, bunuh diri, hingga menyakiti diri sendiri karena stigma sosial dan diskriminasi (Chau & Furness, 2023). Hasil penelitian kualitatif fenomenologi terhadap ibu yang memiliki anak dengan ASD di Nepal, ibu mengalami perasaan bersalah, pengabaian oleh lingkungan sosial, dan memiliki kerabat atau saudara yang tidak peduli karena anaknya berbeda dari anak lainnya (Acharya & Sharma, 2021). Jika dilihat dari penelitian tentang pengalaman hidup ibu yang memiliki anak dengan ASD yang pernah dilakukan pada negara Yunani, salah satu negara di Eropa yang mana negara maju, ditemukan dalam hasil penelitian tersebut bahwa ibu yang memiliki anak dengan ASD mengalami tertekan, terbebani, dan kesulitan (Papadopoulos, 2021).

Faktor kemampuan hubungan Interpersonal (*I Can*) adalah kompetensi sosial dan interpersonal seseorang. Bagian-bagian dari faktor ini adalah mengatur berbagai perasaan dan rangsangan, mencari hubungan yang dapat dipercaya, keterampilan berkomunikasi, mengukur temperamen diri sendiri dan orang lain, kemampuan memecahkan masalah (Grothberg, 1995). Pada bagian mengatur berbagai perasaan dan rangsangan. Ibu yang memiliki kemampuan dalam

mengelola pikiran negatif seperti adanya kekhawatiran masa depan anak, maupun mengelola perasaan stres maka ibu akan memiliki kepribadian yang resiliensi (Santoso, 2022).

## 2 KAJIAN PUSTAKA

### 2.1 Resiliensi

APA (*American Psychological Association*) mendefinisikan resiliensi sebagai proses keluarnya seseorang dari berbagai kesulitan menuju kesuksesan (VandenBos, 2007). Resiliensi adalah kemampuan individu untuk bangkit dari permasalahan hidup yang dialami (Nurdian & Zainul, 2014). Resiliensi memiliki definisi yang bermacam-macam. Menurut Tugade *et al.*, (Hefferon & Ilona, 2011) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan untuk merespon suatu keadaan yang menuntut dan sulit, mampu untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif. Menurut Grothberg (dalam Nurdian & Zainul, 2014), resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk menilai, mengatasi, dan meningkatkan diri dari keterpurukan atau kesengsaraan dalam hidup. Reivich dan Shatte (2002) mengungkapkan resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk bertahan, bangkit, dan menyesuaikan dengan kondisi yang sulit. Dari berbagai definisi tersebut, maka dapat disimpulkan resiliensi adalah ketahanan dan kekuatan individu untuk bangkit dari permasalahan hidupnya dengan mengutamakan pengalaman positif daripada pengalaman negatif.

### 2.2 Aspek-aspek Resiliensi

Reivich dan Shatte (2002) memaparkan tujuh aspek-aspek yang membentuk resiliensi, yaitu *emotional regulation*, *impulses control*, *optimis*, *causal analysis*, *empathy*, *self-efficacy*, dan *reaching out*. *Emotional regulation* adalah kemampuan untuk tetap tenang di bawah kondisi yang menekan. *Impulses control* adalah kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri sehingga tidak mudah untuk lepas kendali. *Optimism* yaitu percaya bahwa segala sesuatu dapat berubah menjadi lebih baik, memiliki harapan pada masa depan dan percaya bahwa hidup dapat dikontrol secara langsung, serta individu dapat memperbaiki situasi yang ada. *Causal analysis* yaitu merujuk pada kemampuan individu untuk mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang mereka hadapi. Individu yang mampu mengidentifikasi penyebab dari permasalahan yang mereka hadapi secara tepat, tidak akan terus-menerus berbuat kesalahan yang sama. *Empathy* merupakan kemampuan untuk memahami dan memiliki kepedulian terhadap orang lain. *Self-efficacy* adalah hasil dari pemecahan masalah yang berhasil. *Reaching out* adalah kemampuan individu meraih aspek positif atau mengambil hikmah dari kehidupan setelah kemalangan yang menimpa.

### 2.3 Faktor-faktor yang Membentuk Resiliensi

Grothberg (1995) menyatakan ada tiga kemampuan atau faktor yang membentuk resiliensi, antara lain dukungan dari dalam diri (*I Am*), dukungan lingkungan sosial (*I Have*), dan kemampuan hubungan interpersonal (*I Can*). Faktor *I Am* merupakan kekuatan yang berasal dari dalam diri, seperti perasaan, tingkah laku dan kepercayaan yang terdapat dalam diri seseorang. Faktor *I Am* terdiri dari bangga pada diri sendiri, perasaan dicintai dan sikap yang menarik, individu dipenuhi harapan, iman, kepercayaan, mencintai, menolong tanpa harap imbalan, mandiri, dan bertanggung jawab. Faktor dukungan lingkungan sosial (*I Have*) yaitu bantuan dan sumber dari luar yang meningkatkan resiliensi. Faktor *I Have* terdiri dari memberi semangat agar mandiri, struktur dan aturan rumah, model figur, dan adanya hubungan. Faktor kemampuan hubungan Interpersonal (*I Can*) adalah kompetensi sosial dan interpersonal seseorang. Bagian-bagian dari faktor ini adalah mengatur berbagai perasaan dan rangsangan, mencari hubungan yang dapat dipercaya, keterampilan berkomunikasi, mengukur temperamen diri sendiri dan orang lain, kemampuan memecahkan masalah.

## 2.4 Anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD)

Kata autisme berasal dari bahasa Yunani, *autos* yang berarti “*self*.” Istilah ini digunakan pertama kali oleh psikiater Swiss, Eugen Bleuler pada 1906, untuk merujuk pada gaya berpikir yang aneh pada skizofrenia (autisme adalah salah satu dari “empat A” Bleuler). Menurut kamus psikologi, *autism* adalah menolak realitas, cara berpikir berdasarkan pandangan sendiri, dan asyik dengan pikiran dan fantasi sendiri (Chaplin, 2014). Istilah autis, gangguan autistik, *autisme*, definisinya sama saja dan tergantung keinginan seseorang ingin menggunakan istilah yang mana. Gangguan autistik adalah salah satu gangguan terparah di masa kanak-kanak, bersifat kronis, dan berlangsung sepanjang hidup (Nevid, dkk., 2003). Anak dengan ASD adalah anak dengan kecenderungan diam, dapat duduk dan bermain-main selama berjam-jam, dan tenggelam dalam satu dunia fantasi batiniah sendiri (Chaplin, 2014). Menurut Santrock (2014), gangguan autisme adalah perkembangan yang parah dari gangguan spektrum autisme yang menyerang pada tiga tahun pertama kehidupan dan terjadi kekurangan dalam interaksi sosial, kelainan komunikasi, pola terbatas, berulang, dan stereotip perilaku. Berdasarkan berbagai definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa anak dengan ASD adalah anak yang mengalami gangguan perkembangan masa kanak-kanak pada tiga tahun pertama kehidupan yang mengganggu fungsi kognitif, sosial, emosi, dan perilaku.

## 2.5 Penyebab *Autism Spectrum Disorder* (ASD)

Gangguan spektrum autistik belum diketahui secara pasti untuk penyebabnya. Nevid (2003) menduga berhubungan dengan abnormalitas otak. Para Rapin, Zilbovicius dkk (Nevid, 2003) belum menentukan kerusakan otak yang seperti apa yang dapat menyebabkan gangguan spektrum autistik. Para peneliti berasumsi bahwa gangguan spektrum autistik berasal lebih dari satu tipe abnormalitas otak, kerusakan gen, atau pengaruh racun pada bayi saat dalam kandungan.

Walaupun penyebab gangguan spektrum autistik belum diketahui secara pasti, tetapi dapat diketahui faktor risiko kecenderungan anak dapat mengalami gangguan spektrum autistik. Terdapat sembilan faktor risiko yang dapat meningkatkan kejadian gangguan spektrum autistik yaitu genetik, gen otak, prematuritas, berat lahir rendah, hipertensi kehamilan, diabetes kehamilan, paparan asap rokok, paparan logam berat, dan umur orang tua (Sutomo dkk., 2018). Faktor risiko genetik yaitu ketika anak dengan ASD mempunyai saudara kembar, orang tua atau keluarga yang mengalami penyintas autistik yang sama. Faktor risiko gen otak yaitu terdapat ketidaksesuaian perkembangan struktur otak. Prematuritas yaitu anak dengan ASD lahir lebih awal dari perkiraan atau batas kandungan yang semestinya. Namun, tidak ada satu pun anak memiliki semua faktor risiko genetik yang diketahui untuk gangguan spektrum autistik, atau terkena semua risiko lingkungan yang sama (Naviaux, 2017).

## 2.6 Gejala *Autism Spectrum Disorder* (ASD)

Gangguan spektrum autistik mengganggu fungsi keseharian anak. Ada tiga gejala utama yaitu perilaku, interaksi sosial, dan komunikasi. Gejala yang tampak pada perilaku memiliki tiga komponen utama yaitu perilaku repetitif, perilaku ritualistik, dan ketertarikan tidak wajar (Sutomo dkk., 2018). Gejala gangguan spektrum autistik sangat heterogen dari anak ke anak, menjadikan setiap anak unik. Kelainan dalam komunikasi sosial, minat terbatas, perilaku repetitif/berulang, dan kepatuhan pada perilaku sensorik rutin. Gejala-gejala itulah yang diekspresikan pada setiap anak (Naviaux, 2017).

Perilaku repetitif adalah gerakan stereotip berulang yang tidak memiliki tujuan (Nevid, 2003). Misalnya, berulang-ulang memutar roda mobil-mobilan, memegang rambut, memainkan tangan, dan memeluk kaki. Sebagian anak dengan ASD menyakiti diri sendiri seperti membenturkan kepala ke dinding, menggigit tangan, atau menjambak rambut mereka (Nevid, 2003). Perilaku ritualistik pada anak dengan ASD misalnya ia menginginkan hanya satu jenis alat makan, (re: piring) yang berwarna

ungu dan apabila ia tidak menggunakan piring yang berwarna ungu maka akan marah dan memberontak. Mereka dapat tantrum atau merasa panik secara tiba-tiba (Nevid, 2003).

Ketertarikan tidak wajar misalnya anak dengan ASD memandangi suatu objek tanpa merasa jenuh atau bosan, ia menyukai rambut temannya kemudian ia amati dengan lama. Menurut Sutomo, (2018), mengungkapkan bahwa anak dengan ASD menyukai ketertarikan yang tidak wajar dengan fokus pada satu objek misalnya mereka menyukai bau asap rokok. Ketika anak dengan ASD berjalan di suatu tempat pariwisata jika mencium bau rokok maka ia akan mencari sumber bau tersebut.

Menurut Leekam dan Lopez (Nevid, 2003), gejala komunikasi pada anak dengan ASD terdapat dua jenis yaitu gangguan pada komunikasi verbal dan non verbal. Komunikasi verbal anak dengan ASD ditunjukkan dengan tidak responifnya ketika menjawab pertanyaan dan berbicara dengan orang lain. Komunikasi non verbal anak dengan ASD yaitu tidak ada kontak mata atau ekspresi wajah.

### **3 METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Partisipan Penelitian**

Pengambilan partisipan dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Sugiyono (2012) menjelaskan metode *purposive sampling* adalah sumber data dipilih berdasarkan pertimbangan dan tujuan tertentu sehingga dapat memudahkan peneliti untuk melakukan penelitian. Alasan peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* karena peneliti hanya bisa menggunakan ibu dengan anak yang telah terdiagnosis ASD oleh dokter atau psikolog untuk dijadikan partisipan penelitian. Hal ini dapat mencegah peneliti dari terjadinya bias penelitian karena apabila partisipan tidak terdiagnosis anaknya ASD maka akan menyulitkan proses penelitian. Peneliti memiliki karakteristik partisipan penelitian sebagai yaitu ibu yang memiliki anak dengan ASD dan telah terdiagnosis sejak usia 1-6 tahun

Adapun jumlah partisipan pada penelitian ini sebanyak tiga partisipan penelitian yang terdiri dari tiga ibu yang memiliki anak dengan ASD dan terdapat tiga partisipan tambahan atau informan tahu (yang paling dekat, mengenal, dan mengetahui) ibu yang mana mereka adalah suami dari ibu yang memiliki anak dengan ASD.

#### **3.2 Instrumen Penelitian**

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa pertanyaan-pertanyaan tertulis/pedoman wawancara dengan pedoman observasi sebagai data pendukung, dan alat perekam.

#### **3.3 Prosedur Penelitian**

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara semi terstruktur (menggunakan *guide interview*) dan pedoman observasi sebagai data pendukung. Peneliti menggunakan wawancara semi terstruktur dengan bentuk wawancara mendalam/*depth interview*. Pedoman wawancara berupa pertanyaan-pertanyaan tertulis dan dengan wawancara semi terstruktur ini setiap partisipan diberi pertanyaan yang sama, dan peneliti merekam dengan alat rekam. Pedoman wawancara disusun berdasarkan aspek-aspek yang telah tertulis dalam kajian teori. Peneliti menggunakan aspek-aspek resiliensi sebagai pedoman wawancara yang akan diajukan dalam wawancara kepada partisipan penelitian dan dengan metode observasi sebagai data pendukung atau data tambahan.

Alasan peneliti menggunakan teknik wawancara terstruktur karena peneliti dapat fokus terhadap topik dan isu yang ingin dibahas sehingga jalannya wawancara tidak melebar dari topik yang ingin didalami. Selain itu, wawancara semi terstruktur ini memiliki tujuan agar peneliti menemukan permasalahan secara lebih terbuka.

### 3.4 Metode Pengolahan Data

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis kualitatif dengan menggunakan model langkah analisis data model Miles dan Huberman. Analisis data dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung dan setelah selesai pengumpulan data dalam periode tertentu. Aktivitas analisis data menurut Miles dan Huberman (Sugiyono, 2017) yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan kesimpulan/verifikasi data.

1. Pengumpulan data

Pengumpulan data dapat melalui proses wawancara semi terstruktur dengan bantuan pedoman observasi sebagai data pendukung.

2. Reduksi data

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting berkaitan dengan teori resiliensi dan tujuan yang akan dicapai oleh peneliti. Data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya kembali bila diperlukan.

3. Penyajian data

Penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, dan narasi. Penyajian data yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif.

4. Penarikan kesimpulan/verifikasi

Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah apabila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat dan mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.

## 4 HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini menyajikan hasil penelitian. Hasil penelitian dapat dilengkapi dengan tabel, grafik (gambar), atau bagan. Bagian pembahasan memaparkan hasil pengolahan data, menginterpretasikan penemuan secara logis, mengaitkan dengan sumber rujukan yang relevan.

Berdasarkan hasil yang telah didapatkan dalam penelitian, terdapat perbedaan dan persamaan gambaran resiliensi pada ketiga partisipan. Pertama, perbedaan resiliensi pada ketiga partisipan dapat ditinjau dari:

1. Partisipan penelitian I (SU)

Pada partisipan SU, memiliki tiga respon afektif, respon perilaku, dan respon sosial yang dipengaruhi oleh faktor eksternal yaitu keluarga dan lingkungan. respon afektif pada partisipan SU yaitu sedih, bingung, menangis, lelah, dan optimis. SU mengalami rasa sedih, bingung, dan lelah saat pertama kali mengetahui bahwa anaknya terdiagnosis *autism spectrum disorder* (ASD). Namun, meski SU merasakan beragam perasaan negatif seperti sedih, bingung, dan lelah, SU mampu optimis dan percaya diri hingga saat ini dalam membimbing anaknya. Respon perilaku yang ditunjukkan oleh SU yaitu mampu konsisten mendampingi anak dengan ASD terapi meski ia dalam kondisi bekerja, beribadah dan menyerahkan segala urusan pada Tuhan, dan menentukan untuk pensiun dini agar fokus merawat anak. respon sosial yang dimiliki SU yaitu menjaga hubungan dengan orang lain yang berperilaku negatif dan bersedekah pada mantan ART (asisten rumah tangga) yang sudah tidak bekerja lagi di rumahnya.

Respon afektif, perilaku, dan sosial yang terjadi pada SU dipengaruhi oleh faktor eksternal yaitu keluarga dan lingkungan. Keluarga berperan serta dalam pengasuhan anak, turut mendampingi SU saat anak terapi, tidak malu saat menghabiskan waktu bersama anak ketika sedang berada di luar rumah, dan adanya komunikasi yang terbuka antar anggota keluarga.

Pada proses terbentuknya resiliensi SU, SU memiliki perbedaan dengan kedua partisipan lain, yang mana terbentuknya resiliensi SU dipengaruhi oleh faktor keluarga dan lingkungan. Keluarga berperan serta dalam pengasuhan anak dengan ASD, turut mendampingi saat anak terapi, tidak malu saat menghabiskan waktu bersama anak dengan ASD di luar rumah, dan komunikatif antar anggota keluarga. Sedangkan dari faktor lingkungan, SU mendapat persetujuan pensiun dini dari pemerintah dan terdapat ART (Asisten Rumah Tangga) yang turut membantu pengasuhan anak.

Pada aspek resiliensi, SU memiliki kecenderungan dan dominan pada aspek *empathy*, *reaching out*, dan *self-efficacy*. Pada aspek *empathy*, SU mampu memposisikan diri sebagai orang lain, bersedekah pada mantan ART yang membantu mendidik anak, memaklumi orang lain yang kurang memahami informasi ASD, dan bersyukur mempunyai keluarga peduli pada anak. Pada aspek *self-efficacy* SU ditunjukkan melalui sikapnya yang konsisten dan memiliki keyakinan terhadap pengambilan keputusan untuk melakukan terapi pada PI secara mandiri baik itu di rumah maupun lingkungan sekitar rumah dan sekolah. Aspek *reaching out* yang ditunjukkan SU melalui pengambilan keputusannya yaitu pensiun dini dari profesi PNS (pegawai negeri sipil) pada usia 50 tahun yang bertujuan untuk menghabiskan masa tuanya mengasuh dan membimbing PI agar menjadi anak dengan ASD yang mandiri dan bermanfaat bagi diri PI maupun orang-orang terdekatnya ketika SU dan DJ telah tiada.

## 2. Partisipan Penelitian II (NE)

Pada partisipan NE, memiliki tiga respon afektif, respon perilaku, dan respon sosial yang dipengaruhi oleh faktor eksternal yaitu keluarga dan lingkungan. respon afektif pada partisipan NE yaitu terkejut, tenang, tegar, acuh, percaya diri, dan semangat. respon perilaku yang ditunjukkan oleh NE yaitu konsisten mendampingi anak terapi, berbagi kisah tentang pengasuhan anak ke sesama orang tua yang memiliki anak dengan ASD, dan menyerahkan segala hasil akhir usahanya pada Tuhan. respon sosial yang dimiliki NE yaitu menjaga hubungan dengan orang lain yang berperilaku negatif pada anak dan memberi pertolongan berupa tumpangan kendaraan untuk berangkat bersama orang tua yang memiliki anak dengan ASD ke lokasi terapi di Yogyakarta.

Pada proses terbentuknya resiliensi NE, NE memiliki perbedaan dengan kedua partisipan lain, yang mana terbentuknya resiliensi NE dipengaruhi oleh faktor keluarga dan lingkungan. Keluarga berperan dalam memberikan dukungan finansial. Jika kondisi finansial NE sedang kurang baik maka ia tidak bisa datang membawa anaknya terapi di Yogyakarta. Sedangkan dari faktor lingkungan, NE memiliki tempat bercerita tentang keluhan dan perasaannya selama merawat anak dengan ASD. NE menjadi lebih banyak berinteraksi dengan orang lain dan NE mempunyai komunitas sesama orang tua yang memiliki anak dengan ASD di PLA (Pusat Layanan Autis) Yogyakarta dan komunitas ibu yang memiliki anak dengan berkebutuhan khusus di Purworejo. Pada aspek resiliensi, NE memiliki kecenderungan dan dominan pada aspek *emotional regulation*, *empathy*, *reaching out*, dan *self-efficacy*. Pada aspek *emotional regulation*, NE merasa bingung ketika mencari referensi tentang anak dengan ASD. Ia tak pernah lelah untuk mencari informasi ASD hingga ke Yogyakarta. Ketika ada orang yang berpandangan negatif tentang anak, NE mampu menjelaskan informasi ASD kepada orang yang bertanya maupun yang berpandangan negatif tentang anaknya. Menurut NE, bercerita tentang anak ASD pada orang yang mengolok-oloknya dan pada orang yang bertanya adalah suatu kepuasan hati tersendiri. NE merasa dirinya puas dan lega ketika ia mampu menjelaskan informasi ASD pada orang lain.

Pada aspek *empathy*, NE mempunyai sikap tolong-menolong antar ibu yang memiliki anak dengan ASD melalui kendaraannya yang ia miliki dan berangkat bersama ke tempat terapi di PLA (Pusat Layanan Autis) di Yogyakarta. Selain itu, NE bercita-cita mendirikan pusat layanan ASD di Purworejo. Pada aspek *self-efficacy*, NE sangat yakin pada keberhasilan terapi anak, konsisten menerapkan terapi pada anak di rumah secara mandiri dan di tempat terapi, dan NE

memiliki alternatif lain apabila berhalangan terapi di PLA Yogyakarta. Pada aspek *reaching out*, NE menyadari kehadiran anak adalah ketentuan Tuhan, menganggap anak adalah pelipur lara dan sumber kebahagiaan keluarga, dan NE bersyukur anak dengan ASD berjenis kelamin laki-laki. Ia mensyukuri anaknya berjenis kelamin laki-laki karena bila ia mendapat anak dengan ASD berjenis kelamin perempuan, ia membayangkan akan betapa sulitnya lagi mengasuh anak perempuan, terkait masalah reproduksi, cinta, dan seks suatu hari nanti.

### 3. Partisipan Penelitian III (GI)

Pada partisipan GI, memiliki tiga respon yaitu respon kognitif, respon perilaku, dan respon sosial yang dipengaruhi oleh faktor eksternal yaitu keluarga dan lingkungan. respon kognitif pada partisipan GI yaitu khawatir, optimis, dan berpikiran positif. GI merasa khawatir jika anak ditolak dalam *circle* pertemanan. Namun, GI tetap mempunyai rasa optimis dan berpikiran positif bahwa segala yang terjadi pada anaknya akan ada hikmah dan keajaiban dari Tuhan. respon perilaku GI ditunjukkan oleh dirinya yang mampu secara konsisten mendampingi anak terapi di PLA (Pusat Layanan Autis) Yogyakarta, tidak merasa malu untuk berbagi tentang kondisi anak pada orang lain, dan taat beribadah pada Tuhan dan menyerahkan segala urusan atau hasil akhir hanya pada Tuhan. respon sosial GI ditunjukkan melalui impian dan cita-citanya yaitu mempunyai layanan khusus anak dengan ASD di Purworejo untuk menolong para orang tua yang tidak mampu membawa anaknya mengalami ASD terapi ke Yogyakarta.

Pada proses terbentuknya resiliensi GI, GI memiliki perbedaan dengan kedua partisipan lain, yang mana terbentuknya resiliensi GI dipengaruhi oleh faktor keluarga dan lingkungan. Keluarga turut berperan serta dalam pengasuhan anak dengan ASD terutama pada menumbuhkan nilai-nilai religius pada anak, sedangkan dari faktor lingkungan, GI mengikuti komunitas orang tua yang memiliki ABK di PLA Yogyakarta dan SLB melalui adanya *family gathering* setiap sebulan sekali.

Pada aspek resiliensi, GI memiliki kecenderungan dan dominan pada aspek *empathy*, *self-efficacy*, dan *reaching out*. Pada aspek *empathy*, GI menunjukkan perilakunya melalui keinginannya mendirikan komunitas orang tua yang memiliki anak dengan ASD di Purworejo karena GI merasa masih banyak ibu-ibu yang memiliki ABK di luar sana yang kurang mendapat perhatian dan pertolongan. Aspek *self-efficacy* GI ditunjukkan melalui usaha dan keyakinan akan kemampuannya mendidik AL untuk menjadi anak yang taat pada agama dan Tuhannya. Selain itu, GI rutin mengikuti kelas *parenting* di PLA Yogyakarta. Aspek *reaching out* GI ditunjukkan melalui penerimaan kondisi AL yang tidak akan mampu sempurna perkembangannya seperti anak normal lain melainkan GI percaya bahwa AL mampu menjadi anak yang taat pada Tuhan. GI menganggap AL adalah karunia dari Tuhan untuk dirinya dan keluarganya sehingga GI menginginkan AL menjadi anak yang tumbuh diiringi oleh nilai-nilai religius.

## 4.1 Persamaan Kondisi Resiliensi pada Ketiga Partisipan



Ketiga partisipan memiliki persamaan kondisi resiliensi pada aspek *reaching out* dan *self-efficacy*. Pada aspek *reaching out*, ketiga partisipan mempunyai manifestasi perilaku yang ditunjukkan dengan menyerahkan hasil akhir, penerimaan diri mengenai kondisi anak, dan percaya segala sesuatu yang terjadi pada diri mereka adalah berdasarkan kehendak dari Tuhan. Ketiga partisipan mempunyai keyakinan bahwa anak dengan ASD merupakan anugerah dan pembawa kebahagiaan bagi keluarga. Pada aspek *self-efficacy*, ketiga partisipan mempunyai kepribadian yang konsisten dan berkomitmen untuk memberi terapi terbaik untuk anaknya. Konsistensi ketiga partisipan untuk terapi anak ditunjukkan dengan mereka rutin untuk melakukan terapi di lokasi terapi yaitu di Yogyakarta maupun terapi ketika di rumah misalnya melalui bermain ayunan, renang, dan melatih anak mengantri untuk transaksi di kasir.

**Tabel 1. Persamaan dan perbedaan dengan penelitian sebelumnya**

PENELITIAN			
	Sampurno, dkk (2010)	Maulidia, dkk (2017)	Peneliti
<b>Judul</b>	Studi Deskriptif Mengenai Resiliensi Ibu yang Memiliki Anak Autis di Rumah Autis Bandung	<i>Family Resilience</i> pada Keluarga yang Memiliki Anak dengan Spektrum Autistik-Ditinjau dari Perspektif Ibu	Resiliensi Ibu yang Memiliki Anak dengan <i>Autism Spectrum Disorder</i> (ASD)
<b>Metode penelitian</b>	Kuantitatif	Kuantitatif	Kualitatif dengan pendekatan fenomenologi
<b>Instrumen penelitian</b>	<i>Resilience Quotient</i>	<i>Walsh Family Resilience Resilience Questionnaire</i>	Pedoman wawancara, alat perekam, dan <i>checklist</i> perilaku ibu yang memiliki anak dengan ASD
<b>Lokasi penelitian</b>	Rumah Autis Bandung	Jabodetabek	Purworejo, Jawa Tengah
<b>Jumlah partisipan penelitian</b>	16 ibu yang memiliki anak dengan ASD	148 ibu yang memiliki anak dengan ASD	Tiga ibu yang memiliki anak dengan ASD
<b>Hasil penelitian</b>	Resiliensi tinggi (dari aspek empati dan pengendalian impuls)	Resiliensi sedang	Resiliensi ibu yang memiliki anak dengan ASD terbentuk melalui optimis merawat anak, harapan masa depan anak, hubungan sosial yang baik, kemampuan memecahkan masalah, menemukan hikmah atas kehadiran anak, dan dukungan emosional, fisik, moral, dan finansial dari pasangan

Sumber: Sampurno, dkk (2010) dan Maulidia, dkk (2017)

Keterangan:

-  : persamaan pada partisipan penelitian
-  : perbedaan penelitian

Reivich dan Shatte (2002) mengungkapkan resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk bertahan, bangkit, dan menyesuaikan dengan kondisi yang sulit. Pengalaman ibu yang memiliki anak dengan ASD dalam membesarkan dan mengasuh anaknya merupakan kondisi tersulit (Chau & Furness, 2023). Selama melewati masa tersulit ibu dalam mengasuh anak dengan ASD hingga membentuk pribadi yang resiliensi, menurut Grothberg (1995), ada tiga kemampuan atau faktor yang membentuk resiliensi, antara lain dukungan dari dalam diri (*I Am*), dukungan lingkungan sosial (*I Have*), dan kemampuan hubungan interpersonal (*I Can*).

Faktor kemampuan hubungan Interpersonal (*I Can*) adalah kompetensi sosial dan interpersonal seseorang. Bagian-bagian dari faktor ini adalah mengatur berbagai perasaan dan rangsangan, mencari hubungan yang dapat dipercaya, keterampilan berkomunikasi, mengukur temperamen diri sendiri dan orang lain, kemampuan memecahkan masalah (Grothberg, 1995). Pada bagian mengatur berbagai perasaan dan rangsangan. Ibu yang memiliki kemampuan dalam mengelola pikiran negatif seperti adanya kekhawatiran masa depan anak, maupun mengelola perasaan stres maka ibu akan memiliki kepribadian yang resiliensi (Santoso, 2022).

Dari sudut aspek-aspek resiliensi, menurut Reivich dan Shatte memaparkan tujuh aspek-aspek yang membentuk resiliensi (2002), yaitu *emotional regulation*, *impulses control*, *optimis*, *causal analysis*, *empathy*, *self-efficacy*, dan *reaching out*. Pada hasil penelitian sebelumnya dalam studi kuantitatif oleh Sampurno, dkk (2017), telah diperoleh aspek tertinggi yang dimiliki oleh ibu yang memiliki anak dengan ASD yaitu pada aspek *empathy*. Aspek *emphaty* tertinggi sebesar 93.8% dengan 15 partisipan penelitian disebabkan oleh ibu yang memiliki anak dengan ASD tergabung dengan kelompok ibu yang memiliki anak dengan ASD di sekolah berkebutuhan khusus. Para ibu di sekolah tersebut saling memberikan dukungan karena mereka merasa memiliki kesamaan latar belakang yaitu mempunyai anak dengan ASD. Pada penelitian Sampurno, dkk (2017), aspek *impulses control* memiliki peringkat kedua tertinggi setelah aspek *emphaty*, karena ibu yang memiliki anak dengan ASD sudah menerima kekurangan anak, tidak menuntut berlebih pada anak, dan berharap anaknya mampu hidup secara mandiri.

Penelitian sebelumnya oleh Maulidia, dkk (2017) dalam studi kuantitatif pada 148 partisipan telah dihasilkan bahwasanya 75% partisipan memiliki *family resilience* kategori sedang. Ibu mempunyai perspektif bahwa keluarganya mampu bangkit dari rasa keterpurukan dan kesulitan saat mengasuh dan membesarkan anak dengan ASD. Konsep *family resilience* yang baik, akan mengurangi stres dan menumbuhkan kualitas hidup yang baik bagi keluarga yang memiliki anak dengan ASD.

## 5 SIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran resiliensi ibu yang memiliki anak dengan *autism spectrum disorder*. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat persamaan pada ketiga partisipan yaitu dalam memaknai ujian kehidupan berupa kehadiran anak dengan ASD. Ketiga partisipan menganggap bahwa anak dengan ASD merupakan anugerah, rahmat, rezeki, dan sumber kebahagiaan bagi keluarga. Ketiga partisipan memiliki harapan dan cita-cita ingin anak dengan ASD menjadi pribadi yang mandiri dan bermanfaat untuk diri sendiri terutama ketika orang tua sudah tiada.

Ibu yang memiliki anak dengan ASD memiliki beragam rintangan dalam mendampingi anak dengan ASD. Rintangan yang dialami ibu meliputi psikologis, fisik, finansial, dan sosial. Ibu yang memiliki anak dengan ASD rentan terhadap stres, sedih, lelah, dan bingung. Untuk

melalui segala rintangan terutama emosi negatif yang dirasakan oleh ibu maka dibutuhkan proses dalam jangka waktu sesuai kondisi masing-masing ibu.

Dari hasil penelitian didapatkan juga perbedaan gambaran resiliensi pada ketiga partisipan yaitu, SU melewati proses panjang dalam pembentukan kemampuan *emotional regulation*. SU merasakan kelelahan dalam mendampingi anak dengan ASD saat terapi karena jarak lokasi terapi yang jauh dari rumah. SU memiliki strategi coping dalam pembentukan kemampuan *emotional regulation* yaitu beribadah dan senantiasa meminta petunjuk dari Tuhan. Pada partisipan NE, memiliki kemampuan *emotional regulation* yang kurang baik. NE terkadang merasa kesal dengan orang yang berpandangan negatif tentang anak dengan ASD. NE mempunyai *strategi coping* dalam membentuk kemampuan *emotional regulation* yaitu *emotion focused coping* melalui bercerita atau menjelaskan tentang kondisi anak dengan ASD pada orang yang berpandangan negatif. Pada partisipan GI, memiliki kemampuan *emotional regulation* yang kurang baik. GI masih berharap dan menginginkan orang lain memahami kondisi anak dengan ASD. Terkadang GI merasa khawatir jika anak dengan ASD kurang mendapat penerimaan dari teman sebaya. GI memiliki strategi coping dalam membentuk *emotional regulation* yaitu membimbing anak untuk bersosialisasi di sekolah maupun di rumah dengan customers GI.

Ketiga partisipan mempunyai titik puncak resiliensi berbeda. SU memutuskan untuk pensiun dini menjadi PNS supaya dapat totalitas dalam mengasuh anak dengan ASD. SU memilih pensiun dini atas keinginan dirinya dan bukan paksaan dari pihak manapun. SU memilih untuk konsisten melakukan proses terapi pada anak di rumah daripada terapi ke Yogyakarta. NE berkonsisten

membawa anak terapi ke Yogyakarta pada setiap minggunya. NE menolong ibu yang memiliki anak dengan ASD agar berangkat bersama dengan mobil pribadinya ke tempat terapi. Pada partisipan GI, memiliki komitmen dan konsistensi mengantar anak terapi ke Yogyakarta. Selain itu, GI juga rutin mendampingi anak dengan ASD ke sekolah.

Faktor eksternal yang paling berpengaruh dalam membentuk resiliensi pada ketiga partisipan yaitu terdapat dukungan keluarga dan lingkungan sosial. Keluarga senantiasa mendampingi ketiga partisipan dalam membawa anak dengan ASD ke terapi. Keluarga juga bersedia mengasuh anak dengan ASD ketika ibu sedang sibuk atau pun secara sukarela. Hal ini dikarenakan keluarga menyadari bahwa kehadiran anak dengan ASD merupakan anugerah dari Tuhan dan merupakan sumber kebahagiaan keluarga. Pada partisipan NE dan GI, terdapat

dukungan dari komunitas ibu yang memiliki anak dengan ASD di tempat terapi dan sering mengadakan sharing dalam family gathering. Sementara partisipan SU, mendapat dukungan dari instansi tempatnya bekerja berupa kemudahan untuk pensiun dini.

Terdapat persamaan pada ketiga partisipan dalam faktor *I am*, *I have*, dan *I can*. Pada faktor *I am*, ketiga partisipan memiliki kepribadian kuat, optimis, percaya diri, dan bertanggungjawab dalam pengasuhan anak dengan ASD. Mereka juga menyertakan Tuhan dalam menjalani kehidupan mengasuh anak dengan ASD. Keimanan dan keyakinan pada Tuhan membuat ketiga partisipan memiliki pikiran positif terhadap peristiwa dalam hidup. Pada faktor *I have*, keluarga ketiga partisipan turut berperan serta dalam pengasuhan anak dengan ASD. Keluarga mendampingi ibu dan anak dengan ASD berangkat terapi dan sekolah. Pada faktor *I can*, ketiga partisipan memiliki kemampuan hubungan sosial yang baik. Mereka mampu menjaga komunikasi terhadap orang-orang yang berpandangan negatif tentang anak dengan ASD. Ketiga partisipan mempunyai beragam *problem solving* ketika berhadapan dengan kesulitan saat mengasuh anak dengan ASD. Mereka tidak pantang menyerah terhadap usaha-usaha yang dilakukan.

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, peneliti memiliki beberapa saran untuk beberapa pihak terkait topik penelitian mengenai resiliensi ibu yang memiliki anak dengan *autism spectrum disorder* (ASD). Saran untuk ibu yang memiliki anak dengan ASD sebaiknya terus meningkatkan dan mempertahankan kemampuan resiliensi yang dimilikinya. Ibu yang memiliki anak dengan ASD diharapkan dapat memperdalam pemahamannya tentang ASD beserta penanganannya. Bagi keluarga ibu yang memiliki anak dengan ASD, sebaiknya keluarga dapat memberikan perhatian, empati, peduli, dan dedikasi dalam membantu ibu mengasuh anak dengan ASD. Saran untuk sekolah, sebaiknya mampu memberikan dukungan kepada ibu yang memiliki anak dengan ASD berupa kegiatan *family gathering* ataupun kegiatan sosialisasi tentang anak berkebutuhan khusus (ABK) kepada masyarakat. Sedangkan bagi praktisi psikologi, diharapkan mampu memberikan pendampingan khusus bagi ibu yang memiliki anak dengan ASD dalam mengembangkan kemampuan resiliensi. Lalu saran terakhir untuk peneliti selanjutnya yaitu dapat mencoba untuk mengeksplorasi dinamika psikologis resiliensi *family caregiver* ibu yang memiliki anak dengan ASD yang tinggal jauh dari lingkungan perkotaan. Penelitian tersebut diharapkan dapat memberikan gambaran lain mengenai dinamika psikologis resiliensi *family caregiver* yang tinggal jauh dari lingkungan perkotaan, di mana terdapat rintangan dalam pendampingan terhadap ibu dalam pengasuhan dan membawa anak ke tempat terapi yang masih sedikit diperoleh di lingkungan tempat tinggal mereka.

## DAFTAR PUSTAKA

- Acharya, S., & Sharma, K. (2021). Lived experiences of mothers raising children with autism in Chitwan District, Nepal. *Autism Research and Treatment*, 2021(1), 6614490.
- Chaplin, J. P. (2014). *Dictionary of Psychology* (Diterjemahkan oleh Kartini Kartono; Edisi 1). Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Chau, W. M. W., & Furness, P. J. (2023). Happiness in Parents of Children with Autism Spectrum Disorder: A Qualitative Study. *American Journal Qualitative Research*, 7(1), 168-190.

- Dewi, C. P. D. C., & Widiyasavitri, P. N. (2019). Resiliensi ibu dengan anak autisme. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 193-206. <https://doi.org/10.24843/JPU.2019.v06.i01.p19>
- Grotberg, E. H. (1995). *A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit* (Vol. 8). The Hague, Netherlands: Bernard van leer foundation.
- Hefferon, K., & Ilona B. (2011). *Positive Psychology Theory, Research and Applications*. United Kingdom: McGraw-Hill University Press.
- Naviaux, R. K., Curtis, B., Li, K., Naviaux, J.C., Bright, A.T., Reiner, G.E., . . . , Townsend, J. (2017). Low-Dose Suramin in Autism Spectrum Disorder: A Small, Phase I/II, Randomized Clinical Trial. *Annals of Clinical and Translational Neurology*, 4, 491–505.
- Nevid, J. S., Spencer A. Rathus., & Beverly G. (2003). *Abnormal Psychology in A Changing World* (Diterjemahkan oleh Tim Fakultas Psikologi Indonesia; Edisi 5). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Nurdian, M. D., & Anwar, Z. (2014). Konseling kelompok untuk meningkatkan resiliensi pada remaja penyandang cacat fisik (difable). *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2(1), 36-49.
- Papadopoulos, D. (2021). Mothers' experiences and challenges raising a child with autism spectrum disorder: A qualitative study. *Brain sciences*, 11(3), 309.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skills For Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. New York: Three Rivers Press.
- Sampurno, C. P., & Wahyudi, H. (2017). Studi Deskriptif Mengenai Resiliensi Ibu yang Memiliki Anak Autis di Rumah Autis Bandung. *Prosiding Psikologi*, 310-315.
- Santoso, T. B. (2022). Factors Affecting Resilience of Mothers of Children with Autism Spectrum Disorder. *International Journal of Innovative Science and Research Technology*, 7(12), 502-515.
- Santrock, J. W. (2014). *Educational Psychology*. (Diterjemahkan oleh Harya Bimasena; Edisi 5). Jakarta: Salemba Humanika.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta CV.
- Sutomo, R., dkk. (2018, April). Mengenali Gejala dan Tanda Autisme. Dalam *Seminar Awam All About Autism, Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada*.
- Ting, V., & Weiss, J. A. (2017). Emotion regulation and parent co-regulation in children with autism spectrum disorder. *Journal of autism and developmental disorders*, 47, 680-689.
- VandenBos, G. R. (2007). *American Psychological Association (APA): Dictionary of Psychology*. (2<sup>nd</sup> ed). United States of America: American Psychological Association.
- Zhao, M., & Fu, W. (2022). The resilience of parents who have children with autism spectrum disorder in China: a social culture perspective. *International Journal of Developmental Disabilities*, 68(2), 207-218.

## Pelatihan Pelayanan Kesulitan Belajar Siswa pada Guru CLC Tawau Malaysia

Yusi Riksa Yustiana<sup>1)</sup>, Riksm Nurahmi Rinalti Akhlan<sup>2)</sup>, Farhan Zakariyya<sup>3)</sup>, Riky Rikmansyah<sup>4)</sup>

<sup>1)</sup> Bimbingan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia

<sup>2)</sup> Pendidikan Khusus, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia

<sup>3)</sup> Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia

<sup>4)</sup> Community Learning Center, Tawau Sabah Malaysia

Email: yusiriksa@upi.edu; riksm\_akhlan@upi.edu; farhanzakariyya@upi.edu;  
rikyriksmansyah@gmail.com

Diterima:  
3 Juni 2024

Diterima Setelah Revisi:  
12 Juni 2024

Dipublikasikan:  
20 Juni 2024

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan guru dalam memberikan pelayanan siswa yang mengalami kesulitan belajar di sekolah CLC Tawau. Permasalahan mengenai kesulitan belajar menjadi penting karena mempengaruhi performa akademik. Siswa di sekolah CLC Tawau memiliki akses yang terbatas. Sehingga penting guru memiliki kemampuan dalam memberikan pelayanan untuk meningkatkan akses dan juga penyelesaian masalah siswa. Dalam pelatihan guru menggunakan kuasi eksperimen dengan pendekatan *one grup pre and posttest design*. Alat ukur yang digunakan adalah tes kognitif kesulitan belajar dan pertanyaan terbuka terkait gejala masalah atau kesulitan belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru mengalami peningkatan pengetahuan dalam memberikan layanan kesulitan belajar pada siswa.

**Kata Kunci:** *Community Learning Center*, Kesulitan Belajar, Pelatihan Guru.

### Abstract

*This research aims to improve teachers' abilities in providing services to students who experience learning difficulties at the CLC Tawau school. The issue of learning difficulties is important because it affects academic performance. Students at CLC Tawau schools have limited access. So it is important that teachers have the ability to provide services to improve access and also solve student problems. In teacher training, they use quasi-experiment with a one group pre and posttest design approach. The measuring tools used are cognitive tests of learning difficulties and open questions regarding symptoms of learning problems or disorders. The research results showed that teachers experienced increased knowledge in providing services for learning difficulties to students.*

**Keywords:** *Community Learning Center, Learning Difficulties, Teacher Training.*

## 1 PENDAHULUAN

*Community Learning Center (CLC)* berdiri dilatarbelakangi Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Pasal 6 ayat (1) yaitu "Setiap warga negara yang berusia tujuh tahun sampai dengan 15 tahun dimanapun mereka berada baik di dalam negeri maupun diluar Negara Kesatuan Republik Indonesia wajib mengikuti pendidikan dasar". Dengan adanya dasar tersebut maka CLC dibentuk untuk dapat mewadahi siswa diluar negeri. Sejatinya anak indonesia di luar negeri dapat bersekolah di Sekolah Indonesia Luar Negeri (SILN) dalam pendidikan formal. Namun, keterbatasan jumlah SILN dan beragamnya latar belakang siswa

diluar negeri membuat kondisi ini tidak dapat dijangkau oleh sekolah formal sehingga didirikannya sekolah non formal melalui CLC.

Layanan pendidikan yang diberikan oleh CLC mulai dari pendidikan dasar setingkat SD hingga pelatihan vokasional setingkat SMK (Padillah, Sholih, & Naim, 2019). Secara keseluruhan, CLC berperan penting dalam mendukung akses pendidikan yang inklusif dan berkelanjutan bagi masyarakat, terutama mereka yang berada dalam situasi yang kurang menguntungkan (Fathy, 2019). Misalnya, di wilayah Sabah dan Sarawak, Malaysia, CLC memberikan layanan pendidikan bagi anak-anak TKI yang tidak memiliki akses ke sekolah formal. Layanan Pendidikan CLC tersebar di Malaysia. Terbagi dalam dua wilayah di area semenanjung Malaysia dengan CLC dikoordinasikan dengan Sekolah Indonesia Kuala Lumpur (SIKL). Selain itu CLC dikoordinasikan oleh Sekolah Indonesia Kota Kinabalu (SIKK) sebagai sekolah induk. Setiap sekolah induk memiliki kantor perwalikan di daerah masing-masing. (Handoyo & Triarda, 2020; Hartati, & Andawiyah, 2021; Novia, 2023).

Berdasarkan data Dapodik per Desember 2022, jumlah siswa CLC tingkat SD mencapai 13.782 siswa, sementara tingkat SMP berjumlah 5.005 siswa. Peserta didik di CLC tingkat SD dan SMP di Sabah dan Sarawak, Malaysia, tercatat di Dapodik (2023). Dengan banyaknya jumlah siswa tersebut, fasilitas yang ada masih kurang memadai karena para tenaga pengajar di CLC di bagi menjadi dua yaitu guru bina dan guru pamong. Guru bina adalah guru kontrak yang dikirim oleh Kemendikbudristek dari Indonesia, yang memenuhi kualifikasi tertentu setelah melalui beberapa tahap seleksi dan disesuaikan dengan kebutuhan di CLC. Sementara guru pamong adalah guru yang tinggal di daerah sekitar dan mengingkan menjadi guru tanpa proses seleksi yang selektif seperti guru bina. Kebanyakan guru pamong memiliki latar belakang setingkat SMA sederajat (Suarno & Suryono, 2021; Wong, Ghazali, & Yusof, 2021; Annisa & Nizar, 2022). Dengan kondisi ini terdapat kesenjangan antara guru bina dan guru pamong terutama dalam kemampuan pedagogik.

Permasalahan yang sering dihadapi adalah ketika menganami permasalahan siswa dalam proses belajar. Dalam proses pembelajaran sering terjadi permasalahan salah satunya adalah kesulitan belajar. Kesulitan belajar adalah proses usaha guru dalam memahami jenis, karakteristik, dan latar belakang dari berbagai hambatan belajar yang dialami oleh siswa dengan cara mengumpulkan dan menggunakan data atau informasi secara lengkap dan objektif guna mengambil kesimpulan, keputusan, serta mencari alternatif solusi bagi siswa. (Alang, 2015; Rozak, Fathurrochman, & Ristianti, 2018). Dengan mengetahui profil kesulitan belajar akan dapat mempermudah memberikan pelayanan sehingga dapat melakukan tindakan preventif ataupun intervensi penyelesaian masalah. Karena tidak cukup dengan mengandalkan perbedaan kemampuan-pencapaian, yang didasarkan pada keyakinan guru dalam mengidentifikasi kesulitan belajar (Alang, 2015; Marlina, 2020; Utami, 2020). Orang dengan ketidakmampuan belajar dianggap rentan, atau dapat rentan ketika dukungan yang tepat tidak tersedia atau kebutuhan mereka tidak sepenuhnya dipahami sehingga kesulitan dalam proses pembelajaran (Urbayatun *et al.*, 2019; Putri *et al.*, 2024). Oleh karena itu, langkah-langkah tambahan mungkin diperlukan untuk memastikan mereka menerima bantuan. Sehingga perlu adanya peningkatan kemampuan guru-guru pamong dan bina dalam memberikan layanan kesulitan belajar pada siswa.

## 2 KAJIAN PUSTAKA

### 2.1 *Community Learning Center (CLC)*

CLC adalah lembaga pendidikan yang berfungsi sebagai pusat pembelajaran di luar sistem sekolah formal (Azizah, 2021). CLC merupakan institusi yang didirikan oleh, untuk, dan bersama masyarakat, menyediakan layanan pendidikan di luar lingkungan sekolah (Almaidah, 2017). Fokus utamanya adalah memberikan layanan pendidikan tambahan dan tempat belajar bagi anak-anak, orang tua, dan anggota masyarakat lainnya (Sholina, 2022). CLC dapat berupa program yang terkait dengan sekolah, menyediakan tempat pertemuan informal, dan koordinasi kegiatan masyarakat. Keberadaannya dapat membantu siswa mencapai tujuan pendidikan mereka. Sedangkan CLC di

Sabah adalah Pusat Pembelajaran Komunitas atau institusi pendidikan yang memberikan pendidikan alternatif kepada anak-anak TKI di perkebunan di Sabah, Malaysia. CLC, atau Pusat Kegiatan Belajar Masyarakat Indonesia, adalah lembaga pendidikan yang dibentuk berdasarkan inisiatif dari, oleh, dan untuk masyarakat setempat, terutama perusahaan perkebunan sawit dan masyarakat lokal di Sabah-Sarawak, dengan dukungan dan bimbingan dari Pemerintah Indonesia. (Hidayat & Hariyani, 2022). CLC adalah upaya konkret dari Pemerintah RI untuk memastikan bahwa semua anak, termasuk anak-anak Pekerja Migran Indonesia di luar negeri, mendapatkan hak mereka untuk pendidikan (Sholina, 2022).

## 2.2 Kesulitan Belajar

Kesulitan belajar adalah salah satu peristiwa kehidupan nonnormatif yang didiagnosis anak-anak biasanya setelah mulai sekolah dasar (Anzar & Mardhatillah, 2018). Kesulitan belajar yang di alami oleh siswa dapat di sebabkan oleh gangguan perkembangan saraf yang bersumber dari faktor biologis, yang menyebabkan kelainan kognitif, gangguan dalam pemrosesan informasi verbal dan nonverbal di otak. Selain disebabkan oleh faktor fisiologis kesulitan belajar juga dapat di sebabkan karena kemampuan individu memproses informasi, yang terlihat dari kesulitan signifikan dalam mendengarkan, berbicara, membaca, menulis, bernalar, dan/atau keterampilan matematika (*American Psychiatric Association*, 2013; Muhaiba *et al.*, 2020; Habsy *et al.*, 2024).

Penyebab utama kesulitan belajar dibagi menjadi dua kategori: faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal mencakup lingkungan sosial siswa, seperti keluarga, masyarakat, dan sekolah (Aristha, 2018; Wati & Muhsin, 2019; Kamila & Abduh, 2022). Sementara itu, faktor internal terdiri dari aspek fisiologis yang berkaitan dengan kondisi fisik dan kesehatan, serta aspek psikologis yang meliputi motivasi internal, tingkat kecerdasan, minat, dan bakat (Winanda, 2016; Imamuddin *et al.*, 2020). Selain itu kesulitan belajar juga berbeda secara signifikan dari IQ rendah dan/atau prestasi (Pautina, 2018). Dampak dari kesulitan belajar ialah motivasi dan minat belajar rendah (Wati & Muhsin, 2019), gagal dalam studi atau risiko putus sekolah (Savitri, 2022), gangguan pemrosesan bahasa (Supena & Munajah, 2021), kemampuan keterampilan akademik rendah (Susanti, 2018), kesulitan membuat perencanaan (Sunawan, Sugiharto, & Anni, 2012), mengatur waktu (Setyawan *et al.*, 2020), mengingat detail dan tugas (Urbayatun, Fatmawati, Erviana, & Maryani, 2019), mengekspresikan diri (Najiah *et al.*, 2023).

## 3 METODE PENELITIAN

### 3.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah Guru CLC Sabah, Tawau Malaysia. Kemudian dilakukan metode purposive sampling dalam menentukan subjek dengan kriteria guru pamong CLC Non Ladang. Terdapat 23 guru perwakilan dari CLC Sabah, Tawau, Malaysia. Dari 23 guru yang mengikuti pelatihan sampai akhir adalah 19 guru sehingga hanya 19 guru yang dianalisis datanya dalam pelatihan ini.

### 3.2 Desain Penelitian

Desain penelitian menggunakan desain *one group pretest-posttest design*. Desain ini merupakan desain eksperimen. Desain ini dipilih karena dapat mengetahui hasil perlakuan yang diberikan (Latipun, 2017). Perlakuan yang diberikan merupakan pelatihan guru mengenai pelayanan kesulitan belajar bagi siswa. Subjek akan mendapatkan tes pada sebelum perlakuan untuk mengetahui pengetahuan subjek. Kemudian diberikan tes yang sama untuk melihat dampak perlakuan.

### 3.3 Pengukuran

Intrumen yang digunakan adalah tes kognitif yang dibuat berdasarkan materi pelatihan meliputi pengertian, karakteristik, ciri-ciri, dan katagorisasi kesulitan belajar, pengertian, teknik, dan alat dalam asesment, pengertian, teknik, dan macam-macam intervensi kesulitan belajar. Intrumen dianalisis menggunakan analisis aiken v yang dilakukan oleh dua orang rater dengan kriteria memahami materi dan kontekstual pengaplikasian pada guru. Rater adalah dosen di bidang bimbingan konseling dan psikologi. Aitem berjumlah 10 dengan rentang nilai aiken v 0,75-0.875 katagori sedang ke tinggi.

### 3.4 Prosedur Pelatihan

Tabel 1. Prosedur Pelatihan

No	Materi	Waktu	Keterangan
1	Kesulitan Belajar	120 Menit	Ceramah, Diskusi, Tanya Jawab
2	Asesmen Siswa	120 Menit	Ceramah, Diskusi, Tanya Jawab, Studi Kasus
3	Penyusunan Intervensi Siswa	120 Menit	Ceramah, Diskusi, Tanya Jawab, Studi Kasus

## 4 HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian penelitian ini tahap awal dilakukan uji normalitas besaran skor dari tes kognitif yang diperoleh dengan analisis *Shapiro Wilk* = 0,891 dan  $p < 0,01$  yang dapat dilihat tabel 2. Hal ini menunjukkan bahwa hasil subjek terdistribusi secara normal. Kemudian untuk menguji hipotesis peneliti melakukan uji beda menggunakan *paired sample t-test* terhadap hasil pretes dan postest, didapatkan nilai  $p < 0,001$  lihat tabel 3. Perubahan pengetahuan meningkat sangat signifikan seperti pada Gambar 1.

Tabel 2. Uji Normalitas.

#### *Test of Normality (Shapiro-Wilk)*

	W	p
Nilai Pretest - Nilai Post	0.891	0.034

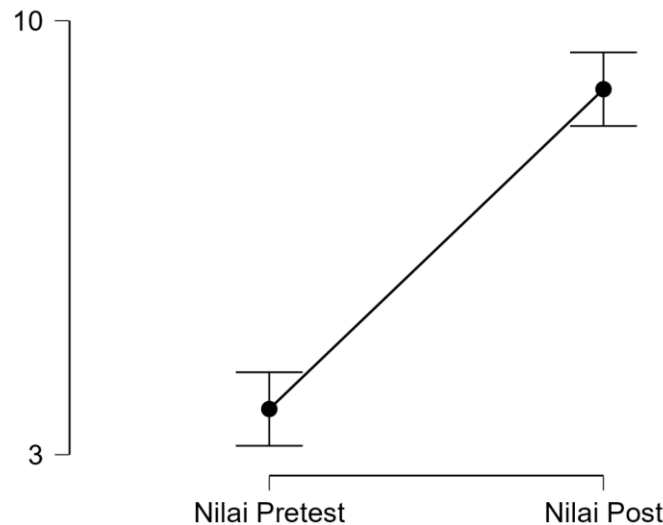
Tabel 3. Uji t-Test

#### *Paired Samples T-Test*

Measure 1	Measure 2	Test	Statistic	Z	df	p	Effect Size
Nilai Pretest - Nilai Post		Student	-12.918		18	< .001	-2.964
		Wilcoxon	0.000	-3.823		< .001	-1.000

Sehingga menunjukkan dengan adanya pelatihan ini guru-guru mengalami peningkatan pengetahuan mengenai pelayanan kesulitan belajar bagi siswa meliputi kesulitan belajar, asesmen siswa, dan penyusunan intervensi siswa. Pelatihan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan terbukti dapat berhasil meningkatkan pengetahuan. Pelatihan terbukti dapat meningkatkan pengetahuan mengenai kesulitan belajar. Pelatihan kesulitan belajar terbukti mampu meningkatkan pengetahuan guru terkait pemberian layanan kesulitan belajar pada siswa kelak (Fitria, Kristiawan, & Rahmat, 2019; Fatmawati, Urbayatun, Erviana, & Maryani, 2020). Dengan pelatihan ini

harapannya guru dapat meningkatkan kualitas layanan yang diberikan pada siswa. Di mulai dengan perubahan penangan karena dapat menentukan asesmen dan intervensi yang tepat bagi siswa yang mengalami kesulitan belajar.



Gambar 1. Plots Perubahan skor nilai pretest-posttest.

Dengan meningkatnya pengetahuan guru mengenai layanan pada siswa maka dapat meningkatkan kompetensi guru. Guru diharapkan memiliki standar kompetensi ialah 1) kompetensi pedagogik; 2) kompetensi kepribadian; 3) kompetensi sosial; dan 4) kompetensi profesional (Jamin, 2018; Akbar, 2021). Dengan meningkatkan kompetensi guru maka akan meningkat pula mutu pembelajaran (Rosni, 2021). Selain itu, dengan peningkatan kompetensi maka guru juga dapat menjadi guru profesional (Perni, 2019).

Pentingnya pengetahuan asesmen kesulitan belajar akan menentukan penanganan guru terhadap siswa (Husein, 2020). Guru dapat mengidentifikasi kesulitan belajar yang dialami siswa (Susanti, 2018; Waruwu, 2020). Guru juga dapat membuat diagnosa mengenai kesulitan belajar siswa (Darimi, 2016; Utami, 2020). Dengan mengetahui diagnosis kesulitan belajar siswa akan dapat menentukan langkah yang akan dilakukan guru (Soesilo, Kristin, & Windrawanto, 2024). Apakah siswa akan diberikan intervensi sendiri oleh guru atau menggunakan *stakeholder* untuk memberikan intervensi (Nugraha & Rahman, 2017). Hal ini masuk kedalam pelayanan yang dapat diberikan guru pada siswa yang mengalami kesulitan belajar.

Pembuatan intervensi kesulitan belajar seperti remedial (Sa'diyah, 2018), bimbingan, belajar kelompok (Maryani, Fatmawati, Erviana, Wangid, & Mustadi, 2018) dapat menjadi layanan yang diberikan guru di sekolah. Adapun intervensi di luar sekolah dengan berkolaborasi dengan *stakeholder* seperti orangtua, psikolog, dokter (Fithroni, Setiyati, Abdurrahman, Aditono, & Priyoatmojo, 2024). Adanya kolaborasi dapat meningkatkan pelayanan pada siswa yang mengalami kesulitan belajar.

## 5 SIMPULAN

Pelatihan pelayanan kesulitan belajar siswa pada guru CLC Tawau Malaysia terbukti berhasil meningkatkan pengetahuan guru dalam pelayanan kesulitan belajar bagi siswa meliputi asesmen dan intervensi. Namun, penelitian ini masih terbatas pada peningkatan pengetahuan guru. Sehingga peneliti selanjutnya dapat berfokus pada pengaplikasian guru dalam memberikan layanan pada siswa dan efektifitas asesmen dan intervensi pada kesulitan belajar siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, A. (2021). Pentingnya kompetensi pedagogik guru. *JPG: Jurnal Pendidikan Guru*, 2(1), 23-30.
- Alang, S. (2015). Urgensi Diagnosis Dalam Mengatasi Kesulitan Belajar. *Al-Irsyad Al-Nafs: Jurnal Bimbingan Dan Penyuluhan Islam*, 2(1).
- Almaidah, S. (2017). Analisis Efektivitas Kinerja Pusat Kegiatan Belajar Masyarakat (PKBM) Dalam Menyelenggarakan Program Pendidikan Berbasis Masyarakat. *Media Ekonomi dan Manajemen*, 32(2).
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5* (Vol. 5, No. 5). Washington, DC: American psychiatric association.
- Annisa, R. N., & Nizar, M. (2022). The Indonesian Government's Diplomacy in Fulfilling the Education Rights of the Children of Indonesian Migrant Workers in Tawau Sabah Malaysia. *Journal of Paradiplomacy and City Networks*, 1(1), 39-53.
- Anzar, S. F., & Mardhatillah, M. (2018). Analisis Kesulitan Belajar Siswa Pada Pembelajaran Bahasa Indonesia di Kelas V SD Negeri 20 Meulaboh Kabupaten Aceh Barat Tahun Ajaran 2015/2016. *Bina Gogik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 4(1).
- Aristha, L. E. (2018). Pengaruh Lingkungan Keluarga dan Lingkungan Sekolah Terhadap Kesulitan Belajar Siswa SMA Negeri 2 Singaraja Tahun Pelajaran 2016/2017. *Jurnal Pendidikan Ekonomi Undiksha*, 10(1), 86-95.
- Azizah, S. N. (2021). Strategi Pengembangan Kegiatan Pembelajaran di PKBM. *Journal of Practice Learning and Educational Development*, 1(2), 96-99.
- Dapodik. (2023). *Data peserta didik semester genap 2023/2024*. <https://dapo.kemdikbud.go.id/pd>.
- Darimi, I. (2016). Diagnosis kesulitan belajar siswa dalam pembelajaran aktif di sekolah. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(1), 30-43.
- Fathy, R. (2019). Modal sosial: Konsep, inklusivitas dan pemberdayaan masyarakat. *Jurnal Pemikiran Sosiologi*, 6(1), 1-17.
- Fatmawati, L., Urbayatun, S., Erviana, V. Y., & Maryani, I. (2020). Pelatihan Intervensi gangguan kesulitan belajar dan gangguan psikologis ringan bagi guru di gugus II girikerto. *JPPM (Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 4(1), 15-23.
- Fithroni, F., Setiyati, W. I., Abdurrahman, A., Aditono, W., & Priyoatmojo, R. K. (2024). Langkah Kolaboratif Guru dalam Manajemen dan Intervensi Pembelajaran Model Pull Out bagi Siswa Slow Learner. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 9(2), 1028-1034.
- Fitria, H., Kristiawan, M., & Rahmat, N. (2019). Upaya meningkatkan kompetensi guru melalui pelatihan penelitian tindakan kelas. *Abdimas Unwahas*, 4(1).
- Habsy, B. A., Nurjanah, S., Faradila, I., & Purnama, I. F. P. (2024). Memahami Kesulitan Belajar Anak Karena Gangguan Perkembangan. *TSAQOFAH*, 4(1), 343-360.
- Handoyo, B. S., & Triarda, R. (2020). Problematika Pendidikan di Perbatasan: Studi Kasus Pendidikan Dasar bagi Anak Pekerja Migran Indonesia (PMI) di Negara Bahagian Sarawak, Malaysia. *Transformasi Global*, 7(2), 201-213.
- Hartati, A. Y., & Andawiyah, R. A. (2021). Diplomasi Indonesia dalam Menangani Masalah Pendidikan Anak TKI di Sabah Malaysia. *Spektrum*, 17(2), 1-22.
- Hidayat, M. N., & Hariyani, N. (2022). Mewujudkan Pemerataan Pendidikan: CLC di Perbatasan Indonesia-Malaysia. *Global Focus*, 2(2), 138-148.
- Husein, M. (2020). Pentingnya Memahami Kesulitan Belajar Pada Siswa: Studi Kasus Di Sd Muhammadiyah Karangwaru Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar Ahmad Dahlan*, 7(1), 54-62.
- Imamuddin, M. I. M., Isnaniah, I., Aulia, A. A. A., Zulmuqim, Z., & Nurdin, S. (2020). Analisis Faktor Internal Dan Eksternal Kesulitan Belajar Siswa Madrasah Dalam Belajar Mata

- Pelajaran Matematika. *Al Khawarizmi: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Matematika*, 4(1), 16-31.
- Jamin, H. (2018). Upaya meningkatkan kompetensi profesional guru. *At-Ta'dib: Jurnal Ilmiah Prodi Pendidikan Agama Islam*, 19-36.
- Kamila, R. T., & Abduh, M. (2022). Bagaimana Minat Belajar dan Lingkungan Keluarga Mempengaruhi Kesulitan Belajar Matematika di Sekolah Dasar?. *Jurnal Basicedu*, 6(3), 5097-5103.
- Latipun. (2017). *Psikologi Eksperimen Edisi ketiga*. Malang: UMM Press
- Marlina, R. (2020). Identifikasi kesulitan belajar sains dan upaya yang dilakukan guru sekolah menengah untuk mengatasinya. *Jurnal Pendidikan Informatika dan Sains*, 9(1), 13-20.
- Maryani, I., Fatmawati, L., Erviana, V. Y., Wangid, M. N., & Mustadi, A. (2018). *Model intervensi gangguan kesulitan belajar*.
- Muhaiba, R., Aisy, R. R., Imaniyah, N., Sari, S. M., & Agustina, S. D. (2020). Faktor penyebab kesulitan belajar dan dampak terhadap perkembangan prestasi siswa kelas 1-6 SDN Gili Timur 1. Dalam *Prosiding Nasional Pendidikan: LPPM IKIP PGRI Bojonegoro* (Vol. 1, No. 1).
- Najiah, J., Haryati, T., Wibowo, F. I. S., Rohmatullah, N., & Sutiyah, O. S. J. (2023). Kesulitan Belajar: Analisis Dampak Pembelajaran Daring Terhadap Siswa. *Paedagoria: Jurnal Kajian, Penelitian Dan Pengembangan Kependidikan*, 14(1), 34-44.
- Novia, H. (2023). Dinamika Diplomas Indonesia Terkait Pemenuhan Akses Pendidikan Anak Pekerja Migran Indonesia di Sarawak Malaysia. *Jurnal Studi Diplomas Dan Keamanan*, 15(2), 1-22.
- Nugraha, A., & Rahman, F. A. (2017). Strategi kolaborasi orangtua dengan konselor dalam mengembangkan sukses studi siswa. *Jurnal Konseling GUSJIGANG*, 3(1).
- Padillah, I., Sholih, S., & Naim, M. (2019). Analisis Program Pelatihan Keterampilan di Pusat Kegiatan Belajar Masyarakat. *Journal of Nonformal Education and Community Empowerment*, 185-196.
- Pautina, A. R. (2018). Aplikasi Teori Gestalt Dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Pada Anak. *Tadbir: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 6(1), 14-28.
- Perni, N. N. (2019). Kompetensi pedagogik sebagai indikator guru profesional. *Adi Widya: Jurnal Pendidikan Dasar*, 4(2), 175-183.
- Putri, W. D., Fitri, N., Handani, R., & Andriani, O. (2024). Kesulitan Belajar Dan Membaca Pada Anak Berkebutuhan Khusus. *Simpati: Jurnal Penelitian Pendidikan dan Bahasa*, 2(1), 108-116.
- Rosni, R. (2021). Kompetensi guru dalam meningkatkan mutu pembelajaran di sekolah dasar. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 7(2), 113-124.
- Rozak, A., Fathurrochman, I., & Ristianti, D. H. (2018). Analisis pelaksanaan bimbingan belajar dalam mengatasi kesulitan belajar siswa. *Journal of Education and Instruction (JOEAI)*, 1(1), 10-20.
- Sa'diyah, K. (2018). Urgensi Deteksi Dini dan Intervensi Anak yang Mengalami Learning Difficulty. *Kariman: Jurnal Pendidikan Keislaman*, 6(2), 199-212.
- Savitri, D. I. (2022). Studi Kasus Kesulitan Belajar Membaca bagi Siswa Sekolah Dasar Dampak Learning Loss. *JIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(8), 3084-3089.
- Setyawan, A., Novitri, Q. A., Pratiwi, S. R. E., Walidain, M. B., & Anam, M. A. K. (2020). Kesulitan Belajar Siswa di Sekolah Dasar (SD). Dalam *Prosiding Nasional Pendidikan: LPPM IKIP PGRI Bojonegoro* (Vol. 1, No. 1).
- Sholina, C. A. (2022). Pemenuhan hak-hak asasi anak Tenaga Kerja Indonesia di perkebunan sawit Di wilayah Tawau, Sabah, Malaysia. *Jurnal Pembangunan Manusia*, 3(1), 18.
- Soesilo, T. D., Kristin, F., & Windrawanto, Y. (2024). Pelaksanaan Diagnostik Kesulitan Belajar Peserta Didik oleh Guru SD di Kota Salatiga. *Scholaria: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 14(01), 59-67.

- Suarno, D. T., & Suryono, Y. (2021). Equalization Access to Education as an Effort to Foster the Nationalism of Indonesian Migrant Workers' Children in Border Areas. *European Journal of Educational Research, 10*(4), 1825-1837.
- Sunawan, S., Sugiharto, D. Y. P., & Anni, C. T. (2012). Bimbingan Kesulitan Belajar Berbasis Self Regulating Learning Dalam Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang, 18*(1), 102572.
- Supena, A., & Munajah, R. (2021). Analisis Kesulitan Belajar Membaca Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu, 5*(1), 10-18.
- Susanti, R. D. (2018). Strategi Guru kelas dalam mengatasi kesulitan belajar akademik siswa dalam pembelajaran di sekolah dasar. *KONSELING EDUKASI Journal of Guidance and Counseling, 2*.
- Urbayatun, S., Fatmawati, L., Erviana, V. Y., & Maryani, I. (2019). *Kesulitan Belajar & Gangguan Psikologis Ringan Pada Anak: Implementasi Pada Anak Usia Sekolah Dasar*. K-Media.
- Utami, F. N. (2020). Peranan Guru Dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa SD. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan, 2*(1), 93-101.
- Waruwu, T. (2020). Identifikasi kesulitan belajar pada pembelajaran IPA dan pelaksanaan pembelajaran remedial. *Jurnal Education and Development, 8*(2), 285-285.
- Wati, A. K., & Muhsin, M. (2019). Pengaruh minat belajar, motivasi belajar, lingkungan keluarga, dan lingkungan sekolah terhadap kesulitan belajar. *Economic Education Analysis Journal, 8*(2), 797-813.
- Winanda, M. W. (2016). Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi kesulitan belajar. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE), 4*(3).
- Wong, B. W. K., Ghazali, S., & Yusof, N. (2021). The Condition and Challenges of Community Learning Centre in the Oil Palm Plantations of Sarawak, Malaysia. *International Journal of Business and Society, 22*(3), 1656-1672.

## Peran Psikoterapi Islami Menggunakan Shalawat Nariyah terhadap Regulasi Emosi pada Remaja

Zuliyani Aqimul Hidayah, Rinova Cahyandari

Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin, Institut Agama Islam Negeri Kudus  
Email: zuliyaniaqimulhidayah@gmail.com; rinova@iainkudus.ac.id

Diterima:  
27 Mei 2024

Diterima Setelah Revisi:  
12 Juni 2024

Dipublikasikan:  
20 Juni 2024

### Abstrak

Usia remaja merupakan salah satu fase perkembangan kehidupan rentan mengalami permasalahan psikis. Remaja mengalami masa *stress and storm* yang dapat menimbulkan berbagai emosi negatif, namun kemampuan regulasi emosi yang memadai belum tentu dimiliki oleh setiap individu remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap penguatan kemampuan regulasi emosi melalui psikoterapi Islami, khususnya dengan melantunkan shalawat Nariyah. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan model studi kasus. Data diperoleh dari dua remaja sebagai responden, yang diperoleh melalui wawancara setelah menjalani psikoterapi Islami dengan menggunakan shalawat Nariyah. Hasil menunjukkan bahwa terjadi perbaikan kemampuan regulasi emosi pada dua responden remaja tersebut. Melantunkan dan menghayati shalawat Nariyah dapat meningkatkan kemampuan menerima emosi, strategi mengelola emosi, melibatkan diri dalam perilaku bertujuan, dan kemampuan untuk mengontrol respon emosi. Hal ini menunjukkan bukti bahwa psikoterapi yang melibatkan unsur keagamaan terutama dalam bershalawat dapat memberikan kontribusi positif untuk mengelola emosi untuk mewujudkan kesehatan mental secara komprehensif.

**Kata Kunci:** Remaja, Shalawat Nariyah, Regulasi Emosi.

### Abstract

*Adolescence is a phase of life development that is vulnerable to experiencing psychological problems. Adolescents experience periods of stress and storm which can give rise to various negative emotions, but adequate emotional regulation skills are not necessarily possessed by every individual adolescent. This research aims to reveal the strengthening of emotional regulation abilities through Islamic psychotherapy, especially by chanting Nariyah prayers. This research uses a qualitative research method with a case study model. Data was obtained from two teenagers as respondents, obtained through interviews after undergoing Islamic psychotherapy using Nariyah prayers. The results showed that there was an improvement in emotional regulation abilities in the two teenage respondents. Chanting and living the Nariyah prayers can improve the ability to accept emotions, strategies for managing emotions, engaging in purposeful behavior, and the ability to control emotional responses. This shows evidence that psychotherapy which involves religious elements, especially in praying, can make a positive contribution to managing emotions to achieve comprehensive mental health.*

**Keywords:** Adolescent, Shalawat Nariyah, Emotion Regulation.

## 1 PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa yang menarik perhatian untuk diperbincangkan dalam perkembangan manusia. Di masa remaja banyak perubahan yang dialami oleh setiap individu, dari perubahan fisiologis dan perubahan psikologis. Perubahan psikologis yang terjadi pada masa remaja diantaranya adalah perubahan sosioemosionalnya, dimana setiap individu mengalami peningkatan emosi yang cukup tinggi (Berk, 2012). Kemampuan remaja untuk menilai situasi dapat mempengaruhi kemampuan pengelolaan emosi. Apabila remaja mampu secara kritis menilai situasi yang terjadi pada dirinya sebelum memberikan reaksi emosional, maka mereka akan memiliki pengelolaan emosi yang lebih baik (Hurlock, 2011). Emosi yang dialami remaja dapat mempengaruhi setiap keputusan yang akan diambilnya. Pengelolaan emosi yang cukup rendah akan membuat remaja tidak dapat berfikir panjang dalam mengambil keputusan sehingga remaja mengambil keputusan yang tidak tepat (Ubaidillah, 2014).

Pengelolaan emosi bagi remaja berhubungan erat dengan kebiasaannya dalam mengalami berbagai permasalahan yang menekan dirinya seperti kecemasan dan depresi. Apabila remaja dapat mengelola emosinya, maka ia memiliki daya tahan agar tidak kecemasan dan depresi (Gross, Richards, dan John, 2006). Betts, Gullone dan Allen (2009) menemukan kemampuan mengelola emosi yang baik merupakan salah satu faktor yang dapat mengurangi risiko depresi pada remaja. Putri, Uyun dan Sulistyarini (2017) juga menemukan pengelolaan emosi yang baik dapat memberikan kontribusi dalam kesehatan psikologis individu. Stres, depresi, dan emosi negatif (seperti sedih, marah, kecewa, dan putus asa) tidak dapat sepenuhnya dapat dihindari (Hasmarlin dan Hirmaningsih, 2019). Dalam menghadapi semua situasi yang menekan dan meminimalisasi dampak negatif secara psikologis, remaja membutuhkan regulasi emosi. Regulasi emosi yang dimaksud adalah agar dapat mengatur emosi dan tidak sampai merugikan diri sendiri maupun orang lain.

Regulasi emosi lebih mengarah pada suatu keadaan yang dialami individu dalam mengatur kondisi emosional yang muncul dengan menyadari pengalamannya termasuk dalam pengungkapan emosi tersebut. Regulasi emosi dapat berupa strategi yang dilakukan individu dalam mekanisme yang disadari maupun tidak disadari. Respon emosional yang muncul dapat berubah dalam kemunculannya, baik itu meningkat, mempertahankan, ataupun mengurangi rasa emosi yang muncul. Regulasi emosi dapat dilakukan manusia yang bersifat positif dan negatif. Regulasi emosi juga menurunkan tingkat stres yang dirasakan individu, disamping itu pula mampu mengubah *stressor*. Regulasi emosi dapat muncul secara tiba-tiba, baik saat disadari dan tidak disadari seseorang. Dapat dikatakan bahwa regulasi emosi dapat mengurangi dampak negatif pada remaja dan membutuhkan berbagai cara untuk mengelola emosi dengan baik. Regulasi emosi sangat penting untuk remaja supaya mereka dapat mengontrol emosi ketika mereka memiliki masalah. Regulasi ini dapat menyebabkan peningkatan ataupun penurunan pada emosi remaja seperti adanya emosi negatif dan positif. Tidak hanya itu, regulasi emosi mendorong remaja untuk beradaptasi dengan lingkungannya dan dapat memposisikan diri ditempat yang positif (Gross & Thompson, 2007).

Regulasi emosi yang dimiliki masing-masing individu dapat berbeda dipengaruhi oleh berbagai faktor, meliputi perbedaan tujuan yang ditetapkan individu, kebiasaan atau seringnya individu mampu meregulasi emosi, dan kemampuan umum yang dimiliki oleh individu itu sendiri (Gross & Thompson, 2007). Pada remaja kemampuan pengelolaan emosi dapat dipengaruhi oleh berbagai hal, meliputi perbedaan jenis kelamin maupun penerapan pola asuh yang telah diterapkan oleh orang tua. Tidak semua orang mampu meregulasi emosi, kesulitan-kesulitan yang dialami oleh remaja ketika meregulasi emosi karena dipengaruhi oleh *mood* atau suasana hati. Hal ini dapat mempengaruhi hubungan remaja dengan lingkungan sekitar. Regulasi emosi dapat diterapkan oleh individu dengan cara yang bervariasi. Secara umum, telah dikenal setidaknya dua jenis strategi dalam emosi regulasi. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Lazarus & Folkman (1988), terdapat tipe *emotion-focused* dan *problem-focused*. Pada tipe *emotion-focused* artinya individu mengarahkan usahanya untuk berupaya memperbaiki keadaan emosi negatif yang muncul di dalam diri. Sedangkan, tipe *problem-focused* memiliki arti bahwa individu berupaya fokus memperbaiki situasi

atau keadaan yang menjadi masalah (Folkman & Lazarus, 1988). Penerapan strategi tersebut dapat bervariasi antar individu bergantung pada perbedaan situasi kondisi, emosi yang muncul, dan tipe kepribadian yang di miliki.

Salah satu cara yang dapat digunakan dalam meregulasi emosi pada remaja adalah dengan terapi shalawat Nabi. Bacaan dalam shalawat Nabi sebagai pujian dan permohonan doa serta dapat juga mendekatkan diri kepada Allah SWT. Seseorang yang menanamkan kecintaan kepada Allah dan Rasul-Nya maka dapat merasakan nikmatnya iman, ketenangan serta ketaatan. Kecintaan tersebut dapat meningkatkan rasa ikhlas dan memperkuat keyakinan pada syari'at Islam. Shalawat dapat meningkatkan pola pikir, perilaku, dan perasaan setiap orang menjadi lebih baik dari sebelumnya. Bershalawat merupakan salah satu obat yang paling mudah dan murah untuk memulihkan semua penyakit yang dirasakan, karena dengan bershalawat merupakan bagian dari dzikir untuk mengingat Allah SWT yang sekaligus menyebut nama kekasih-Nya. Selain itu, shalawat juga suatu ungkapan kebersyukuran manusia terhadap Allah SWT dan pengakuan penghormatan kepada Nabi Muhammad SAW. Shalawat Nariyah disebut shalawat Tafrijiyyah karena shalawat ini diyakini mengabdikan segala hajat dan menghidart dari kesusahan bagi siapa saja yang membaca serta mengamalkannya. Selain itu, Shalawat Nariyah juga disebut sebagai shalawat kamilah, karena seseorang yang membacanya akan sempurna keimanannya kepada Allah SWT dan Rasul-Nya (Alaydarus, 2007).

Sholwat Nariyah ini memiliki banyak keistimewaan, salah satunya sebagai shalawat yang mustajab (shalawat tafrijuyah qurtubiyah disebut oleh orang Maroko sebagai shalawat Nariyah). Apabila umat Islam mengharapkan apa yang dicita-citakan, atau menolak yang tidak disukainya, mereka akan berkumpul dalam satu majlis untuk membaca shalawat Nariyah ini sebanyak 4.444 kali. Dengan izin Allah SWT apa yang telah diinginkannya akan dikehendaki dengan cepat. Shalawat Nariyah ini juga diyakini sebagai kunci gudang yang memadai, sebagaimana pendapat dari Imam Dainuri yang menyatakan bahwa siapa yang membaca shalawat Nariyah sebanyak 11 kali setelah melaksanakan sholat fardhu dan digunakan sebagai wiridan maka tidak akan terputus rizkinya, disamping itu derajatnya lebih tinggi (Fatah, 2012).

## 2 KAJIAN PUSTAKA

### 2.1 Pengertian Regulasi Emosi

Gratz dan Roemer (2004) mengatakan regulasi emosi adalah upaya untuk penerimaan emosi, kemampuan untuk mengendalikan emosi dan kemampuan untuk menggunakan strategi regulasi emosi sesuai situasi secara fleksibel. Gross (1998) menjelaskan bahwa regulasi emosi berfokus pada proses-proses yang dilakukan oleh individu untuk mempengaruhi emosi yang dimilikinya, kapan individu mengalami emosinya, bagaimana individu mengalami dan mengekspresikan emosi tersebut. Gyurak, Gross dan Etkin (2011) menjelaskan konstruk regulasi emosi dengan penekanan pada proses eksplisit dan implisit. Regulasi emosi secara eksplisit adalah proses yang memerlukan upaya sadar untuk inisiasi dan menuntut beberapa tingkat pemantauan selama implementasi, terkait dengan beberapa tingkat wawasan serta kesadaran. Sedangkan regulasi emosi secara implisit diyakini dibangkitkan secara otomatis oleh stimulus itu sendiri dan berjalan sampai selesai tanpa pemantauan dan dapat terjadi tanpa wawasan dan kesadaran.

Thompson (1994) mengartikan regulasi emosi sebagai proses intrinsik (pengaruh regulasi emosi pada perasaan individu) dan ekstrinsik (pengaruh regulasi emosi pada lingkungan) yang memiliki tanggung jawab dalam memonitor, mengevaluasi, dan memodifikasi reaksi emosi secara intensif serta secara khusus untuk mencapai tujuan tertentu. Gross dan Thompson (2007) mengemukakan bahwa regulasi emosi merupakan sebuah strategi yang dilakukan dalam keadaan sadar untuk mempertahankan, memperkuat ataupun mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku. Remaja yang memiliki regulasi emosi lebih dapat mempertahankan atau meningkatkan emosi yang dirasakannya baik berupa emosi positif maupun emosi negatif. Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi

merupakan suatu proses yang mengatur perasaan, reaksi fisiologis, kognisi, dan respon emosi yang dapat mengontrol perilaku untuk mencapai tujuan yang sesuai dengan tuntutan situasional.

## 2.2 Dimensi Regulasi Emosi

Gratz dan Roemer (2004) berpendapat bahwa ada empat aspek yang dapat digunakan dalam menentukan kemampuan regulasi emosi pada remaja yaitu:

1. Penerimaan emosi, merupakan kemampuan setiap individu untuk menerima suatu peristiwa yang dapat menimbulkan emosi negatif dan penerimanya tidak merasa malu ketika mengalami emosi tersebut.
2. Strategi regulasi emosi, yaitu keyakinan setiap individu untuk mengatasi suatu masalah.
3. Keterlibatan suatu bertujuan, merupakan kemampuan setiap individu untuk tidak terpengaruh oleh emosi negatif yang dirasakannya sehingga tetap dapat berkonsentrasi dan melakukan sesuatu dengan baik.
4. Kontrol respon emosi, yaitu kemampuan individu untuk mengontrol emosi dan juga mengontrol respon emosi yang ditampilkan, sehingga ketika individu tersebut merasakan emosi yang berlebihan maka ia akan menunjukkan respon emosi yang tepat.

## 2.3 Faktor-faktor Regulasi Emosi

Menurut Rusmaladewi *et al.* (2020), ada faktor-faktor yang membentuk regulasi emosi diantaranya:

1. Usia. Usia menjadi salah satu faktor terbentuknya regulasi emosi karena dengan bertambahnya usia maka setiap individu akan mudah untuk dapat meregulasi emosinya berdasarkan dari pengalamannya di masa lalu.
2. Jenis kelamin. Jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan akan memiliki kontrol emosi yang berbeda-beda sesuai dengan gendernya.
3. Religiusitas. Religiusitas menjadi faktor regulasi emosi karena dalam agama apapun pasti mengajarkan bagaimana agar dapat mengontrol emosinya.
4. Kepribadian. Kepribadian menjadi faktor terakhir dalam membentuk regulasi emosi, orang yang memiliki kepribadian neuroticism akan memiliki regulasi emosi yang rendah.

## 2.4 Jenis-jenis Shalawat

Secara garis besar shalawat terbagi menjadi dua macam, yaitu:

1. Shalawat yang diajarkan oleh Rasulullah SAW yang lebih dikenal dengan sebutan shalawat Ibrahimiyah.
2. Shalawat yang disusun oleh para sahabat Rasulullah SAW, para tabiin dan para ulama lainnya. Salah satu dari jutaan shalawat tersebut adalah shalawat Nariyah. Shalawat Nariyah juga disebut dengan shalawat Tafrijiyyah. Imam Al-Qurthuby menyebutkan keistimewaan dari shalawat Nariyah yaitu barang siapa yang memiliki keinginan untuk memperoleh sesuatu yang agung atau terhindar dari bencana maka hendaknya bertawasul kepada Rasulullah SAW dengan membaca shalawat Nariyah sebanyak 4.444 kali. Melalui tawasul tersebut, atas izin Allah SWT seorang hamba akan diberikan kelancaran dalam hal yang telah dituju sebagaimana niatnya.

## 2.5 Shalawat Nariyah

Membaca shalawat Nariyah merupakan salah satu ibadah ghairu mahdah, yaitu ibadah yang prinsipnya itba' Rasul. Namun secara teknis telah dirumuskan oleh ulama atau tidak terkait dengan syarat dan rukun (Wargadinata, 2010). Pembacaan shalawat Nariyah disebut sebagai tradisi nariyahan yang di lakukan oleh para kiai dan santri di pondok pesantren sebagai perwujudan praktik ibadah keagamaan serta memiliki makna penting bagi yang melaksanakannya. Pembacaan shalawat

Nariyah dapat dijadikan sebagai suatu tradisi yang memiliki tata cara dalam proses pelaksanaan, memiliki tujuan dan manfaat dan makna simbol atas pelaksanaan tradisi pembacaan nariyahan tersebut.

## 2.6 Proses Pelaksanaan Pembacaan Shalawat Nariyah

Berkaitan dengan proses pelaksanaan, tradisi pembacaan shalawat Nariyah dilaksanakan melalui tiga proses utama, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan penutup.

- 1) Pada tahap persiapan. Individu perlu melaksanakan bersuci, melaksanakan shalat wajib berjamaah, membaca tahlil, shalat sunnah taubat dan shalat hajat, membacakan fadhilah kepada Nabi Muhammad SAW, bersyahadat, dan beristighfar.
- 2) Pada tahap pelaksanaan. Para umat Islam melantunkan shalawat Nariyah.
- 3) Pada tahap penutup. Dilaksanakan pembacaan doa.

Shalawat Nariyah diamalkan atau dibaca dengan tata cara tertentu dengan tujuan dan manfaat agar Allah memberi kemudahan dan kekuatan dalam menuntut ilmu dan hajat yang diinginkan dapat terkabulkan. Tradisi Nariyahan juga dapat mengandung suatu simbol yang memiliki makna khusus bagi yang melaksanakannya. Pembacaan tasbeih merupakan simbol atas ketaatan kepada Allah SWT. Penggunaan batu kerikil selama melaksanakan pembacaan Nariyahan memiliki makna kekuatan bagi individu yang mengamalkannya dalam menuntut ilmu. Penggunaan mukena memberikan makna sebagai benda simbol yang digunakan wanita dalam melaksanakan ibadah. Penggunaan kopiah bagi laki-laki memiliki makna sebagai ketaatan dan kezuhudan muslim. Tindakan berupa melaksanakan pembacaan shalawat Nariyah 4.444 kali memiliki makna sebagai hitungan maksimal dalam mencapai cita-cita dan sebagai perwujudan kepatuhan kepada guru. Pelaksanaan shalat sunnah dua rakaat dan pelaksanaan shalat taubat memiliki makna bahwa individu melaksanakan pemantapan atas hajat dan sebagai wujud menyucikan diri dari dosa. Pelaksanaan yang dilakukan pada malam jumat memiliki makna bahwa keberkahan karena keyakinan bahwa malam jumat sebagai malam istimewa sebagai pemimpin hari. Terakhir, melantunkan doa memberikan makna sebagai permohonan dari hamba kepada Tuhan yang di sembah Allah SWT (Pratiwi, 2015).

## 2.7 Manfaat Shalawat Nariyah

Beberapa manfaat dari shalawat Nariyah diantaranya sebagai bentuk ketaatan atas perintah Allah SWT untuk bershalawat, meneladani Allah SWT dan para malaikat dalam bershalawat. Mendapatkan balasan atas shalawat tersebut, satu kali shalawat yang dibaca kepada Rasulullah SAW dapat meningkatkan derajat, memudahkan terkabulnya doa, menjadikan jaminan syafaat, salah satu faktor penyebab diampuni dosa dan ditutup aib, menjadi perekat agar lebih dekat dengan Allah SWT, tercurahkannya rahmat Allah SWT menghilangkan sifat kikir, mensyukuri dan mengenal nikmat yang telah diberikan oleh Allah SWT. Doa dari seorang hamba dan perintah Allah SWT dapat meningkatkan kualitas penghambaan, terbentuknya pribadi luhur Nabi Muhammad SAW dalam diri seorang hamba. Dalam pelaksanaannya, shalawat Nariyah sebagai suatu doa dapat diwujudkan melalui tradisi masyarakat berupa meminum air doa shalawat Nariyah. Sebagaimana yang telah dijelaskan bahwa didalamnya memuat permohonan doa kepada Allah SWT agar hajat seorang hamba dapat dikabulkan. Shalawat Nariyah tersebut dilakukan sebagai bentuk tawassul dengan Nabi Muhammad SAW. Melalui pembacaan tersebut diyakini mempengaruhi molekul air yang menjadi baik dan akan membawa dampak positif bagi yang meminumnya seperti mendapatkan kebaikan dan keberkahan melalui perantara shalawat Nariyah (Hikmah, 2020).

## 3 METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Metode penelitian kualitatif merupakan metode penelitian yang berfokus pada penggalian informasi secara mendalam dari suatu

subjek penelitian. Metode penelitian kualitatif berusaha memberikan pemahaman yang mendalam mengenai keadaan suatu subjek penelitian dalam situasi atau lingkungan sosial yang sesungguhnya. Dalam penelitian ini, peneliti menyusun berdasarkan studi kasus, dengan tujuan untuk mempelajari, menyelidiki, mengkaji dan juga menelaah informasi ataupun fenomena yang berkaitan dengan manusia. Sedangkan penggalian data dilakukan pada responden untuk mendapatkan data penelitian yang memadai dan menggambarkan keadaan individu secara lebih menyeluruh (Sugiyono, 2014). Keseluruhan data diperoleh dari responden melalui teknik wawancara dan observasi setelah responden melakukan Psikoterapi Islami menggunakan shalawat Nariyah.

- 1) Data utama atau data primer diperoleh dari data yang berasal dari responden utama penelitian. Data primer dalam penelitian ini adalah dua remaja dengan kriteria beragama Islam, memiliki permasalahan regulasi emosi, dan bersedia mengikuti serangkaian proses psikoterapi Islami menggunakan shalawat Nariyah. Psikoterapi Islami menggunakan shalawat Nariyah dilaksanakan kepada responden dalam tiga kali sesi, yang dilaksanakan satu kali dalam satu minggu dalam kurun waktu keseluruhan tiga minggu berurutan.
- 2) Sedangkan data sekunder dapat diperoleh dari sumber-sumber data sekunder, yaitu berbagai artikel mengenai penelitian terdahulu maupun buku yang mengulas hal-hal yang relevan..

#### 4 HASIL DAN PEMBAHASAN

Psikoterapi Islami menggunakan shalawat Nariyah melibatkan beberapa proses. Proses yang dilakukan dalam psikoterapi penghayatan shalawat Nariyah yang secara keseluruhan terdiri dari tiga sesi pertemuan yang dilaksanakan dalam kurun waktu tiga minggu. Keseluruhan kegiatan perlakuan melibatkan tiga proses utama. Pertama, proses psikoedukasi ditujukan untuk memberikan pemahaman dan membenarkan pola pikir yang terjadi pada remaja. Psikoedukasi diberikan berkaitan dengan dua topik utama yaitu tentang shalawat Nariyah, dan regulasi emosi. Shalawat diyakini dapat memberikan ketenangan pada individu, dapat memberikan kenyamanan dan dapat menerima kenyataan. Pemberian psikoedukasi ini diberikan dengan membuka kesempatan bagi diskusi untuk mengetahui perspektif responden. Proses diskusi dilakukan guna mengidentifikasi permasalahan dan mengetahui perkembangan yang dialami responden.

Kedua, proses memberikan contoh perilaku yang adaptif. Dalam proses ini dilakukan dengan pemberian motivasi, arahan dan saran dari psikoterapis, maka responden dapat mengubah pola pikir dan juga perilakunya agar emosi negatif berubah menjadi emosi positif. Jika responden mulai marah-marah maka diharapkan dapat membaca shalawat Nariyah dengan khusyu', dan diberikan penjelasan bahwa dengan bershalawat hati akan menjadi lebih tenang. Mereka dapat melampirkan rasa marahnya tersebut dengan cara tarik nafas dan buang nafas pelan-pelan kemudian beristigfar serta mengambil wudhu lalu mengerjakan shalat. Setelah shalat diusahakan untuk berdoa kemudian membaca shalawat Nariyah terus menerus.

Ketiga, proses latihan yang kontinyu. Dalam proses latihan ini responden dapat melakukan sesuai yang diajarkan di proses kedua secara berulang-ulang. Seperti yang telah dicontohkan dan dapat disertai dengan membaca shalawat Nariyah serta memahami makna dan menerapkan dengan mengubah perilaku negatif menjadi perilaku yang positif. Proses latihan yang terus menerus ini membutuhkan komitmen untuk melaksanakan aktivitas tersebut di dalam sesi maupun di luar sesi psikoterapi. Munculnya kesadaran di dalam sesi psikoterapi dapat ditindaklanjuti untuk latihan di dalam maupun di luar sesi psikoterapi. Responden dapat melakukan dengan keadaan yang tidak terpaksa dan melaksanakan latihan dengan melantunkan shalawat Nariyah dengan lebih menghayati dan memahami makna yang terkandung di dalamnya. Responden diminta untuk lebih peka terkait refleksi diri berkaitan dengan perubahan yang terjadi dalam dirinya setelah membiasakan bershalawat Nariyah. Dalam pemberian perlakuan yang dilakukan, para responden mampu kooperatif dengan keseluruhan proses psikoterapi melalui shalawat Nariyah.

Responden pertama, yaitu VKK. Ia merupakan seorang remaja perempuan dengan kondisi awal sebelum dilakukan perlakuan, ia menyatakan bahwa mengalami permasalahan dalam kesulitan

untuk mengontrol emosi, mudah tersinggung karena perbincangan orang lain. Pada saat muncul emosi marah, ia akan melampiaskan kemarahan kepada orang lain. Pada pertemuan hari pertama, responden mendapatkan psikoedukasi mengenai emosi, regulasi emosi, dan shalawat Nariyah. Terdapat penjelasan yang terkandung dalam shalawat Nariyah dan juga mendapat yang didapatkan melalui pembacaan serta penghayatan shalawat Nariyah. Diberikan pula simulasi dan latihan pembacaan shalawat Nariyah dan responden didorong untuk dapat bershalawat dengan khushyuk hingga dibaca berulang-ulang kali. Setelah sesi terapi selesai, responden memberikan tanggapan bahwa dia merasakan lebih tenang dari sebelumnya. Ada perubahan dari sebelum dan sesudah sesi psikoterapi. Responden berkomitmen untuk melanjutkan melantunkan shalawat Nariyah di rumah. Pertemuan kedua, responden bercerita bahwa dia merasakan banyak sekali perubahan, yang awalnya sering marah-marah kemudian menjadi jarang sekali marah. Pada pertemuan kedua ini dilakukan diskusi dan diberikan *feedback* serta penguatan atas perkembangan yang terjadi pada diri responden. Responden melakukan kembali latihan penghayatan shalawat dan kemudian berkomitmen untuk melanjutkan pembiasaan pada saat di rumah. Pertemuan ketiga, responden menyatakan bahwa dirinya mengalami banyak perubahan. Ia sudah dapat mengontrol emosi dan juga tidak mudah tersinggung dengan pembicaraan orang lain. Selain itu, ia juga memiliki minat dan semakin mudah untuk menjalin hubungan pertemanan. Sebelumnya, teman-temannya menjauhinya karena ia sering sekali marah-marah dan saat ini menjalin pertemanan lebih sehat. Di pertemanan sudah terjalin hubungan emosional yang memadai. Dengan demikian, keseluruhan sesi psikoterapi Islami melalui shalawat Nariyah dapat memberikan perbaikan pada diri responden VKK yaitu perbaikan dalam kemampuan pengelolaan emosi dan perbaikan hubungan sosial, serta perbaikan perilaku adaptif dalam keseharian.

Responden kedua, yaitu FL seorang remaja perempuan. Pada pertemuan pertama, sudah terjadi perubahan seperti munculnya perasaan lebih tenang dan lebih bahagia dari sebelumnya. Ia juga kooperatif dan berkomitmen untuk membiasakan bershalawat Nariyah di rumah. Selanjutnya dalam pertemuan kedua, responden dapat mengikuti tahapan psikoterapi. Setelah sesi pertemuan kedua dilakukan, responden menceritakan tentang apa yang dirasakannya setelah beberapa hari rutin membaca shalawat Nariyah. Ia menceritakan bahwa banyak sekali mendapatkan hikmah dari membaca shalawat Nariyah seperti menjadi lebih dapat mengontrol emosinya, bahkan sekarang tidak mudah marah. Selain itu, ia menyatakan bahwa dengan shalawat Nariyah dapat meringankan beban pikiran dan masalah yang sedang dihadapi. Responden juga masih berkomitmen untuk membiasakan membaca shalawat Nariyah secara rutin agar menjadi lebih baik kedepannya. Selanjutnya setelah pertemuan ketiga, responden telah mampu menguasai emosinya dengan lebih baik yaitu menjadi tidak mudah marah. Selain itu, juga muncul perasaan bahagia dalam dirinya.

Hasil pada kedua responden menunjukkan adanya perubahan positif setelah diberikannya perlakuan psikoterapi Islami menggunakan shalawat Nariyah. Perubahan yang terjadi meliputi perubahan cara berpikir, perubahan emosi, dan perubahan perilaku. Berkaitan dengan cara berpikir adalah terjadi perubahan perspektif dalam memandang suatu permasalahan. Ketika menyikapi permasalahan yang terjadi dalam kehidupannya, responden mampu untuk memahami berbagai sudut pandang serta memilih sudut pandang, penilaian akan suatu permasalahan dengan lebih positif dan adaptif dengan melibatkan adanya unsur keagamaan atau ke-Tuhanan. Perubahan cara berpikir terlihat dari kemampuan responden dalam mengembangkan pola pikir yang positif kepada Allah SWT. Responden menunjukkan perubahan perasaan terkait dengan keyakinan diri yang lebih kuat untuk mampu mengenali dan mengendalikan perasaan negatif dan mengubahnya menjadi perasaan yang lebih positif. Perasaan negatif yang dominan sebelum dilakukannya psikoterapi Islami menggunakan shalawat Nariyah adalah perasaan marah, tersinggung, dan gelisah. Setelah dilaksanakannya psikoterapi Islami menggunakan shalawat Nariyah muncul perasaan yang lebih positif yaitu perasaan tenang, bahagia, dan bersemangat. Sedangkan dari perilaku, kedua responden menunjukkan perilaku komitmen yang baik untuk melakukan aktivitas positif yang adaptif.

Perbaikan aktivitas ibadah keagamaan, aktivitas berzikir, membangun dan mempertahankan hubungan sosial yang positif, serta penurunan perilaku negatif dalam interaksi sosial.

Melalui psikoterapi Islami menggunakan shalawat Nariyah, kedua responden menunjukkan perbaikan berkaitan dengan kemampuan regulasi emosi. Gratz dan Roemer (2004) bahwa kemampuan regulasi emosi dapat teramati dari kemampuan menerima emosi, mengembangkan langkah aktivitas dalam mengelola emosi, melibatkan diri dengan aktivitas yang bertujuan, dan mengontrol respon atas emosi. Hasil perubahan pada responden menunjukkan perbaikan pada berbagai hal. Pertama, bahwa responden mampu mengidentifikasi dan mengakui berbagai perasaan negatif yang muncul dalam diri mereka. Pengakuan tersebut muncul kepada diri sendiri dan diakui dihadapan orang lain. Kedua, para responden telah mampu menguasai kemampuan strategi untuk mengendalikan emosi, yaitu dengan membiasakan diri melantuntan shalawat Nariyah dan berbagai kesempatan di aktivitas keseharian. Ketiga, berkaitan dengan keterlibatan dalam perilaku bertujuan, responden mampu mengarahkan minat yang positif untuk mengembangkan perilaku interaksi sosial yang positif dalam keseharian. Permasalahan utama responden berkaitan dengan interaksi sosial teratasi dengan kemampuan responden untuk menumbuhkan minat interaksi sosial yang dilandasi dengan nilai-nilai keagamaan dengan kepercayaan pada Allah SWT. Keempat, kemampuan mengontrol emosi ditunjukkan oleh responden dengan ekspresi sosial yang lebih positif yaitu menunjukkan penurunan kemarahan dan lebih memunculkan kebahagiaan serta ketenangan ketika bertutur kata dan serta bersikap dalam keseharian.

Pembacaan shalawat Nariyah merupakan salah satu wujud ibadah umat muslim yang dapat dilakukan secara individual maupun berkelompok dalam kehidupan bermasyarakat (Holidi & Surur, 2019). Penerapan pembacaan shalawat Nariyah telah dilaksanakan di berbagai konteks sosial kemasyarakatan. Seperti yang dilakukan oleh masyarakat secara berjamaah berupaya mengamalkan melantuntan shalawat Nariyah secara berjamaah sebanyak 4444 kali dan dilaksanakan secara berkala. Pelaksanaan pembacaan shalawat Nariyah merupakan suatu praktik ibadah yang bersumber dari hadis yang dilaksanakan dalam kehidupan keseharian. Masyarakat meyakini bahwa mengamalkan shalawat Nariyah secara rutin dapat memberikan manfaat terkait kemudahan dalam semua hajat dan kemudahan dalam segala urusan (Rozi, 2020; Suhaili *et al.*, 2023). Pembacaan shalawat Nariyah oleh individu dapat mengandung beberapa fungsi, meliputi fungsi preventif, kuratif, serta preservatif dan perkembangan. Berkaitan dengan fungsi preventif, pengamalan shalawat Nariyah dapat menjaga kondisi individu dari jiwa yang jauh dari Allah SWT. Berkaitan dengan fungsi kuratif, pengamalan shalawat Nariyah dapat memberikan manfaat berupa membantu mengatasi permasalahan kejiwaan, seperti mengurangi gejala gangguan psikis berupa kecemasan, kegelisahan, ketakutan sehingga membawa pada kondisi jiwa yang lebih dekat pada Allah SWT. Individu dapat merasakan ketenangan dan ketentraman karena merasa terlindungi dan mendapatkan pertolongan dari Allah SWT. Sedangkan, berkaitan dengan fungsi preservatif dan perkembangan, pembacaan shalawat Nariyah dapat membantu memelihara dan mempertahankan kondisi baik yang telah terwujud dalam diri individu. Melalui fungsi ini individu yang mengamalkan shalawat Nariyah dapat merasakan semangat dan optimis dalam melakukan aktifitas belajar, interaksi sosial, dan kegiatan lainnya dalam sehari-hari (Abror, 2017).

Dalam konteks psikoterapi, mengamalkan pembacaan shalawat Nariyah juga dapat berperan dalam perbaikan perilaku yang ditampakan dalam interaksi sosial. Setelah individu membiasakan dalam mengamalkan shalawat Nariyah, maka individu akan mampu secara bertahap mengubah perilaku dengan memunculkan berbagai perilaku interaksi sosial yang semula negatif menjadi lebih positif. Perubahan yang terjadi adalah munculnya ketenangan yang dirasakan individu, mendorong memudahkan melakukan hal yang baik dan merasa takut untuk melakukan hal yang buruk. Individu menjadi lebih lembut dan tidak mudah marah (Ismail, Musyafa, & Choslan, 2023). Shalawat Nariyah dapat memberikan manfaat positif pada diri individu dikarenakan sifat shalawat Nariyah adalah sebagai suatu doa yang dipanjatkan kepada Allah SWT dan sebagai wujud memuji kepada Nabi Muhammad SAW. Dalam hal ini pujian dan doa tersebut merupakan perantara bagi individu untuk

semakin mendekati diri pada Allah SWT sekaligus pengakuan atas ke Esa-an Allah SWT (Firmansyah & Rizki, 2022).

Terapi shalawat Nariyah juga telah mampu menurunkan emosi negatif yang dirasakan pada responden penelitian ini. Hal ini memperkuat pendapat bahwa terapi shalawat Nariyah dapat mengurangi kecenderungan individu untuk menyalahkan orang lain, mengurangi kecemasan, dan mengurangi tindakan agresif kepada orang lain (Hanaan, 2022). Penelitian Izati (2023), remaja menunjukkan bahwa terapi shalawat Nariyah dapat digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan akademik pada peserta didik. Dalam penelitian ini, responden yang mengikuti psikoterapi Islami menggunakan shalawat Nariyah mampu memunculkan berbagai emosi yang lebih positif, seperti munculnya perasaan tenang dan bahagia. Salsabila (2024) bahwa pengamalan shalawat Nariyah dapat meningkatkan ketenangan jiwa dan kesejahteraan emosional.

Dampak psikoterapi Islami menggunakan shalawat Nariyah juga dapat diamati dalam perubahan perilaku dalam keseharian. Pengamalan shalawat Nariyah dalam kehidupan sehari-hari dapat memberikan efek ketenangan dan mendorong komunikasi yang baik, mendorong pengakuan atas kesalahan dan keberanian untuk memperbaiki diri dalam diri para remaja (Alfuni'mah, 2019). Secara umum seberapa jauh dampak positif yang dirasakan setelah terapi menggunakan shalawat Nariyah, dapat bervariasi dirasakan pada masing-masing individu. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh tingkat keikhlasan hati, konsentrasi, kemampuan dalam menghayati makna shalawat yang dilakukan. Berbagai hal tersebut memberikan gambaran yang komprehensif bahwa shalawat dapat digunakan sebagai media yang mendukung kesehatan jiwa individu (Salsabila, 2024).

## 5 SIMPULAN

Permasalahan yang dipersepsi sebagai suatu tekanan yang ada di dalam kehidupan sehari-hari pada hakikatnya adalah sebuah pengalaman yang dapat membentuk remaja mejadi lebih sehat baik secara fisik maupun psikis. Dalam menghadapi situasi yang menekan dapat dengan menampilkan perilaku yang adaptif, remaja membutuhkan suatu kemampuan untuk meregulasi emsoinya. Sedangkan ketidakmampuan remaja untuk mengelola emosi dapat mengakibatkan remaja tidak berdaya dalam menghadapi situasi yang penuh dengan tekanan dan konflik. Akibatnya remaja akan berisiko melakukan tindakan destruktif dalam kehidupannya. Psikoterapi Islami menggunakan shalawat Nariyah melibatkan tiga proses utama, yaitu psikoedukasi, pemberian contoh perilaku yang adaptif, dan proses latihan yang kontinyu. Hasil pemberian psikoterapi Islami menggunakan shalawat Nariyah kepada responden remaja dapat memberikan penguatan atau perbaikan pada kemampuan regulasi emosi pada kedua responden. Shalawat Nariyah dapat memberikan perbaikan pola pikir, menurunkan terjadinya emosi negatif, memunculkan perasaan positif dan mendorong responden untuk melakukan perilaku yang positif dan adaptif dengan selalu melibatkan Allah SWT dalam setiap unsur kehidupannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abror, M. (2017). *Urgensi Tradisi Zikir Shalawat Nariyah dalam Membentuk Ketenangan Jiwa (Studi pada Santri Putri Pondok Pesantren Sirojuth Tholibin Brabo Tanggunharjo Kabupaten Grobogan)*. Universitas Islam Negeri Walisongo, Semarang.
- Alaydarus, H. S. M. (2007). *135 Sholawat Nabi: Keutamaan, Tatacara, dan Khasiatnya*. Bandung: Pustaka Hidayah.
- Alfuni'mah, A. (2019). *Terapi Dzikir Sholawat Naariyah untuk Menurunkan Kenakalan Siswa*. Universitas Islam Negeri Walisongo, Semarang.
- Berk, L. E. (2012). *Development Through The Lifespan: Dari Prenatal Sampai Remaja (Transisi Menjelang Dewasa)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Betts, J., Gullone, E., & Allen, S. (2009). An Examination Of Emotion Regulation, Temperament, and Parenting Style As Potential Predictors Of Adolescent Depression Risk Status: A

- Correlational Study. *British Journal of Developmental Psychology*, 27, 473–485.
- Fatah, M. A. (2012). *Tradisi Orang-Orang NU*. Yogyakarta: Pustaka Pesantren.
- Firmansyah, S., & Rizki, M. (2022). Sholawat Nariyah in the Perspective of Hadith: A Study of the Ma'ani Al-Hadits Approach. *Jurnal Islam Nusantara*, 6(1), 92–102.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). Coping as a Mediator of Emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(3), 466–475.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26, 41–54.
- Gross, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299.
- Gross, J. J., Richards, J. M., & John, O. P. (2006). Emotion Regulation in Everyday Life. In *Emotion regulation in couples and families: Pathways to dysfunction and health*. Washington: American Psychological Association.
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion Regulation: Conceptual Foundations. In *Handbook of Emotion Regulation* (J. J. Gros, hal. 3–24). The Guilford Press.
- Gyurak, A., Gross, J. J., & Etkin, A. (2011). Explicit and Implicit Emotion Regulation: A Dual-Process Framework. *Cognition & Emotion*, 25(3), 400–412.
- Hanaan, F. A. (2022). *Konseling Islam dengan Terapi Sholawat Nariyah untuk Mengendalikan Emosi Negatif Seorang Korban PHK di Era Pandemi Kelurahan Pacar Kembang Kota Surabaya*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Hasmarlin, H., & Hirmaningsih, H. (2019). Self-compassion dan regulasi emosi pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 15(2), 148-156.
- Hikmah, D. M. (2020). *Tradisi Minum Air Do'a Sholawat Nariyah (Studi Living Hadis di Pondok Pesantren Nurul Hidayah Desa Mangli, Kecamatan Kaliwates, Kabupaten Jember)*. Institut Agama Islam Negeri Jember.
- Holidi, A. F., & Surur, M. (2019). Memasyarakatkan Sholawat Nariyah di Bumi Nusantara. *Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Hadist*, 2(1), 48–70.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Indahria Sulistyarini, Dwi Widarna Lita Putri, Q. U. (2017). Pelatihan Regulasi Emosi Untuk Meningkatkan Kesejahteraan Subjektif Orang dengan Hipertensi Esensial. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 1(1), 1.
- Ismail, I., Musyafa, M. H., & Choslan, F. (2023). Systematic Literature Review, The Impact of The Sholawat Nariyan Tradition in Indonesia on Changes in Community Social Behavior. *Ulumuddin: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman*, 13(2), 221–236.
- Izati, H. (2023). *Konseling Kelompok melalui Sholawat Nariyah untuk Mengurangi Kecemasan Akademik pada Siswa di MTs Irsyadut Thulab Pulorejo Grobogan Tahun 2023*. Universitas Islam Negeri Salatiga.
- Pratiwi, E. (2015). *Tradisi Nariyahan di Pondok Pesantren Darul Ulumissyar'iyah Desa Telang Karya Kecamatan Muara Telang Kabupaten Banyuasin*. Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang.
- Rozi, A. F. (2020). Genealogi Tradisi Sholawat Nariyah di Desa Kroya Cilacap. *Sangkep: Jurnal Kajian Sosial Keagamaan*, 3(1), 69–84.
- Rusmaladewi, R., Indah, D. R., Kamala, I., & Anggraini, H. (2020). Regulasi Emosi pada Mahasiswa Selama Proses Pembelajaran Daring di Program Studi PG-PAUD FKIP UPR. *Pintar Harati: Jurnal Pendidikan dan Psikologi*, 16(2), 33–46.
- Salsabila, A. (2024). *Sholawat Sebagai Media Kesehatan Jiwa bagi Anggota Remaja di Teluk Belitung*. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan RND*. Bandung: Alfabeta.
- Suhaili, A., Ruslan, R., Syafi'I, I., Hernanto, H., Supyanto, N. H., Ferdianto, Y., ... Amir, I. (2023). Penerapan dan Pembacaan Sholawat Nariyah 4444 di Dusun Mimbo desa Sumberanyar Kecamatan Banyuputih Kabupaten Situbondo. *Khidmah: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 1(1), 1–9.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion Regulation: A Theme in Search of Definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2/3), 25.
- Ubaidillah, U. (2014). *Hubungan antara Regulasi Emosi dan Pengambilan Keputusan dalam Melakukan Transaksi di Pasar Valuta Asing pada Trader*. UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta.
- Wargadinata, W. (2010). *Spiritualitas Sholawat: kajian Sosio-Sastra Nabi Muhammad SAW*. Malang: UIN-Maliki Press.

## Studi Deskriptif *School Engagement* pada Siswa SMK “X” di Kota Bandung

Ciptaning Putri Kukuh Kusumaprawati, Putri Meilinda  
Fakultas Psikologi Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia  
Email: ciptaningputri@unibi.ac.id

Diterima:  
20 Mei 2024

Diterima Setelah Revisi:  
10 Juni 2024

Dipublikasikan:  
20 Juni 2024

### Abstrak

Penelitian ini mengeksplorasi keterlibatan sekolah pada siswa SMK “X” Bandung. Partisipan dipilih secara acak dengan menggunakan teknik *stratified random sampling*, menggunakan *google form* yang disebar kepada siswa SMK “X” Bandung yang berusia 14-19 tahun ( $n=368$ ). Alat ukur keterlibatan sekolah adalah kuesioner yang telah disusun oleh Savitri, Susanto, dan Anggrainy tahun 2016. Hasil penelitian menunjukkan rentang nilai antara 63.00 dan 112.00, dengan nilai rata-rata keterlibatan sekolah sebesar 87.0163 dan Standar Deviasi sebesar 8.69306. Dari data yang dikumpulkan dari 368 siswa kelas 10, 11, dan 12 SMK “X” Bandung, sebanyak 28% siswa menunjukkan tingkat keterlibatan sekolah yang tinggi, sementara 3% siswa menunjukkan tingkat keterlibatan sekolah yang rendah. Temuan ini menyarankan bahwa tidak ada perbedaan signifikan antara siswa dengan tingkat keterlibatan sekolah yang tinggi dan rendah. Rekomendasi dari penelitian ini adalah untuk memberikan dorongan kepada kepala sekolah dan guru-guru SMK “X” Bandung untuk mendorong seluruh siswa agar meningkatkan keterlibatan sekolah pada siswa.

**Kata Kunci:** Bandung, keterlibatan sekolah, siswa SMK, studi deskriptif.

### Abstract

*This study investigates school engagement among students of SMK "X" in Bandung. Participants were recruited using stratified random sampling technique, via a Google Form distributed to SMK "X" students in Bandung aged 14-19 years ( $n=368$ ). The instrument used to measure school engagement was a questionnaire developed by Jane Savitri, Stephanie Susanto, and Destalya Anggrainy (2016). The research findings indicate a minimum score of 63.00 and a maximum score of 112.00 for school engagement. The mean school engagement score is 87.0163 with a standard deviation of 8.69306. Based on the data collected from 368 students in grades 10, 11, and 12 of SMK "X" Bandung, it was found that 28% of students have high school engagement, while 3% have low school engagement. These findings suggest that there is no significant difference between students with high and low levels of school engagement. The recommendation of this study is to advise the school principal and teachers of SMK "X" Bandung to encourage all students to continually improve their school engagement.*

**Keywords:** Bandung, school engagement, students of SMK, study investigates.

## 1 PENDAHULUAN

Di Indonesia sistem pendidikan diatur secara komprehensif melalui UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, uraian mengenai pendidikan formal yang terdiri dari tiga tingkatan, yakni pendidikan dasar, menengah, dan tinggi, diberikan oleh Pasal 14 dalam Bab VI UU tersebut. Jenis pendidikan yang mencakup berbagai bidang, seperti pendidikan umum, kejuruan,

akademik, profesi, vokasi, keagamaan, dan khusus, dijelaskan oleh Pasal 15. Pasal 18 menegaskan bahwa pendidikan menengah merupakan kelanjutan dari pendidikan dasar, yang terbagi menjadi pendidikan menengah umum dan pendidikan menengah kejuruan. Salah satu lembaga yang berperan penting dalam mempersiapkan tenaga kerja terampil sesuai dengan kebutuhan pasar kerja adalah SMK, seperti SMK "X" di Bandung. Pendidikan kejuruan, sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional (Permendiknas) Nomor 22 Tahun 2006, bertujuan meningkatkan kecerdasan, pengetahuan, kepribadian, akhlak mulia, dan keterampilan siswa agar mereka mampu hidup mandiri serta melanjutkan pendidikan sesuai dengan program kejuruan yang mereka ikuti.

SMK "X" Bandung memiliki tiga jenjang kelas dan empat jurusan, yaitu akuntansi keuangan lembaga, manajemen perkantoran layanan usaha, pemasaran, dan usaha layanan wisata. SMK "X" menggunakan dua kurikulum, yaitu kurikulum Merdeka untuk kelas sepuluh dan sebelas, serta kurikulum inti tiga belas (Kurtikulas) untuk kelas dua belas.

Dalam bidang psikologi, keterlibatan siswa dalam sekolah atau yang dikenal sebagai *school engagement* melibatkan partisipasi aktif siswa dalam aktivitas sekolah, pengalaman emosional positif, dan usaha untuk memahami materi pelajaran. Keterlibatan ini terdiri dari keterlibatan perilaku, emosional, dan kognitif. Pentingnya *school engagement* sangat berkaitan dengan pencapaian akademik siswa.

Penelitian oleh (Galugu and Samsinar, 2019) menunjukkan bahwa ada penurunan tingkat *school engagement* dari tingkat pendidikan dasar hingga menengah atas, dengan perkiraan bahwa 40% hingga 60% siswa SMA tidak terlibat secara aktif di sekolah. Wahyu (2022) menambahkan bahwa sekitar 50 siswa (16,9%) menunjukkan ketertarikan belajar yang rendah, yang dapat menyebabkan kehilangan pembelajaran karena ketidakpartisipasian dalam proses belajar, sementara 200 siswa (67,8%) menunjukkan tingkat keterlibatan sedang, yang masih memberikan peluang untuk terlibat lebih aktif dalam proses belajar. Hal ini menunjukkan bahwa keterlibatan siswa dalam kegiatan sekolah merupakan hal yang penting dan krusial untuk meningkatkan pencapaian akademik.

Keterlibatan siswa dalam sekolah memiliki dampak positif yang beragam bagi peserta didik. Keterlibatan tersebut dapat meningkatkan pencapaian akademik, mengurangi tingkat kebosanan, dan mengurangi tingkat putus sekolah (Fredricks, Filsecker dan Lawson, 2016). Sebuah studi pada siswa sekolah menengah menunjukkan bahwa siswa yang aktif terlibat di sekolah memiliki kemungkinan 75% lebih tinggi untuk mencapai nilai tinggi dan menghadiri sekolah secara teratur dibandingkan dengan siswa yang tidak terlibat (Fredricks, Reschly dan Christenson, 2019). Sebaliknya, siswa yang tidak terlibat cenderung mengalami masalah atau kegagalan di sekolah. Mereka memiliki kecenderungan mendapat nilai rendah, mudah kehilangan harapan, dan berisiko putus sekolah (Fredricks, Filsecker dan Lawson, 2016).

Konsep keterlibatan sekolah sering digunakan untuk menggambarkan sejauh mana siswa terlibat dalam kegiatan akademik dan non-akademik (Fredricks, Reschly dan Christenson, 2019). Sejumlah ahli telah melakukan penelitian untuk mendefinisikan keterlibatan sekolah. Erol dan Turhan (2018) menggambarkan keterlibatan sekolah sebagai aspirasi siswa untuk aktif berpartisipasi dalam proses pembelajaran dan bagaimana mereka bertahan meskipun menghadapi hambatan dan rintangan. Hasil penelitian oleh Wang dan Fredricks (2014) menunjukkan bahwa siswa yang menunjukkan tingkat keterlibatan sekolah yang tinggi umumnya terlibat secara aktif dalam aktivitas akademis dan sosial di lingkungan sekolah. Mereka cenderung mencapai prestasi akademis yang tinggi dan mendapatkan respons positif dari para pengajar terkait dengan kinerja akademis dan perilaku mereka. Di sisi lain, siswa yang memiliki keterlibatan sekolah yang rendah cenderung menunjukkan sikap sosial yang kurang positif, mencapai prestasi akademis yang lebih rendah, rentan terhadap perasaan frustrasi, menerima respons negatif dari pengajar, dan berisiko untuk meninggalkan pendidikan secara prematur (Chan *et al.*, 2022).

Berdasarkan berbagai literatur, inisiatif siswa di sekolah memiliki dampak signifikan terhadap hasil pendidikan mereka. Keterlibatan siswa telah terbukti memainkan peran penting dalam meningkatkan prestasi akademik (Bakadorova, Lazarides dan Raufelder, 2020). Selain itu,

keterlibatan siswa juga mempengaruhi ketekunan, penyesuaian, dan kesejahteraan di lingkungan sekolah (Fredricks, Reschly dan Christenson, 2019). Hal ini juga berdampak pada tingkat kelulusan dan hasil pendidikan secara keseluruhan bagi semua siswa. Reschly dan Christenson (2022) menekankan bahwa keterlibatan tidak hanya memfasilitasi proses pembelajaran tetapi juga dapat memprediksi kesuksesan siswa di sekolah.

Pentingnya pengalaman siswa dalam kegiatan belajar memberikan motivasi yang lebih besar bagi mereka untuk meningkatkan keterampilan yang diperlukan dalam mencapai kesuksesan pendidikan (Rohinsa, 2021). Guo *et al.* (2022) menegaskan bahwa keterlibatan siswa di sekolah adalah aspek yang relevan bagi semua siswa, di mana pun mereka bersekolah dan pada tingkat pendidikan apa pun, termasuk di SMA/SMA. Ini menunjukkan bahwa siswa perlu dibimbing secara kognitif, emosional, dan perilaku untuk mencapai hasil pendidikan yang diharapkan. Pada tingkat ini, siswa sudah mulai mandiri dalam mengatur kegiatan belajar mereka dan berinteraksi lebih banyak dengan guru mata pelajaran dan guru kelas dalam menyelesaikan tugas-tugas mereka.

Zariayufa, Cahyani, dan Witriani (2022) melakukan penelitian terhadap partisipasi siswa di lingkungan sekolah. Guru-guru mencatat tantangan terkait keterlibatan kognitif siswa dalam pembelajaran jarak jauh dengan menunjukkan kurangnya motivasi dalam mengikuti pembelajaran tersebut. Namun, penelitian ini menemukan bahwa sebagian siswa berupaya keras untuk memahami materi yang diajarkan dalam pembelajaran jarak jauh.

Penelitian ini juga menyoroti masalah keterlibatan emosional siswa dalam pembelajaran jarak jauh, seperti fluktuasi mood yang sering dan perasaan bosan yang dirasakan siswa saat mengikuti pembelajaran tersebut. Temuan ini sesuai dengan hasil penelitian tentang implementasi pembelajaran jarak jauh selama pandemi Covid-19, di mana sebagian besar responden mengalami kejenuhan dan kebosanan dalam pembelajaran jarak jauh (Rinawati & Darisman, 2020). Meskipun demikian, penelitian ini tidak hanya menyoroti aspek negatif dari pengalaman siswa dalam pembelajaran jarak jauh, melainkan juga menemukan adanya perasaan positif, seperti antusiasme siswa terhadap pembelajaran jarak jauh.

Berdasarkan fenomena dan penelitian terdahulu, peneliti ingin mengetahui tinggi rendahnya *school engagement* siswa SMK dalam kegiatan di sekolah.

## 2 KAJIAN PUSTAKA

### 2.1 Definisi *School Engagement*

*School engagement* merujuk pada tingkat keterlibatan siswa yang dilihat dari tiga dimensi utama yaitu perilaku, emosional, dan kognitif (Fredricks, Filsecker, dan Lawson, 2016). Fredricks, Reschly dan Christenson (2019) memperkenalkan konsep *engagement* dengan menggunakan istilah "*school engagement*". Istilah ini terus digunakan oleh Jennifer A. Fredricks dan rekan-rekannya dalam penelitian mereka, bahkan pada tahun 2005. Pada tahun 2011, Fredricks kembali menggunakan istilah "*Engagement*" dalam laporan risetnya, baik dalam konteks sekolah maupun di luar sekolah yang terorganisir. Penelitian yang dilakukan oleh Fredricks terus menggunakan konsep *engagement* dengan istilah "*student engagement*" atau "*engagement*", yang merujuk pada makna yang sama seperti penggunaan "*school engagement*" dalam laporan riset mereka pada tahun 2004 (Fredricks, Reschly dan Christenson, 2019). Kata "*student engagement*" sering disamakan dengan "*academic engagement*" dan "*school engagement*". Secara definisi, ketiga istilah tersebut mengacu pada hal yang serupa, yaitu hubungan antara siswa dan proses pembelajaran yang menunjukkan adanya motivasi dan interaksi. Keterlibatan ini merupakan investasi psikologis dan usaha yang ditujukan untuk belajar, memahami, atau menguasai pengetahuan, keterampilan, atau tugas-tugas yang terkait. Istilah "*student engagement*" juga sering digunakan untuk menggambarkan bagaimana siswa berinteraksi dengan sekolahnya, seberapa banyak waktu yang mereka habiskan untuk tugas-tugas sekolah, serta kemampuan siswa dalam mengelola diri dan mematuhi aturan sekolah (Putri, Savitri dan Rohinsa, 2023).

Partisipasi dan keterlibatan siswa dalam kegiatan sekolah merupakan tanda dari adanya keterlibatan sekolah. Menurut Raftery-Helmer dan Grolnick (2018), keterlibatan siswa mencerminkan investasi psikologis siswa dan upaya yang mereka lakukan dalam proses pembelajaran, pemahaman, dan penguasaan pengetahuan, keterampilan, atau keahlian untuk meningkatkan prestasi akademik mereka. *School engagement*, seperti yang dijelaskan oleh Fredricks, Reschly, dan Christenson (2019) adalah tingkat keterikatan siswa terhadap sekolah yang menunjukkan keterlibatan aktif dan positif dalam kegiatan akademik dan non-akademik. Tingkat keterlibatan sekolah ini sangat penting dalam hubungannya dengan pencapaian akademik. Penelitian yang dilakukan oleh Apostol dan Delos Santos (2023) menunjukkan adanya penurunan tingkat keterlibatan sekolah dari tingkat pendidikan dasar hingga menengah atas, dengan perkiraan bahwa 40% hingga 60% siswa SMA tidak terlibat secara aktif di sekolah.

Dalam konsep keterlibatan sekolah, terdapat tiga dimensi utama, yaitu keterlibatan perilaku, keterlibatan emosional, dan keterlibatan kognitif. Fredricks, Filsecker, dan Lawson (2016) menjelaskan tiga dimensi *school engagement*, di mana *behavioral engagement* merujuk pada perilaku positif siswa, seperti kepatuhan terhadap peraturan kelas dan norma, serta menghindari perilaku yang merugikan seperti bolos sekolah atau perilaku yang mengganggu. Fredricks, Reschly dan Christenson (2019). *Engagement* pada belajar dan tugas-tugas akademik melibatkan sikap usaha, ketekunan, konsentrasi, perhatian, pengajuan pertanyaan, dan kontribusi pada diskusi kelas (Raftery-Helmer dan Grolnick, 2018). Partisipasi dalam kegiatan sekolah, olahraga, atau organisasi sekolah juga merupakan bagian dari *school engagement* (Raftery-Helmer dan Grolnick, 2018).

*Emotional engagement* merujuk pada reaksi afektif siswa di kelas, termasuk ketertarikan, kebosanan, kesenangan, kesedihan, dan kecemasan (Fredricks, Filsecker dan Lawson, 2016). Beberapa peneliti mengukur *emotional engagement* dengan mengukur reaksi-reaksi emosional siswa terhadap sekolah dan guru (Fredricks, Reschly dan Christenson, 2019). Beberapa meenggambarkannya sebagai identifikasi terhadap sekolah (Raftery-Helmer dan Grolnick, 2018). Finn mendefinisikan identifikasi sebagai *belonging* (merasa menjadi penting bagi sekolah) dan *value* (apresiasi terhadap kesuksesan yang berkaitan dengan hasil sekolah). Emosi-emosi yang termasuk dalam definisi ini berupa perasaan terhadap sekolah dan mencakup pertanyaan-pertanyaan apakah suka atau tidak menyukai sekolah; bosan atau tertarik dengan tugas-tugas sekolah (Fredricks, Reschly dan Christenson, 2019).

*Cognitive engagement* menekankan pada komitmen terhadap pembelajaran, yang mencakup kemampuan untuk mengatur diri dan menggunakan strategi yang efektif. Salah satu pandangan tentangnya berfokus pada investasi emosional dalam pembelajaran, keinginan untuk mencapai lebih dari yang diharapkan, dan preferensi untuk menghadapi tantangan. Sebagai contoh, Connell dan Wellborn (sebagaimana dikutip oleh Yang *et al.*, 2023) menggambarkan *cognitive engagement* sebagai kemampuan untuk menemukan solusi dalam situasi sulit, kecenderungan untuk bekerja keras, dan pemulihan yang positif setelah mengalami kegagalan. Pembentukan *school engagement* pada siswa dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kebutuhan individu (Fredricks, Reschly, dan Christenson, 2019). Kebutuhan ini adalah konsep yang fundamental dalam diri individu, universal, dan penting untuk kesejahteraan mereka (Deci, Olafsen, dan Ryan, 2017). Kebutuhan ini bersifat universal, sehingga relevan bagi setiap individu, termasuk siswa SMK yang umumnya berada dalam masa remaja. Teori Determinasi Diri (*Self-Determination Theory/SDT*), kebutuhan ini diidentifikasi sebagai kebutuhan psikologis dasar yang penting untuk pertumbuhan psikologis yang berkelanjutan, integritas, dan kesejahteraan (Deci, Olafsen, dan Ryan, 2017). Selain itu, terdapat faktor-faktor lain yang mempengaruhi *school engagement* seperti faktor lingkungan sekolah, konteks kelas, dan kebutuhan individu.

Faktor tingkat sekolah, seperti yang dijelaskan oleh Newmann (dalam Fredricks, Filsecker dan Lawson, 2016), meliputi karakteristik sekolah menengah atas yang dapat mengurangi perilaku pengasingan diri siswa dan meningkatkan keterlibatan, serta integrasi siswa terhadap sekolah. Beberapa karakteristik tersebut meliputi adanya pilihan sukarela, ukuran sekolah yang kecil, peluang

kerja sama antara siswa dan staf, serta tugas-tugas akademik yang mendorong pencapaian hasil (Fredricks, Filsecker dan Lawson, 2016).

Konteks kelas mencakup dukungan dari guru, teman sebaya, struktur kelas, dukungan otonomi, dan karakteristik tugas yang terlibat dalam *engagement* siswa. Dukungan guru dapat memengaruhi semua aspek *engagement* siswa, baik perilaku, emosional, maupun kognitif. Dukungan guru mencakup kegiatan akademik dan hubungan interpersonal, meskipun mayoritas penelitian tidak membedakan kedua jenis dukungan tersebut. Guru sering melaporkan bahwa kualitas hubungan guru-siswa pada awal masa sekolah berkaitan dengan penilaian guru terhadap *engagement* perilaku, seperti partisipasi kooperatif dan kemampuan mengatur diri sendiri. Penerimaan dari teman sebaya pada masa kanak-kanak dan remaja berhubungan dengan kepuasan di sekolah, yang juga berhubungan dengan perilaku sosial dan usaha belajar siswa (Fredricks, Reschly dan Christenson, 2019).

Struktur kelas mengacu pada jelasnya harapan guru terhadap perilaku siswa dalam konteks akademik dan sosial, serta konsekuensinya. Dukungan otonomi menciptakan lingkungan yang mendukung kemandirian siswa dengan memberikan pilihan, memungkinkan siswa untuk membuat keputusan bersama, dan menghilangkan kendali eksternal seperti peringkat atau hukuman sebagai alasan siswa mengerjakan tugas sekolah atau berperilaku baik (Raftery-Helmer dan Grolnick, 2018). Karakteristik tugas dalam pembelajaran dapat meningkatkan *engagement* siswa dengan menyediakan tugas-tugas yang otentik, memberikan kesempatan bagi siswa untuk berkolaborasi, mengeksplorasi berbagai bakat, dan memberi kesempatan untuk bersenang-senang.

Kebutuhan individual siswa juga mempengaruhi tingkat *engagement* mereka di sekolah, termasuk kebutuhan akan keterkaitan, otonomi, dan kompetensi. Kebutuhan akan keterkaitan diasumsikan bahwa konteks kelas di mana guru dan teman sebaya memberikan dukungan dan perhatian akan memenuhi kebutuhan keterkaitan siswa. Kebutuhan akan otonomi menggambarkan kebutuhan individu untuk mengalami persetujuan diri dan memiliki kendali atas perilaku mereka. Kebutuhan akan kompetensi terpenuhi ketika siswa merasa mampu dan efektif dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial mereka, dengan mendapatkan dukungan dan kesempatan untuk mengembangkan bakat dan keterampilan mereka (Deci, Olafsen dan Ryan, 2017). Jika kebutuhan individu tidak terpenuhi, hal ini dapat menghambat *engagement* siswa.

### 3 METODE PENELITIAN

Populasi yang menjadi fokus studi ini adalah siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) di Bandung, dengan sampel yang terdiri dari siswa SMK "X" Bandung. Kriteria untuk memilih sampel adalah siswa SMK "X" Bandung yang berada di tingkat kelas X, XI, dan XII. Sampel diperoleh melalui teknik *stratified random sampling* dari 368 siswa SMK "X" Bandung (dengan komposisi 19 siswa laki-laki dan 349 siswa perempuan; dengan usia rata-rata = 16,24 tahun). Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner melalui Google Form dalam periode satu minggu. Selain itu, setiap partisipan juga diberikan lembar persetujuan informasi penelitian. Alat pengukur keterlibatan sekolah adalah kuesioner yang dikembangkan oleh Savitri, Susanto, dan Anggrainy (2016) berdasarkan teori dari Fredricks, Filsecker dan Lawson (2016). Kuesioner ini terdiri dari 29 item yang mencakup tiga jenis keterlibatan sekolah yaitu perilaku, emosional, dan kognitif. Setiap item memiliki empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Jarang (SJ), Jarang (J), Sering (S), dan Sangat Sering (SS), dengan rentang nilai 1-4.

Dalam proses pengumpulan data, peneliti menggunakan dua jenis kuesioner yaitu satu dengan empat pilihan jawaban sebagai data primer dan yang lainnya juga dengan empat pilihan jawaban sebagai data penunjang. Setelah data terkumpul, analisis dilakukan dengan memeriksa distribusi frekuensi data primer dari kuesioner yang disebar. Tingkat keterlibatan sekolah dan komponennya dikategorikan menggunakan perhitungan median berdasarkan norma kelompok.

## 4 HASIL DAN PEMBAHASAN

### 4.1 Gambar dan Tabel

Berikut ini adalah paparan hasil penelitian. Diawali dengan gambaran responden secara umum, hingga pengujian asumsi penelitian.

Tabel 1. Deskripsi Subjek

Jenis Kelamin	Frequency	Percent
Laki-laki	19	5.2
Perempuan	349	94.8
Total	368	100.0

Berdasarkan Tabel 1 dapat terlihat bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 95%, hal ini terkait dengan bidangnya yaitu administrasi perkantoran sehingga peminatnya mayoritas perempuan.

Tabel 2. Usia Responden

Jumlah Responden	Usia Minimum	Usia Maksimum	Usia Rata-Rata	Standar Deviasi
368	14 tahun	19 Tahun	16.2473	0.95183

Berdasarkan Tabel 2, kisaran usia responden adalah 14 tahun samapi dengan 19 tahun, dengan rata-rata usia responden 16.24 tahun ( $Sd=0.95$ ). Partisipasi siswa dalam kegiatan sekolah tidak hanya mencerminkan tindakan aktif mereka, tetapi juga dapat membantu mereka mengembangkan keterampilan yang penting untuk berhasil dalam berbagai aspek kehidupan, baik di masa pendidikan selanjutnya maupun di dunia kerja (Fredricks *et al.*, 2004). Tingkat dedikasi yang ditunjukkan siswa dalam proses pembelajaran, baik dalam konteks akademis maupun non-akademis, yang mencakup aspek perilaku, emosional, dan kognitif, dikenal sebagai keterlibatan sekolah.

Tabel 3. Hasil *School Engagement*

<i>School Engagement</i>	Jumlah	Presentase
RENDAH	1	3%
SEDANG	264	71.7%
TINGGI	103	28%
TOTAL	368	100%

Berdasarkan data hasil penelitian mengenai *school engagement* terhadap 368 siswa kelas 10, 11, dan 12 SMK "X" Bandung, diperoleh gambaran persentase sebanyak 28% siswa memiliki *school engagement* yang tinggi dan 3% siswa memiliki *school engagement* rendah. Sementara itu sebanyak 71,7% siswa memiliki *school engagement* di tingkat sedang.

Tabel 4. *Behavioral Engagement*

<i>Behavioral Engagement</i>	Jumlah	Presentase
RENDAH	1	3%
SEDANG	331	89.9%
TINGGI	36	9.8%
TOTAL	368	100%

Berdasarkan data hasil penelitian mengenai *behavioral engagement*, hanya 9,8% siswa memiliki *behavioral engagement* yang tinggi artinya masih terdapat sebagian kecil siswa yang sering

bertingkah laku positif dengan mengikuti aturan sekolah, mengumpulkan tugas tepat waktu, memerhatikan saat pelajaran berlangsung, bertanya dan menjawab pertanyaan serta mengikuti ekstrakurikuler dengan teratur. Hanya 3% siswa yang memiliki *behavioral engagement* yang rendah. Sementara itu, terdapat 89,9% siswa memiliki *behavioral engagement* di tingkat sedang.

Tabel 5. *Emotional Engagement*.

<i>Emotional Engagement</i>	Jumlah	Presentase
RENDAH	3	8%
SEDANG	288	78.3%
TINGGI	77	20.9%
TOTAL	368	100%

Selanjutnya terdapat 20,9% siswa SMK yang memiliki *emotional engagement* tinggi. Tingkat keterlibatan emosional yang tinggi menunjukkan bahwa siswa secara aktif mengalami emosi positif, seperti antusiasme dalam berinteraksi dan berdiskusi dengan teman, keberanian untuk bertanya kepada guru, kepuasan terhadap mayoritas guru, minat dalam memahami materi dan menangani tugas yang menantang, serta kegembiraan dan semangat dalam berada di lingkungan sekolah serta dalam mengikuti kegiatan non-akademik. Sementara itu, sebanyak 78,3% siswa menunjukkan tingkat keterlibatan emosional yang sedang.

Tabel 6. *Cognitive Engagement*

<i>Cognitive Engagement</i>	Jumlah	Presentase
RENDAH	2	5%
SEDANG	128	34.8%
TINGGI	238	64.7%
TOTAL	368	100%

Selanjutnya, sebanyak 64,7% siswa menunjukkan tingkat keterlibatan kognitif yang tinggi. Keterlibatan kognitif yang tinggi menandakan bahwa siswa secara aktif berupaya untuk menemukan berbagai alternatif dalam memecahkan masalah, tetap gigih dalam menghadapi tantangan bahkan ketika dihadapkan pada tugas yang sulit, serta menggunakan beragam strategi pembelajaran untuk mengingat dan memahami materi pelajaran. Di sisi lain, 34,8% siswa menunjukkan tingkat keterlibatan kognitif yang sedang.

## 4.2 Diskusi

Marks (2000) dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa terjadi penurunan dalam tingkat keterlibatan sekolah dari tingkat pendidikan dasar hingga menengah atas. Diperkirakan sekitar 40% hingga 60% siswa SMA tidak terlibat secara aktif dalam kegiatan sekolah mereka. (Wang and Fredricks, 2014) dalam pada siswa SD menyatakan bahwa terdapat korelasi positif dan kuat antara *parent involvement* dengan *student engagement* yang berarti semakin tinggi *parent involvement* semakin tinggi pula *student engagement*-nya. Hasil penelitian tersebut konsisten dengan teori yang telah disajikan sebelumnya. dimana konsep *school engagement* yang mengindikasikan bahwa keterlibatan siswa dalam aktivitas sekolah sangat penting untuk pencapaian akademik. Adanya kontribusi orang tua dalam pendidikan anaknya memainkan peran penting dalam membentuk keterlibatan siswa dalam kegiatan belajar. Hal ini sesuai dengan pemahaman bahwa *school engagement* melibatkan tidak hanya siswa dan guru, tetapi juga lingkungan keluarga siswa.

Wahyuni (2022) menyatakan bahwa sebanyak 50 siswa (16,9%) menunjukkan keterikatan belajar yang rendah sehingga para siswa tersebut dapat mengalami *learning loss* karena tidak terlibat dalam proses belajar dan 200 siswa (67,8%) menunjukkan keterikatan yang sedang, yang berarti

masih dapat terlibat dalam proses pembelajaran *online*. Siswa yang menunjukkan keterlibatan belajar yang rendah berpotensi mengalami learning loss karena kurangnya keterlibatan mereka dalam proses pembelajaran. Di sisi lain, siswa yang masih menunjukkan keterlibatan yang sedang memiliki potensi untuk terus terlibat dan mengikuti proses pembelajaran secara *online*. Ini menggarisbawahi pentingnya keterlibatan siswa dalam pembelajaran, baik dalam konteks sekolah konvensional maupun pembelajaran online.

## 5 SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai *school engagement* pada 368 siswa kelas 10, 11, dan 12 di SMK “X” Bandung, dapat disimpulkan hal-hal berikut:

1. Tidak terdapat perbedaan signifikan antara jumlah siswa SMK “X” Bandung yang memiliki *school engagement* tinggi dan rendah.
2. *Behavioral engagement* dan *emotional engagement* memiliki persentase yang hampir seimbang antara tinggi dan rendah, sedangkan pada *cognitive engagement*, lebih banyak siswa yang memiliki tingkat *engagement* yang tinggi.

Bagi peneliti yang berminat untuk mengadakan penelitian mengenai *school engagement*, direkomendasikan untuk:

1. Meneliti kontribusi masing-masing komponen *school engagement* terhadap derajat keseluruhan *school engagement*.
2. Meningkatkan jumlah responden dalam penelitian mengenai *school engagement* pada jenjang sekolah menengah untuk mendapatkan hasil yang dapat digeneralisasikan pada kelompok sampel yang lebih luas.
3. Memberikan kesempatan kepada siswa untuk menyampaikan pendapat tentang aktivitas sekolah dan memberikan tugas-tugas yang relevan dengan kehidupan nyata.

Dari hasil penelitian tersebut, terdapat beberapa saran yang dapat bermanfaat bagi pihak-pihak terkait:

1. Memberikan informasi kepada siswa mengenai pentingnya *school engagement*.
2. Mendorong seluruh siswa di SMK “X” untuk meningkatkan *school engagement* (keterikatan sekolah) dalam tiga aspek yaitu *behavioral engagement*, *emotional engagement* dan *cognitive engagement*.
3. Mengajukan saran kepada kepala sekolah dan guru-guru di SMK “X” Bandung untuk mendukung upaya peningkatan *school engagement* siswa dalam tiga aspek yang sama.
4. Memberikan informasi kepada guru bimbingan konseling, psikolog, dan komite sekolah untuk bekerja sama dengan orang tua dalam mendukung pendidikan siswa di sekolah.
5. Memberikan informasi kepada guru bimbingan konseling, psikolog, dan komite sekolah untuk memberikan pembinaan kepada siswa-siswi SMK “X” selama masa belajar di sekolah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Apostol, R. L. & Delos Santos, L. S. P. (2023). The Mediating Effect Of School Climate On The Relationship Between Academic Self-Concept And Student Engagement. *European Journal of Education Studies*, 10(11).
- Bakadorova, O., Lazarides, R. & Raufelder, D. (2020). Effects of social and individual school self-concepts on school engagement during adolescence. *European Journal of Psychology of Education*, 35(1), 73–91.
- Chan, M., Manzon, M., Hong, H., & Khong, L. Y. (2022). Multidimensional profiles of parent involvement: Antecedents and impact on student engagement. *British Journal of Educational Psychology*, 92(2), 447-464.

- Deci, E. L., Olafsen, A. H. & Ryan, R. M. (2017). Self-Determination Theory in Work Organizations: The State of a Science. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 4(1), 19–43.
- Erol, Y. C. & Turhan, M. (2018). The Relationship between Parental Involvement and Engagement to School. *International Online Journal of Educational Sciences*, 10(5).
- Fredricks, J. A., Filsecker, M. & Lawson, M. A. (2016). Student engagement, context, and adjustment: Addressing definitional, measurement, and methodological issues. *Learning and Instruction*, 43, 1–4.
- Fredricks, J. A., Reschly, A. L. & Christenson, S. L. (2019). Interventions for Student Engagement: Overview and State of the Field. Dalam *Handbook of Student Engagement Interventions*, 1–11.
- Galugu, N. S. & Samsinar, S. (2019). Academic self-concept, teacher's supports and student's engagement in the school. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 5(2), 141.
- Guo, J. P., Yang, L. Y., Zhang, J., & Gan, Y. J. (2022). Academic self-concept, perceptions of the learning environment, engagement, and learning outcomes of university students: relationships and causal ordering. *Higher Education*, 83(4), 809–828.
- Putri, C., Savitri, J. & Rohinsa, M. (2023). Pengaruh Parent Involvement dan Academic Self-Concept Terhadap School Engagement Dalam Situasi Pandemi Covid-19 Pada Siswa SMK "X" Di Kota Bandung. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi: JPPP*, 12(1), 44–51.
- Raftery-Helmer, J. N. & Grolnick, W. S. (2018). Parent and teacher effects on academic coping and classroom engagement: Testing a motivational model. *Motivation and Emotion*, 42(5), 638–652.
- Reschly, A. L. & Christenson, S. L. (2022). *Handbook of Research on Student Engagement*. Cham: Springer International Publishing.
- Rinawati, D., & Darisman, E. K. (2020). Survei tingkat kejenuhan siswa SMK belajar di rumah pada mata pelajaran produk kreatif dan kewirausahaan selama masa pandemi covid-19. *Journal of Science and Education (JSE)*, 1(1), 32-40.
- Rohinsa, M. (2021). *Pengaruh Dukungan Orang Tua dan Guru Terhadap Keterikatan Melalui Pemenuhan Kebutuhan Psikologi Dasar dan Kemampuan Mengatasi Rintang Akademik* (Dissertasi, Universitas Padjajaran).
- Savitri, J., Susanto, S., & Anggrainy, D. (2016). Basic need satisfaction terhadap school engagement Siswa SMP" X" di Bandung. *Kontribusi Psikologi dalam Meningkatkan Quality of Life di Era Masyarakat Ekonomi ASEAN*, 23-27.
- Wahyuni, Z. I. (2022). Pengaruh self regulated learning dan parent involvement terhadap student engagement dalam pembelajaran jarak jauh selama pandemi COVID-19. *Humanita*, 6(2), 161-172.
- Wang, M. & Fredricks, J. A. (2014). The Reciprocal Links Between School Engagement, Youth Problem Behaviors, and School Dropout During Adolescence. *Child Development*, 85(2), 722–737.
- Yang, D., Chen, P., Wang, K., Li, Z., Zhang, C., & Huang, R. (2023). Parental involvement and student engagement: a review of the literature. *Sustainability*, 15(7), 5859.
- Zariayufa, K., Cahyani, S., & Witriani, W. (2022). Peran Dukungan Orang Tua, Guru & Teman Sebaya terhadap Keterlibatan Siswa SMK dalam Pembelajaran Daring. *Jurnal Educatio*. 8(3), 973-980.