

Social Support dan Psychological Well Being terhadap Resiliensi Menghadapi Bencana

Ragwan Albar

UIN Sunan Ampel Surabaya
ragwanalbaar@uinsby.ac.id

Nailatin Fauziah

UIN Sunan Ampel Surabaya
nailatin.fauziah@uinsby.ac.id

Abstract

This study aims to find out the relationship between social support, psychological well-being and resilience in disaster resilient communities. Data collection techniques in the form of social support scale, Psychological Well-Being Scale (PWBS) scale, and resilience scale. The study subjects numbered 81 people from tangguh bencana villagers who had received disaster mitigation. Data retrieval techniques use incidental sampling methods. The analysis method used is double regression. The results showed that simultaneously there is a relationship between social support and psychological well being with resilience in the villagers of Tangguh disaster ($p = 0.000$). While the results of the study partially showed that there is a positive correlation between social support and resilience, and a positive correlation between psychological well being and resilience. This means that, the existence of good social and psychological well-being support contributes to the high resilience of tangguh disaster villagers in the face of difficult situations due to the disaster they face.

Keywords: Social support; Psychological Well-Being; Resilience; Resilient disaster

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial, *psychological well-being* dengan resiliensi pada masyarakat Tangguh bencana. Teknik pengumpulan data berupa skala dukungan sosial, skala *Psychological Well-Being Scale* (PWBS), dan skala resiliensi. Subjek penelitian berjumlah 81 orang dari warga desa Tangguh bencana yang sudah mendapatkan mitigasi bencana. Teknik pengambilan data menggunakan metode *incidental sampling*. Metode analisis yang digunakan adalah regresi ganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara simultan terdapat hubungan antara dukungan sosial dan *psychological well being* dengan resiliensi pada warga desa Tangguh bencana ($p = 0.000$). Sedangkan hasil penelitian secara parsial menunjukkan bahwa ada korelasi positif antara dukungan sosial dengan resiliensi, dan adanya korelasi positif antara *psychological well being* dengan resiliensi. Hal ini berarti bahwa, adanya dukungan sosial dan *psychological well being* yang baik berkontribusi terhadap tingginya resiliensi masyarakat desa Tangguh bencana dalam menghadapi situasi sulit akibat dari bencana yang dihadapinya.

Kata kunci: Dukungan sosial; *Psychological Well-Being*; Resiliensi; Tangguh bencana

Pendahuluan

Banjir bandang yang terjadi di desa Bandar Kedungmulyo Jombang di bulan Februari 2021 masih hangat dalam ingatan kita. Jebolnya tanggul 2 sungai membuat beberapa desa di dekat aliran sungai Afvour Besuk dan Afvour Brawijaya dilanda banjir besar. Ribuan warga di Kecamatan Bandar Kedungmulyo Kabupaten Jombang Jawa Timur ini terpaksa harus mengungsi.

Terdapat enam desa yang terendam banjir, yakni Desa Bandar Kedungmulyo, Desa Gondang Manis, Desa Brangkal, Desa Pucangsimo, Desa Brodot dan Desa Banjarsari. Dari enam desa itu, wilayah terparah berada di Dusun Kalipuro, Desa Bandar Kedungmulyo, dengan ketinggian air banjir mencapai 2 meter.¹ Menurut Gubernur Jawa Timur Khofifah Indar Parawansa mengatakan, terdapat beberapa variabel yang menjadi penyebab banjir di Bandar Kedungmulyo Jombang diantaranya. banyaknya sampah kiriman yang ada di sungai.² Ada yang surut, ada yang masih tergenang. Ada yang mengungsi, ada juga yang sudah pulang. Begitulah perkembangan terakhir banjir yang melanda sejumlah desa di Kecamatan Bandar Kedungmulyo, Jombang, Senin (8/2/2021). Di kecamatan ini ada enam desa yang diterjang banjir. Dari enam desa tersebut, terdapat 12 dusun yang dihantam air bah.

Berdasarkan data dari BPBD (Badan Penanggulangan Bencana Daerah) Jombang, di Desa Gondangmanis yang sebelumnya ada empat dusun (Dusun Gondangmanis, Manisrenggo, Prayungan, dan Kandangan) terendam. Namun kini hanya satu yang masih dilanda banjir, yakni Dusun Prayungan. Ketinggian air di Prayungan antara 60 hingga 80 centimeter (tren surut). Jika beberapa desa mulai surut, tidaklah demikian dengan Desa Bandar Kedungmulyo Kecamatan Bandar Kedungmulyo. Di Desa Bandar Kedungmulyo ini terdapat tiga dusun yang diterjang banjir bandang. Masing-masing Dusun adalah dusun Bandar Kedungmulyo yang dihuni 1770 jiwa. Ketinggian banjir di dusun ini masih stabil, antara 70–80 centimeter.³

¹ “Banjir Di Jombang Meluas Ke 6 Desa, 9.800 Jiwa Terdampak,” accessed January 17, 2024, <https://www.medcom.id/nasional/daerah/3NOq3a0k-banjir-di-jombang-meluas-ke-6-desa-9-800-jiwa-terdampak>.

² “Banjir Di Bandar Kedungmulyo Jombang Disebabkan Sedimentasi Lumpur Dan Sampah | Kabar Jombang,” accessed January 17, 2024, <https://kabarjombang.com/peristiwa/banjir-di-bandar-kedungmulyo-jombang-disebabkan-sedimentasi-lumpur-dan-sampah/>.

³ “Data Lengkap dan Terbaru Perkembangan Banjir di Jombang,” last modified February 8, 2021, accessed January 17, 2024, <https://beritajatim.com/peristiwa/data-lengkap-dan-terbaru-perkembangan-banjir-di-jombang/>.

Bencana banjir yang terjadi di Jombang ini berdampak pada berbagai lini kehidupan masyarakat, misalnya pada aspek Kesehatan, ketika air kotor dalam jumlah banyak menggenang, masalah kesehatan pun tidak dapat dihindari. Beragam wabah gangguan kesehatan lebih mudah menyebar dan menyerang siapa saja, khususnya kaum lanjut usia dan anak-anak; pada aspek ekonomi, terjadinya kerusakan pada rumah dan barang-barang yang ada di dalamnya ternyata menimbulkan kerugian ekonomi. Di beberapa daerah yang merupakan tempat strategis bahkan bisa memperlambat perputaran roda ekonomi; Aspek kebutuhan air bersih, apabila banjir datang, jumlah air bersih pun otomatis berkurang.

Mitigasi bencana adalah serangkaian upaya untuk mengurangi bencana, baik melalui pembangunan fisik maupun penyadaran dan peningkatan kemampuan menghadapi ancaman bencana (Pasal 1 ayat 6 PP No. 21 Tahun 2008 tentang penyelenggaraan Penanggulangan bencana). Mitigasi bencana yang buruk dan lemah dalam membaca prediksi atau perkiraan ancaman bencana yang sejatinya sudah disampaikan pihak berwenang BMKG setiap waktu, menyebabkan ribuan orang mengungsi dan kehilangan harta benda ya karena terendam air. Menurut UU No. 24 Tahun 2007, kegiatan mitigasi dapat dilakukan melalui: (1) Pelaksanaan penataan ruang, (2) Pengaturan pembangunan, pembangunan infrastruktur, tata bangunan. (3) Penyelenggaraan pendidikan, penyuluhan dan pelatihan baik secara konvensional maupun modern. Mitigasi bencana adalah salah satu bentuk social support dari masyarakat dan pemerintah untuk penanganan bencana banjir.

Individu dapat bangkit dari keterpurukan atau tekanan hidup yang terjadi atau memiliki sikap resilien membutuhkan *social support*. *Social support* yang dapat diterima oleh korban bencana yakni dapat berupa penghargaan, perhatian, bantuan, dorongan semangat, dan kasih sayang membuat korban merasa dirinya dihargai, dicintai dan diperhatikan oleh orang lain sehingga korban cenderung dapat mengembangkan sikap yang positif, maka dengan sikap yang positif individu yang mengalami bencana memiliki kemampuan untuk bangkit dari keterpurukan.⁴

Selain *social support* individu juga harus memiliki kemampuan untuk selalu memandang peristiwa atau kejadian dari segi positif. Dalam hal ini konteks psikologi

⁴ Ragwan Albaar and Nailatin Fauziyah, "Social Support Dan Psychological Well Being Terhadap Resiliensi Menghadapi Bencana," *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 13, no. 1 (2023): 11–25.

yang dimaksud adalah *psychological well-being*. *Psychological well-being* diartikan sebagai hubungan yang positif antara individu satu dengan lainnya.⁵

Resiliensi mengacu pada proses dinamis yang mencakup adaptasi positif dalam konteks kesulitan yang signifikan.⁶ Resiliensi telah digambarkan sebagai proses dan pola adaptasi positif dalam pembangunan, selama atau setelah ancaman terhadap adaptasi.⁷ Hjemdal mendefinisikan resiliensi sebagai faktor pelindung, proses dan mekanisme yang berkontribusi terhadap hasil yang baik meskipun ada pengalaman dengan stresor yang membawa risiko signifikan bagi kesehatan mental.⁸ Menurut Keye & Pidgeon resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan individu memilih untuk pulih dari peristiwa kehidupan yang menyedihkan dan penuh tantangan, dengan cara meningkatkan pengetahuan untuk adaptif dan mengatasi situasi serupa yang merugikan di masa mendatang.⁹

Menurut Masten menunjukkan bahwa konsep resiliensi telah digambarkan sebagai (1) berkembang dengan baik dalam konteks risiko kumulatif tinggi untuk masalah perkembangan (mengalahkan peluang, lebih baik dari yang diprediksi pembangunan); (2) berfungsi dengan baik di bawah kondisi yang saat ini merugikan (tahan stres / mengatasi); (3) pemulihan ke fungsi normal setelah kesulitan bencana atau kekurangan yang parah (memantul kembali, normalisasi).¹⁰

Selain memeriksa resiliensi, penelitian di Inggris oleh Bartley, juga mencakup kemampuan, mengacu pada kemampuan untuk bereaksi dan beradaptasi secara positif ketika ada yang salah. Aspek-aspek resiliensi yang penting dan perlu diperhatikan ialah pengendalian emosi, kemampuan mengontrol impuls, optimis individu dengan resiliensi yang baik, kemampuan untuk menganalisis penyebab dari masalah, kemampuan untuk

⁵ Dhiya Athaya Purwanti and Erin Ratna Kustanti, "Hubungan Antara Resiliensi Dengan Psychological Well-Being Pada Ibu Yang Memiliki Anak Dengan Gangguan Autis," *Jurnal Empati* 7, no. 1 (2020): 283–287.

⁶ Suniya S Luthar, Dante Cicchetti, and Bronwyn Becker, "The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work," *Child development* 71, no. 3 (2000): 543–562.

⁷ Ann S Masten, "Resilience in Developing Systems: Progress and Promise as the Fourth Wave Rises," *Development and psychopathology* 19, no. 3 (2007): 921–930.

⁸ Odin Hjemdal et al., "Resilience Predicting Psychiatric Symptoms: A Prospective Study of Protective Factors and Their Role in Adjustment to Stressful Life Events," *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice* 13, no. 3 (2006): 194–201.

⁹ Michelle D Keye and Aileen M Pidgeon, "Investigation of the Relationship between Resilience, Mindfulness, and Academic Self-Efficacy," *Open Journal of Social Sciences* 1, no. 6 (2013): 1–4.

¹⁰ Ann S Masten, Keith B Burt, and J Douglas Coatsworth, "Competence and Psychopathology in Development," *Developmental psychopathology: Volume three: risk, disorder, and adaptation* (2015): 696–738.

berempati, *self efficacy*, kemampuan untuk meraih apa yang diinginkan.¹¹ Menurut Reivich dan Shatte ada tujuh kemampuan atau aspek-aspek yang membentuk resiliensi, yaitu antara lain: pengendalian emosi, kemampuan untuk mengontrol impuls, optimis, kemampuan untuk menganalisis penyebab dari masalah, kemampuan untuk berempati, *self efficacy*, dan kemampuan untuk meraih apa yang diinginkan.¹² Sedangkan menurut pendapat Connor & Davidson pada penelitiannya mengidentifikasi ada lima aspek dari resiliensi, yaitu: (a). Kompetensi personal, standar yang tinggi, dan kegigihan, (b). Percaya kepada diri sendiri, memiliki toleransi terhadap afek negatif dan kuat dalam menghadapi tekanan, (c). Penerimaan positif terhadap perubahan dan hubungan yang baik dengan orang lain, (d). Pengendalian diri, (e). Pengaruh spiritual.¹³

Terbentuknya resiliensi dipengaruhi oleh beberapa aspek. Helen Herrman mengklasifikasi factor-faktor tersebut dalam 3 hal yaitu personal factors, biological factors, dan Environmental-Systemic Factors.¹⁴ Menurut Charney menjelaskan bahwa faktor-faktor pelindung umumnya telah diidentifikasi di tiga tingkat fungsi: (1) individu (misalnya psikologis, neurobiologis), (2) sosial (misalnya kohesi keluarga, dukungan orang tua) dan (3) komunitas / masyarakat (misalnya sistem pendukung yang dihasilkan melalui modal sosial dan politik, faktor kelembagaan dan ekonomi). Membedakan faktor pelindung tingkat individu sebagai aset, sedangkan sumber daya dipandang sebagai eksternal individu. Aset mungkin termasuk faktor-faktor seperti kompetensi dan kemandirian; Sumber daya mencakup pengaruh kontekstual atau lingkungan, seperti dukungan keluarga dan layanan masyarakat.¹⁵

Psychological well being didefinisikan sebagai suatu evaluasi positif mengenai kehidupan seseorang yang diasosiasikan dengan diperolehnya perasaan menyenangkan.¹⁶ Sedangkan Hurlock mendefinisikan *psychological well being* sebagai sebuah kebutuhan

¹¹ Mel Bartley et al., "Resilience as an Asset for Healthy Development," *Health Assets in a Global Context: Theory, Methods, Action* (2010): 101–115.

¹² Karen Reivich and Andrew Shatté, *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. (Broadway books, 2002).

¹³ Kathryn M Connor and Jonathan RT Davidson, "Development of a New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)," *Depression and anxiety* 18, no. 2 (2003): 76–82.

¹⁴ Helen Herrman et al., "What Is Resilience?," *The Canadian Journal of Psychiatry* 56, no. 5 (2011): 258–265.

¹⁵ Dennis S Charney, "Psychobiological Mechanisms of Resilience and Vulnerability: Implications for Successful Adaptation to Extreme Stress," *American journal of Psychiatry* 161, no. 2 (2004): 195–216.

¹⁶ Martin Pinquart and Silvia Sörensen, "Influences of Socioeconomic Status, Social Network, and Competence on Subjective Well-Being in Later Life: A Meta-Analysis.," *Psychology and aging* 15, no. 2 (2000): 187.

untuk memenuhi ketiga kebahagiaan yaitu penerimaan, kasih sayang dan pencapaian.

Ramos, menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis adalah kebaikan, keharmonisan, menjalin hubungan baik dengan orang lain baik antara individu maupun dalam kelompok.¹⁷ Sedangkan Shek mendefinisikan *Psychological well-being* sebagai keadaan dimana kesehatan mental seseorang mengacu pada banyaknya kualitas kesehatan mental positif seperti keadaan dapat menyesuaikan diri dan lingkungan sekitarnya.¹⁸ Sedangkan Robinson & Andrews mendefinisikan *psychological well being* sebagai evaluasi terhadap bidang-bidang kehidupan tertentu (misalnya evaluasi terhadap kehidupan keluarga, pekerjaan, masyarakat) atau dengan kata lain seberapa baik seseorang dapat menjalankan peran- perannya dan dapat memberikan peramalan yang baik terhadap *psychological well being*.¹⁹

Dukungan sosial adalah keberadaan atau ketersediaan orang pada siapa kita bisa mengandalkan, orang-orang yang membiarkan kami tahu bahwa mereka peduli, menghargai, dan mencintai kita. Gregory, Sarason, dan Sarason menambahkan bahwa dukungan sosial adalah hubungan interpersonal yang didalamnya berisi pemberian bantuan yang melibatkan aspek- aspek yang terdiri dari informasi, perhatian emosi, penilaian dan bantuan instrumental.²⁰

Menurut Holaday dan McPhearson faktor lain yang dapat mempengaruhi resiliensi diantaranya *psychological resources* termasuk didalamnya *locus of control*, *social support* termasuk didalamnya pengaruh budaya, dukungan komunitas, dukungan individu dan dukungan keluarga serta *cognitive skills* termasuk didalamnya intelegensi, gaya coping, kontrol personal dan spiritualitas.²¹

Psychological Well Being telah dipertimbangkan oleh Ryff sebagai serangkaian fitur psikologis yang terlibat dalam fungsi manusia yang positif yang mencakup beberapa

¹⁷ Rufino Ramos III, "In the Eye of the Beholder: Implicit Theories of Happiness among Filipino Adolescents," vol. 43 (Presented at the INTERNATIONAL JOURNAL OF PSYCHOLOGY, PSYCHOLOGY PRESS 27 CHURCH RD, HOVE BN3 2FA, EAST SUSSEX, ENGLAND, 2008), 650–650.

¹⁸ Bonar Hutapea, "Emotional Intelligence Dan Psychological Well-Being Pada Manusia Lanjut Usia Anggota Organisasi Berbasis Keagamaan Di Jakarta," *Jurnal Insan Media Psikologi* 13, no. 2 (2012).

¹⁹ Eva Nur Rachmah, Fahyuni Baharuddin, and Prakrisno Satrio, "PENGARUH PSYCHOLOGICAL WELL BEING TERHADAP PERILAKU MELAYANI MAHASISWA DI UNIVERSITAS "X"," *Jurnal Neo Societal; Vol* 5, no. 1 (2020).

²⁰ Gregory R Pierce, Barbara R Sarason, and Irwin G Sarason, *Handbook of Social Support and the Family* (Springer Science & Business Media, 1996).

²¹ Holaday and McPhearson, "Resilience and Severe Burns."

aspek terkait resiliensi seperti kedewasaan, tujuan hidup, self- efficacy.²² Menurut "perspektif eudaimonic," kriteria PWB yang paling sering dikaitkan dengan rasa "penerimaan diri" individu, yang didefinisikan sebagai fitur utama kesehatan mental serta karakteristik aktualisasi diri, fungsi optimal, dan kedewasaan.²³

Sejalan dengan tujuan utama penelitian ini, analisis literatur menggarisbawahi bahwa hubungan antara *psychological well-being* dan resiliensi adalah salah satu topik yang paling menarik dalam psikologi positif di berbagai domain pembangunan manusia dan sesuai dengan perspektif rentang hidup.²⁴ Ryff and Singer berpendapat bahwa individu yang tangguh umumnya mampu menjaga kesehatan fisik dan psikologis mereka dan memiliki kemampuan untuk pulih lebih cepat dari peristiwa stres.²⁵

Kajian mendalam perlu dilakukan terkait konstruksi resiliensi yang didefinisikan sebagai "karakteristik kepribadian yang memoderasi efek negatif dari stres dan mempromosikan adaptasi" dan sebagai "kemampuan untuk memulihkan atau mempertahankan keseimbangan internal atau eksternal di bawah ancaman signifikan melalui aktivitas manusia termasuk pemikiran dan tindakan."²⁶ Picardi dan rekan-rekannya menemukan bahwa *psychological well-being* tampak berkorelasi positif dengan resiliensi disposisional (diukur dengan menggunakan tiga faktor komitmen, kontrol dan tantangan), kecuali untuk dimensi otonomi.²⁷ Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu hubungan antara *social support* dan *psychological well-being* dengan resiliensi warga desa tangguh bencana.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian eksperimental dengan pendekatan kuantitatif. Rancangan ini digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel-variabel independen terhadap variabel dependen. Populasi penelitian ini masyarakat di Desa Bandar Kedungmulyo, Desa Gondang Manis, Desa Brangkal, Desa Pucangsimo,

²² Carol D Ryff, "Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being," *Journal of personality and social psychology* 57, no. 6 (1989): 1069.

²³ Carol D Ryff and Burton Singer, "Flourishing under Fire: Resilience as a Prototype of Challenged Thriving." (2003).

²⁴ Carol D Ryff et al., "Resilience in Adulthood and Later Life: Defining Features and Dynamic Processes," *Handbook of aging and mental health: An integrative approach* (1998): 69–96.

²⁵ Ryff and Singer, "Flourishing under Fire: Resilience as a Prototype of Challenged Thriving."

²⁶ Gail M Wagnild and Heather M Young, "Development and Psychometric," *Journal of nursing measurement* 1, no. 2 (1993): 165–17847.

²⁷ Angelo Picardi et al., "Development and Validation of the Italian Version of the 15-Item Dispositional Resilience Scale," *Rivista di psichiatria* 47, no. 3 (2012): 231–237.

Desa Brodot dan Desa Banjarsari. Dari enam desa itu, wilayah terparah berada di Dusun Kalipuro, Desa Bandar Kedungmulyo.

Untuk mengetahui pengaruh variabel-variabel independen terhadap variabel dependen analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi linier ganda dengan menggunakan bantuan program analisis SPSS for Windows versi 16.0. Metode analisis regresi linier ganda adalah prosedur yang digunakan untuk menguji besarnya koefisien-koefisien yang dihasilkan oleh persamaan yang bersifat linier yang melibatkan dua atau lebih variabel bebas untuk digunakan sebagai alat prediksi besarnya nilai variabel terikat.²⁸

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Setelah dilakukan uji analisis regresi ganda dilakukan uji untuk mencari nilai sumbangan efektif dari masing-masing variabel untuk mengetahui variabel bebas mana yang memberikan pengaruh paling besar terhadap variabel terikat. Sebelum melakukan analisis data, maka terlebih dahulu akan dilakukan uji prasyarat yang terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas. Uji prasyarat digunakan untuk mengetahui apakah hasil dari analisis data untuk uji hipotesis dapat dilanjutkan atau tidak.

Berdasarkan jenis kelamin, subjek pada penelitian ini terdiri dari laki-laki dan perempuan. Adapun sebarannya sebagaimana pada table.1

Tabel.1 Sebaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Prosentase
1	Laki-laki	31	38%
2	Perempuan	50	62%
Total		81	100%

Berdasarkan table.1 diketahui bahwa subyek penelitian ini yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 50 dan yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 31 orang. Pada subyek perempuan menunjukkan prosentasi sebesar 62% dan pada subyek laki-laki menunjukkan prosentasi 38%. Data tersebut menunjukkan bahwa, pada penelitian ini subyek didominasi oleh subyek dengan jenis kelamin perempuan.

²⁸ Abdul Muhid, *Analisis Statistik 5 Langkah Praktis Analisis Statistik Dengan SPSS for Windows* (Zifatama jawara, 2012).

Subyek penelitian ini menurut klasifikasi tingkat Pendidikan terakhir meliputi 10 orang atau 12,3% berpendidikan SD, 19 orang atau 23,4% berpendidikan SMP, 39 orang atau 48,1% berpendidikan SMA, 12 orang atau 15% berpendidikan S1, dan 1 orang atau 1,2% berpendidikan S2. Hal ini menunjukkan bahwa subyek penelitian ini di dominasi Pendidikan tingkat pertama dan menengah, yaitu 71,5% atau 58 orang.

Subyek penelitian ini memiliki rentang usia dari 21 tahun hingga diatas 65 tahun, dengan kategori dari dewasa awal hingga lanjut usia. Subyek yang memiliki rentang usia 21 – 40 tahun atau kategori dewasa awal berjumlah 49 orang dengan nilai prosentase 60% dan yang memiliki rentang usia 41 – 65 tahun atau kategori dewasa pertengahan

berjumlah 32 orang dengan nilai prosentase 40%, Data tersebut menunjukkan bahwa subyek penelitian pada penelitian ini mayoritas berusia 21 – 65 tahun dengan kategori usia dewasa. Hipotesis yang di ajukan dalam penelitian ini yang pertama adalah terdapat hubungan antara Psychological Well Being dan Dukungan Sosial dengan Resiliensi. Sebelum menentukan apakah hipotesis yang diajukan peneliti diterima atau tidak maka harus ada kaidah pengujian: Jika $\text{sig} > 0,05$, maka H_0 diterima. Jika $\text{sig} < 0,05$, maka H_a diterima

Dari hasil analisis statistik pada tabel 4.6 dengan bantuan program SPSS 20, diperoleh taraf signifikansi sebesar 0,000, dimana $P < 0,05$, yang artinya Hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara Psychological Well Being dan Dukungan Sosial dengan Resiliensi. Dengan koefisien determinasi (R Square) sebesar 0.449 atau 49,9% kedua variabel tersebut mempengaruhi Resiliensi dan sisanya dipengaruhi oleh variabel yang lainnya.

Dari hasil analisis statistik pada tabel diatas dengan bantuan program SPSS 20, diperoleh taraf signifikansi sebesar 0,000, dimana $P < 0,05$, yang artinya Hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara Psychological Well Being dengan Resiliensi. Dengan koefisien determinasi (R Square) sebesar

0.152 atau 15,2% variabel tersebut mempengaruhi Resiliensi.

Tabel.2 Analisis Regresi Ganda

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.670 ^a	.449	.435	.14285	.449	31.782	2	78	.000

a. Predictors: (Constant), DUKUNGAN SOSIAL, SUBJECTIVE WELL BEING

Measures of Association

	Eta	Eta Squared
RESILIENSI * DUKUNGAN SOSIAL	.654	.428

Measures of Association

	Eta	Eta Squared
RESILIENSI * SUBJECTIVE WELL BEING	.390	.152

Hipotesis parsial kedua yang di ajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi. Hasil analisis statistik pada tabel diatas dengan bantuan program SPSS 20, diperoleh taraf signifikansi sebesar 0,000, dimana $P < 0,05$, yang artinya Hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat terdapat hubungan antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi. Dengan koefisien determinasi (R Square) sebesar 0.428 atau 42,8% variabel tersebut mempengaruhi Resiliensi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dan psychological wellbeing memiliki hubungan dengan resiliensi. Hal ini sejalan dengan pendapat Helgeson & Lopez bahwa beberapa faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi seperti optimisme, harga diri, dukungan sosial, lokus pengendalian internal, ketabahan psikologis, harapan, kemampuan untuk mengekspresikan dan mengalami emosi positif yang telah diidentifikasi dan terkait dengan penyesuaian positif.²⁹ Resnick, Gwyther, dan Roberto menunjukkan bahwa dukungan sosial dikaitkan dengan resiliensi.³⁰ Taylor menyebutkan bahwa dukungan sosial adalah rasa cinta dari orang lain, merasa diperhatikan, dihargai dan dihormati, merasa seperti bagian dari jaringan komunikasi, dan kewajiban timbal balik.³¹

Dukungan sosial dapat menyediakan sumber daya yang dibutuhkan untuk memungkinkan individu melawan kesulitan dengan memperkuat kemampuan. Oleh karena itu, mencegah kondisi tertentu yang dapat membawa tekanan.³² Zhang, Yan, Zhao,

²⁹ Helgeson and Lopez, "Social Support and Growth Following Adversity."

³⁰ Resnick, Gwyther, and Roberto, *Resilience in Aging*.

³¹ Taylor, Sirois, and Molnar, *Health Psychology*.

³² Park et al., "Clarifying the Links between Social Support and Health: Culture, Stress, and Neuroticism Matter."

dan Yuan menunjukkan pentingnya sumber daya dukungan sosial dari keluarga, teman, dan dukungan lainnya dalam mengatasi situasi yang penuh tekanan.³³ Beberapa penelitian menunjukkan bahwa individu yang menerima dukungan sosial dari orang lain mengalami lebih sedikit tekanan psikologis setelah peristiwa traumatis. Hal ini juga dapat mengurangi tingkat stres pada seseorang.³⁴ Sebaliknya, individu yang tidak mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan akan mengalami perilaku anti-sosial.³⁵

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Mufidah yang hasilnya menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi berdasarkan $r = 0.308$ dengan taraf signifikansi 0.030.³⁶ Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima seseorang maka semakin tinggi pula resiliensi dalam diri seseorang. Hal ini sesuai dengan pernyataan Werner yang dalam penelitiannya menemukan bahwa individu yang dapat sukses beradaptasi pada saat dewasa pada konteks terdapat tekanan (resiliensi) menyandarkan sumber supportnya pada keluarga dan komunitasnya.³⁷ (Werner, 2005).

Holaday dan McPhearson, yang mengungkapkan beberapa cara efektif untuk mengembangkan resiliensi, antara lain adalah dengan dukungan sosial yang termasuk di dalamnya pengaruh budaya, dukungan komunitas dan dukungan personal.³⁸ Dukungan sosial memberikan manfaat bagi remaja antara lain meningkatkan kesejahteraan psikologis dan penyesuaian diri dengan menyediakan rasa memiliki, memperjelas identitas diri, menambah harga diri dan mengurangi stress. Meningkatkan dan memelihara kesehatan fisik. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima seorang individu, semakin besar resiliensi individu tersebut.³⁹

Psychological Well Being telah dipertimbangkan oleh Ryff sebagai serangkaian fitur psikologis yang terlibat dalam fungsi manusia yang positif.⁴⁰ Menurut Holaday dan McPhearson faktor lain yang dapat mempengaruhi resiliensi diantaranya psychological

³³ Zhang et al., "The Relationship between Perceived Stress and Adolescent Depression: The Roles of Social Support and Gender."

³⁴ Charles C Benight, "Collective Efficacy Following a Series of Natural Disasters," *Anxiety, Stress & Coping* 17, no. 4 (2004): 401–420.

³⁵ Simanullang and Daulay, "Perilaku Antisosial Remaja Di SMA Swasta Raksana Medan."

³⁶ Alaiya Choiril Mufidah, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Mahasiswa Bidikmisi Dengan Mediasi Efikasi Diri," *Jurnal sains psikologi* 6, no. 2 (2017): 68–74.

³⁷ Albaar and Fauziyah, "Social Support Dan Psychological Well Being Terhadap Resiliensi Menghadapi Bencana."

³⁸ Holaday and McPhearson, "Resilience and Severe Burns."

³⁹ David W Johnson and Frank P Johnson, *Joining Together: Group Theory and Group Skills* (Prentice-Hall, Inc, 1991).

⁴⁰ Corey LM Keyes, Dov Shmotkin, and Carol D Ryff, "Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions.," *Journal of personality and social psychology* 82, no. 6 (2002): 1007.

resources termasuk didalamnya locus of control, social support termasuk didalamnya pengaruh budaya, dukungan komunitas, dukungan individu dan dukungan keluarga serta cognitive skills termasuk didalamnya intelegensi, gaya coping, kontrol personal dan spiritualitas.⁴¹

Picardi dan rekan-rekannya (2012) menemukan bahwa psychological well-being tampak berkorelasi positif dengan resiliensi disposisiona (diukur dengan menggunakan tiga faktor komitmen, kontrol, dan tantangan), kecuali untuk dimensi otonomi.⁴² Ryff mengatakan bahwa individu yang memiliki psychological well-being diantaranya memiliki kemampuan dalam autonomy (kebebasan atau kemandirian), personal growth (pengembangan pribadi), purpose in life (tujuan hidup) dan positive relation with others (hubungan positif dengan orang lain).⁴³

Resiliensi merupakan salah satu faktor penting yang harus dimiliki individu. resiliensi yang dapat dikatakan sebagai salah satu faktor yang mampu membentengi masyarakat terdampak bencana banjir untuk terhindar dari dampak-dampak tersebut menjadi kemampuan yang mendapat perhatian lebih. Kaitan antara psychological well-being dengan resiliensi yakni ketika individu memiliki kemampuan untuk memberikan penilaian positif akan kehidupannya, hal tersebut dapat menjadikan individu memiliki kemampuan hardiness yang dikatakan oleh Campbell- Sills dan Stein sebagai salah satu aspek dari resiliensi, dimana hardiness digambarkan sebagai individu yang mampu memandang peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya secara positif dan memiliki pengendalian diri yang tinggi.⁴⁴

Dalam konteks bahaya yang berbeda, kelompok yang terpinggirkan lebih rentan terhadap kerusakan, kehilangan dan penderitaan daripada yang lain dan juga (dalam kelompok-kelompok ini) beberapa orang mengalami tingkat kerentanan yang lebih tinggi daripada yang lain.⁴⁵ Kelompok- kelompok ini merasa paling sulit untuk merekonstruksi mata pencaharian mereka setelah bencana, dan ini pada gilirannya membuat mereka lebih

⁴¹ Holaday and McPhearson, "Resilience and Severe Burns."

⁴² Picardi et al., "Development and Validation of the Italian Version of the 15-Item Dispositional Resilience Scale."

⁴³ Ryff et al., "Resilience in Adulthood and Later Life: Defining Features and Dynamic Processes."

⁴⁴ Laura Campbell-Sills and Murray B Stein, "Psychometric Analysis and Refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item Measure of Resilience," *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies* 20, no. 6 (2007): 1019-1028.

⁴⁵ Paul Susman, Phil O'Keefe, and Ben Wisner, "Global Disasters, a Radical Interpretation," in *Interpretations of Calamity* (Routledge, 2019), 263-283.

rentan terhadap efek dari peristiwa bahaya berikutnya. Akibatnya, kita harus mengurangi kerentanan untuk mengurangi risiko bencana. Oleh karena itu, marginalisasi adalah dimensi manusia dari bencana dan merupakan hasil dari berbagai faktor ekonomi, sosial, budaya, kelembagaan, politik dan psikologis yang membentuk kehidupan masyarakat dan lingkungan tempat mereka tinggal.

Resiliensi dipandang sebagai satu set faktor pelindung dan, yang paling penting, sebagai proses adaptasi positif setelah paparan efek samping.⁴⁶ Melihat Resiliensi sebagai proses adaptasi positif telah menyebabkan pencarian faktor-faktor yang dapat mendorong dan mempromosikan sifat pelindung selama dan setelah paparan kesulitan. Konteks sosial yang mendukung dalam suatu komunitas, sebelum peristiwa buruk, telah muncul sebagai komponen kunci dari Resiliensi dan memberikan jembatan antara teori Resiliensi individu dan eksplorasinya ke tingkat komunitas.⁴⁷ Proses marginalisasi, dari kerentanan pra-bencana hingga pemulihan dan Resiliensi pasca bencana, telah diresmikan oleh Susman, O'Keefe dan Wisner dan Wisner. Keduanya menekankan bahwa meningkatnya marginalisasi meningkatkan kerentanan masyarakat dalam menghadapi bahaya alam melalui keterbelakangan dan degradasi lingkungan.⁴⁸

Bencana dengan demikian menjadi lebih efektif. Akhirnya, bantuan bantuan memperkuat status quo, mengikis Resiliensi, dan mengarah pada marginalisasi lebih lanjut dan keterbelakangan yang, pada gilirannya, membuka jalan bagi lebih banyak bencana terjadi. Oleh karena itu, penting untuk dicatat, bagaimanapun, bahwa membangun Resiliensi masyarakat jauh lebih dari penjumlahan Resiliensi individu.

Kesimpulan

Berdasarkan dari penelitian yang telah dilakukan ini diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan dukungan sosial dan psychological well-being dengan resiliensi pada masyarakat desa tangguh bencana. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji analisis yang dilakukan sesuai dengan hipotesis yang diajukan dalam penelitian. Pada hipotesis *pertama*, didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada masyarakat desa Tangguh bencana dan

⁴⁶ Mary Ann Dutton and Rebecca Greene, "Resilience and Crime Victimization," *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies* 23, no. 2 (2010): 215–222.

⁴⁷ Ibid.

⁴⁸ Susman, O'Keefe, and Wisner, "Global Disasters, a Radical Interpretation."

keduanya memiliki korelasi yang positif. Artinya semakin tinggi dukungan sosial pada masyarakat desa Tangguh bencana maka akan semakin baik tingkat resiliensinya. Sehingga hipotesis pertama diterima.

Pada hipotesis *kedua*, didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara psychological well-being dengan dengan resiliensi pada masyarakat desa Tangguh bencana dan keduanya memiliki korelasi yang positif. Artinya semakin tinggi psychological well being pada masyarakat desa tangguh bencana maka akan semakin baik tingkat resiliensinya. Sehingga hipotesis kedua diterima. Pada hipotesis *ketiga*, didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan psychological well being dengan resiliensi masyarakat desa Tangguh bencana. Semakin tinggi dukungan sosial dan psychological well being masyarakat desa Tangguh bencana maka akan semakin baik pula resiliensi yang dimilikinya. Sehingga hipotesis ketiga diterima.

Daftar Pustaka

- Albaar, Ragwan, and Nailatin Fauziyah. "Social Support Dan Psychological Well Being Terhadap Resiliensi Menghadapi Bencana." *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 13, no. 1 (2023): 11–25.
- Bartley, Mel, Ingrid Schoon, Richard Mitchell, and David Blane. "Resilience as an Asset for Healthy Development." *Health Assets in a Global Context: Theory, Methods, Action* (2010): 101–115.
- Benight, Charles C. "Collective Efficacy Following a Series of Natural Disasters." *Anxiety, Stress & Coping* 17, no. 4 (2004): 401–420.
- Bradburn, Norman M. "The Structure of Psychological Well-Being." (1969).
- Campbell-Sills, Laura, and Murray B Stein. "Psychometric Analysis and Refinement of the Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item Measure of Resilience." *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies* 20, no. 6 (2007): 1019–1028.
- Charney, Dennis S. "Psychobiological Mechanisms of Resilience and Vulnerability: Implications for Successful Adaptation to Extreme Stress." *American journal of Psychiatry* 161, no. 2 (2004): 195–216.
- Connor, Kathryn M, and Jonathan RT Davidson. "Development of a New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)." *Depression and anxiety* 18, no. 2 (2003): 76–82.
- Dutton, Mary Ann, and Rebecca Greene. "Resilience and Crime Victimization." *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies* 23, no. 2 (2010): 215–222.
- Helgeson, Vicki S, and Lindsey Lopez. "Social Support and Growth Following Adversity." *Handbook of adult resilience* (2010): 309–330.
- Herrman, Helen, Donna E Stewart, Natalia Diaz-Granados, Elena L Berger, Beth Jackson, and Tracy Yuen. "What Is Resilience?" *The Canadian Journal of Psychiatry* 56, no. 5 (2011): 258–265.
- Hjemdal, Odin, Oddgeir Friberg, Tore C Stiles, Jan H Rosenvinge, and Monica Martinussen. "Resilience Predicting Psychiatric Symptoms: A Prospective Study of Protective Factors and Their Role in Adjustment to Stressful Life Events." *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice* 13, no. 3 (2006): 194–201.
- Holaday, Margot, and Ruth W McPhearson. "Resilience and Severe Burns." *Journal of Counseling & Development* 75, no. 5 (1997): 346–356.
- Hutapea, Bonar. "Emotional Intelegence Dan Psychological Well-Being Pada Manusia Lanjut Usia Anggota Organisasi Berbasis Keagamaan Di Jakarta." *Jurnal Insan Media Psikologi* 13, no. 2 (2012).
- Johnson, David W, and Frank P Johnson. *Joining Together: Group Theory and Group Skills*. Prentice-Hall, Inc, 1991.

- Keye, Michelle D, and Aileen M Pidgeon. "Investigation of the Relationship between Resilience, Mindfulness, and Academic Self-Efficacy." *Open Journal of Social Sciences* 1, no. 6 (2013): 1–4.
- Keyes, Corey LM, Dov Shmotkin, and Carol D Ryff. "Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions." *Journal of personality and social psychology* 82, no. 6 (2002): 1007.
- Luthar, Suniya S, Dante Cicchetti, and Bronwyn Becker. "The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work." *Child development* 71, no. 3 (2000): 543–562.
- Masten, Ann S. "Resilience in Developing Systems: Progress and Promise as the Fourth Wave Rises." *Development and psychopathology* 19, no. 3 (2007): 921–930.
- Masten, Ann S, Keith B Burt, and J Douglas Coatsworth. "Competence and Psychopathology in Development." *Developmental psychopathology: Volume three: risk, disorder, and adaptation* (2015): 696–738.
- Mufidah, Alaiya Choiril. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Mahasiswa Bidikmisi Dengan Mediasi Efikasi Diri." *Jurnal sains psikologi* 6, no. 2 (2017): 68–74.
- Muhid, Abdul. *Analisis Statistik 5 Langkah Praktis Analisis Statistik Dengan SPSS for Windows*. Zifatama jawara, 2012.
- Park, Jiyoung, Shinobu Kitayama, Mayumi Karasawa, Katherine Curhan, Hazel R Markus, Norito Kawakami, Yuri Miyamoto, Gayle D Love, Christopher L Coe, and Carol D Ryff. "Clarifying the Links between Social Support and Health: Culture, Stress, and Neuroticism Matter." *Journal of health psychology* 18, no. 2 (2013): 226–235.
- Picardi, Angelo, Paul T Bartone, Raffaella Querci, Daniela Bitetti, Lorenzo Tarsitani, Valentina Roselli, Annalisa Maraone, Elisa Fabi, Francesco De Michele, and Ilaria Gaviano. "Development and Validation of the Italian Version of the 15-Item Dispositional Resilience Scale." *Rivista di psichiatria* 47, no. 3 (2012): 231–237.
- Pierce, Gregory R, Barbara R Sarason, and Irwin G Sarason. *Handbook of Social Support and the Family*. Springer Science & Business Media, 1996.
- Pinquart, Martin, and Silvia Sörensen. "Influences of Socioeconomic Status, Social Network, and Competence on Subjective Well-Being in Later Life: A Meta-Analysis." *Psychology and aging* 15, no. 2 (2000): 187.
- Purwanti, Dhiya Athaya, and Erin Ratna Kustanti. "Hubungan Antara Resiliensi Dengan Psychological Well-Being Pada Ibu Yang Memiliki Anak Dengan Gangguan Autis." *Jurnal Empati* 7, no. 1 (2020): 283–287.
- Rachmah, Eva Nur, Fahyuni Baharuddin, and Prakrisno Satrio. "PENGARUH PSYCHOLOGICAL WELL BEING TERHADAP PERILAKU MELAYANI MAHASISWA DI UNIVERSITAS "X"." *Jurnal Neo Societal; Vol 5*, no. 1 (2020).
- Ramos III, Rufino. "In the Eye of the Beholder: Implicit Theories of Happiness among Filipino Adolescents." 43:650–650. PSYCHOLOGY PRESS 27 CHURCH RD, HOVE BN3 2FA, EAST SUSSEX, ENGLAND, 2008.

- Reivich, Karen, and Andrew Shatté. *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. Broadway books, 2002.
- Resnick, Barbara, L Gwyther, and Karen A Roberto. *Resilience in Aging*. Springer, 2011.
- Ryff, Carol D. "Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being." *Journal of personality and social psychology* 57, no. 6 (1989): 1069.
- Ryff, Carol D, Gayle Dienberg Love, Marilyn J Essex, and Burton Singer. "Resilience in Adulthood and Later Life: Defining Features and Dynamic Processes." *Handbook of aging and mental health: An integrative approach* (1998): 69–96.
- Ryff, Carol D, and Burton Singer. "Flourishing under Fire: Resilience as a Prototype of Challenged Thriving." (2003).
- Sagone, Elisabetta, and Maria Elvira De Caroli. "Relationships between Resilience, Self-Efficacy, and Thinking Styles in Italian Middle Adolescents." *Procedia-Social and Behavioral Sciences* 92 (2013): 838–845.
- Simanullang, Dewi S, and Wardiyah Daulay. "Perilaku Antisosial Remaja Di SMA Swasta Raksana Medan" (2012).
- Susman, Paul, Phil O'Keefe, and Ben Wisner. "Global Disasters, a Radical Interpretation." In *Interpretations of Calamity*, 263–283. Routledge, 2019.
- Taylor, Shelley E, Fuschia M Sirois, and Danielle Sirianni Molnar. *Health Psychology*. McGraw-hill New York, 1995.
- Wagnild, Gail M, and Heather M Young. "Development and Psychometric." *Journal of nursing measurement* 1, no. 2 (1993): 165–17847.
- Zhang, Baoshan, Xinwei Yan, Fengqing Zhao, and Fei Yuan. "The Relationship between Perceived Stress and Adolescent Depression: The Roles of Social Support and Gender." *Social Indicators Research* 123, no. 2 (2015): 501–518.
- "Banjir Di Bandar Kedungmulyo Jombang Disebabkan Sedimentasi Lumpur Dan Sampah | Kabar Jombang." Accessed January 17, 2024. <https://kabarjombang.com/peristiwa/banjir-di-bandar-kedungmulyo-jombang-disebabkan-sedimentasi-lumpur-dan-sampah/>.
- "Banjir Di Jombang Meluas Ke 6 Desa, 9.800 Jiwa Terdampak." Accessed January 17, 2024. <https://www.medcom.id/nasional/daerah/3NOq3a0k-banjir-di-jombang-meluas-ke-6-desa-9-800-jiwa-terdampak>.
- "Data Lengkap dan Terbaru Perkembangan Banjir di Jombang." Last modified February 8, 2021. Accessed January 17, 2024. <https://beritajatim.com/peristiwa/data-lengkap-dan-terbaru-perkembangan-banjir-di-jombang/>.