

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **2.1 Pengertian Resiliensi**

Menurut Masten dan Reed (2002) resiliensi adalah adaptasi yang baik terhadap lingkungan yang menekan. Menurut Reich, dkk. (2010) resiliensi merupakan suatu proses atau pola adaptasi dan perkembangan positif dalam konteks ancaman yang signifikan terhadap kehidupan atau fungsi seseorang.

Menurut Wagnild and Young (1990) resiliensi digunakan untuk menggambarkan kehidupan seseorang yang menampilkan keberanian dan kemampuan beradaptasi yang baik untuk bangun dari keterpurukan.

Menurut Hegney, dkk. (2008) resiliensi merupakan suatu bentuk upaya yang mengacu pada kapasitas seseorang atau masyarakat untuk mengatasi stres, mengatasi kesengsaraan atau beradaptasi secara positif terhadap perubahan. Kemampuan untuk bangkit kembali dari pengalaman negatif mungkin mencerminkan bawaan kualitas individu atau hasil belajar dan pengalaman. Ketahanan tidak dianggap sebagai kualitas yang baik hadir atau tidak ada pada seseorang atau kelompok melainkan sebuah proses yang dapat bervariasi dalam berbagai situasi dan waktu.

Menurut Ryan dan Caltabiano (2009) resiliensi yaitu kemampuan untuk mempertahankan atau mendapatkan kembali tingkat keberhasilan yang positif meskipun sedang menghadapi kesengsaraan. Salah satu dari beberapa kekuatan tersebut akan dapat membantu seseorang dalam beradaptasi mencapai kehidupan yang positif. Ketahanan juga diartikan sebagai konstruksi multidimensi, dimana dari hasil penelitian

Ryan dan Caltabiano (2009) mengungkapkan bahwa skala RIM menghasilkan lima faktor yaitu *self-efficacy*, keluarga atau jaringan sosial, ketekunan, internal locus of control, serta penyelesaian dan adaptasi yang termasuk sikap ketahanan.

Menurut Howe, Smajdor, dan Stockl (2012) resiliensi adalah kemampuan dinamis yang memungkinkan seseorang untuk berkembang pada sebuah tantangan yang diberikan dalam konteks sosial dan juga konteks individual. Menurut Mosqueiro (2015) resiliensi didefinisikan sebagai proses adaptasi dalam menghadapi trauma, stres, atau kesengsaraan.

Menurut Coatta (2014) resiliensi diartikan sebagai suatu hal yang penting bagi setiap orang yang menghadapi kondisi kronis. Hal ini terjadi karena mereka pasti akan menghadapi stressors setiap hari dengan kesulitan dalam waktu jangka panjang.

Menurut Richardson (2002) resiliensi dicitrakan sebagai tiga gelombang. Pada gelombang pertama resiliensi diartikan melalui identifikasi fenomenologis pada aset pembangunan dan faktor pelindung. Gelombang kedua menggambarkan resiliensi sebagai proses reintegratif untuk mengakses kualitas yang lebih tangguh. Gelombang ketiga mengartikan resiliensi pada pandangan *post-modern* dan multi-disiplin tentang ketahanan, yang merupakan kekuatan untuk mendorong seseorang dapat tumbuh dalam kesulitan dan juga berbagai hambatan.

Menurut Ungar (2011) resiliensi merupakan suatu upaya individu untuk menghadapi sejumlah tekanan yang besar terhadap masalah sosial dan ekologi fisik yang juga menyangkut budaya dan konteks anak-anak. Empat prinsip disajikan sebagai dasar untuk interpretasi ekologis dari konstruksi ketahanan, yaitu desentralitas, kompleksitas, atypicality, dan relativitas budaya yang memperluas konseptualisasi

perkembangan positif individu di bawah tekanan, dimana hal ini menjadi sebuah titik awal untuk penyelidikan di masa depan.

Menurut Connor dan Davidson (2003) resiliensi dapat diukur dan dipengaruhi oleh status kesehatan (seperti individu dengan penyakit mental memiliki tingkat ketahanan yang lebih rendah dari pada populasi umum), ketahanan bisa dimodifikasi dan bisa diperbaiki dengan pengobatan, serta ketahanan dapat diperbaiki sesuai dengan perbaikan yang lebih besar dari tingkat peningkatan global klinis yang lebih tinggi.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan suatu kemampuan yang dimiliki oleh setiap individu untuk dapat bertahan pada setiap keadaan yang menekan. Ketika seseorang mampu untuk dapat bertahan dalam suatu keadaan yang sulit, maka dapat dikatakan bahwa seseorang itu resilien terhadap keadaan yang sedang dihadapinya. Namun sebaliknya ketika seseorang itu tidak mampu untuk dapat bertahan dalam suatu keadaan yang sulit, maka seseorang itu dapat dikatakan tidak resilien terhadap keadaan yang sedang dihadapinya.

### **2.1.1 Konsep-Konsep Relisiensi**

Menurut Hegney, dkk. (2008) terdapat 11 konsep resiliensi yaitu :

#### **a. Jaringan Sosial dan Dukungan**

Jejaring sosial membangun rasa komunitas yang berkontribusi terhadap ketahanan individu dan kelompok. Jenis jaringan yang penting seperti keluarga, teman dan masyarakat organisasi. Kelompok ini memberi kekuatan obligasi dalam kelompok sosial, rasa memiliki, identitas dan

dukungan sosial, dan hubungan yang kuat dengan kelompok luar lainnya yang bisa membawa tambahan sosial, finansial atau sumber daya politik.

b. Pandangan Positif

Memiliki pandangan positif melibatkan diri menjadi percaya diri dan optimis tentang masa depan, tekun, bertekad, jaga rasa humor, dan kemauan untuk perubahan. Individu dan kelompok dengan pandangan positif cenderung melihat kesengsaraan atau kesulitan sebagai tantangan untuk bisa diatasi bukan masalah yang tidak dapat diatasi. Individu tangguh dan masyarakat tangguh dapat menemukan hal yang positif dalam kesulitan mereka.

c. Pembelajaran

Belajar terjadi sepanjang hidup, baik secara formal dan secara informal. Pendidikan formal, belajar dari pengalaman dan model peran bisa dibangun ketahanan melalui peningkatan personal dan kapasitas kelompok untuk mengatasi tantangan hidup. Kemampuan untuk bercermin bisa menjadi kekuatan alat belajar terutama saat pelajaran yang bisa diambil dari pengalaman sebelumnya. Masyarakat bisa belajar dari kolektif pengalaman, seperti bencana alam, dan kembangkan ketahanan mereka saat menghadapi dengan kesulitan masa depan. Orang tangguh dan kelompok mencari peluang untuk belajar lalu mengembangkannya.

d. Pengalaman Masa Muda

Pengalaman yang dimiliki orang selama masa kecil dan masa remaja akan memiliki dampak yang sangat besar pada mereka nanti untuk

kesejahteraan. Kedua pengalaman yang positif dan negatif dapat memberikan keterampilan yang berharga dan mekanisme coping untuk membangun individu ketahanan.

e. Lingkungan dan Gaya Hidup

Alam dan lingkungan yang dibangun dapat memiliki dampak besar tentang bagaimana orang merasa dan bagaimana mereka berinteraksi dengan lingkungannya. Lingkungan juga penting dalam menarik penghuni baru dan pengunjung, dan membangun rasa kebanggaan masyarakat.

f. Infrastruktur dan Layanan Pendukung

Infrastruktur seperti persediaan air, transportasi, layanan rekreasi, kesehatan layanan, sekolah dan telekomunikasi adalah alat penting yang memungkinkan orang untuk melakukan kegiatan sehari-hari mereka. Fasilitas dan layanan ini memungkinkan individu dan masyarakat berfungsi dengan baik dan pulih dari kesengsaraan. Layanan pendukung disediakan mulai dari informasi dan sosial, dukungan untuk makanan, perumahan, pekerjaan, konseling, interpreter dan bantuan untuk orang yang berkebutuhan khusus.

g. Memiliki Tujuan

Memiliki tujuan atau makna dalam hidup adalah komponen penting dari ketahanan karena memberikan motivasi, fokus dan masa depan, serta orientasi sekarang. Pada tingkat individu, memiliki rasa tujuan memungkinkan orang untuk bekerja menuju kepentingan tujuan dan melihat gambaran yang lebih besar di kala kesulitan atau stres. Kemudian di

masyarakat rasa tujuan bersama semakin meningkat untuk mewujudkan kesejahteraan masyarakat dengan cara menciptakan kesamaan tujuan dan mendorong anggota masyarakat untuk bekerja sama dengan baik.

h. Ekonomi yang Inovatif dan Beragam

Ekonomi yang beragam dan inovatif menekankan interdependensi dari bisnis dan masyarakat. Ini berfokus pada bagaimana bisnis dan konsumen bisa bekerja sama untuk menyimpan uang sebanyak mungkin yang beredar dalam komunitas. Uang dibelanjakan dan dihabiskan kembali dalam masyarakat guna membangun lebih banyak bisnis, membuat lebih banyak orang dipekerjakan, lebih banyak layanan aktif untuk mendukung masyarakat, dan meningkat kualitas hidup.

i. Merangkul Perbedaan

Dengan merangkul perbedaan individu dalam komunitas, kualitas unik dan perbedaan antara orang diterima dan dihargai, akan memungkinkan beragam kelompok berkembang bersama. Perbedaan mungkin mengacu pada variasi usia, kemampuan, budaya, bahasa, fisik karakteristik, latar belakang sosio-ekonomi, nilai dan keyakinan, seksualitas, dan jenis kelamin.

j. Kepercayaan

Konsep keyakinan menggabungkan spiritualitas, hubungan dengan alam, dan segala jenis keyakinan agama yang meningkatkan kehidupan individu dan kelompok. Sistem kepercayaan telah ditunjukkan untuk meningkatkan

personal dan ketahanan masyarakat, dengan menyediakan tambahan makna dan tujuan dalam kehidupan sehari-hari mereka.

k. Kepemimpinan

Kepemimpinan telah didefinisikan sebagai proses yang mempengaruhi aktivitas orang untuk memfasilitasi dan mencapai tujuan. Kepemimpinan bisa membangun ketahanan pada individu, kelompok dan tingkat komunitas. Kepemimpinan bisa bersifat formal (seperti pemerintah daerah) atau informal (melalui aksi individu atau kelompok kecil).

### 2.1.2 Model-Model Resiliensi

Menurut Masten dan Reed (2002) terdapat tiga model resiliensi, yaitu :

1. *Variable-Focused Models of Resilience*

a. Model Aditif

Pada model ini, aset dan risiko berkontribusi secara independen terhadap seberapa baik seorang anak melakukan kehidupan pada variabel hasil atau kriteria kepentingan. Sebuah intervensi yang berupaya meningkatkan keberadaan aset atau mengurangi jumlah faktor risiko didasarkan pada model ini.

b. Model Interaktif

Pada model ini terdapat efek moderat di mana satu variabel mengubah dampak variabel risiko. Moderator semacam itu disebut faktor kerentanan dan pelindung. Salah satu efek moderator yang paling banyak

diteliti dalam literatur adalah kemungkinan bahwa temperamen atau kepribadian memproyeksikan individu untuk bereaksi dengan sedikit tekanan atau emosi negatif terhadap ancaman yang ada.

c. Model Tidak Langsung

Pada model ini, terdapat fenomena efek yang dimediasi, di mana pengaruh kuat pada hasil itu sendiri yang dipengaruhi oleh risiko dan sumber daya. Terdapat efek tak terlihat dari pencegahan total, bila faktor pelindung yang kuat mencegah suatu kondisi risiko atau ancaman

2. *Person-Focused Models of Resilience*

Tiga jenis model yang berfokus pada orang telah memainkan peran kunci dalam penelitian ketahanan. Salah satu model berasal dari studi kasus tunggal individu yang telah mengilhami investigasi skala yang lebih besar dan menggambarkan temuan dari penelitian yang lebih besar. Hasil studi tersebut menunjukkan banyak perbedaan yang dimulai pada usia dini pada kelompok tangguh, termasuk kualitas perawatan yang lebih baik pada masa bayi, harga diri yang lebih tinggi dan fungsi intelektual di masa kanak-kanak, dan lebih banyak dukungan dari kerabat.

2. *Pathway Models*

Pada model ini terdapat tiga jalur, yaitu pertama jalur A yang mencerminkan seorang anak tumbuh di lingkungan berisiko tinggi yang



tetap berfungsi dengan baik dalam kehidupan. Kedua, jalur B yang mencerminkan seorang anak yang baik, dialihkan oleh pukulan besar (mungkin pengalaman traumatis), dan pulih. Ketiga, jalur C mencerminkan pola late bloomer (perkembangan yang lamban), di mana seorang anak yang terbebani oleh kerugian mulai bekerja dengan baik setelah perbaikan besar dalam kondisi pemeliharaan.

### **2.1.3. Faktor-Faktor Resiliensi**

Menurut Connor dan Davidson (2003) terdapat lima faktor dari resiliensi yaitu :

1. Faktor yang mencerminkan gagasan kompetensi pribadi, standar tinggi, dan keuletan
2. Faktor yang sesuai dengan kepercayaan pada naluri seseorang, memiliki toleransi terhadap efek negatif, dan kuat dalam menghadapi tekanan stres
3. Faktor yang berhubungan dengan penerimaan yang positif pada perubahan, dan hubungan yang aman
4. Faktor yang terkait dengan kontrol diri
5. Faktor yang berhubungan terhadap pengaruh spiritual

#### 2.1.4 Dimensi – Dimensi Resiliensi

Menurut Howe, Smajdor, dan Stockl (2012) terdapat lima dimensi resiliensi, yaitu :

1. Efikasi diri

Perkembangan efikasi diri membutuhkan lebih sedikit pembelajaran yang lebih mandiri, peserta didik (siswa) perlu mengatur tujuan yang realistis dan belajar menggunakan umpan balik untuk membangun percaya diri dan memperkuat kinerja mereka sendiri.

2. Kontrol diri

Kontrol diri merupakan sebuah dimensi yang dapat menimbulkan kepercayaan pada kemampuan seseorang untuk mempengaruhi sebuah sistem.

3. Kemampuan untuk memberikan dukungan dan saling menolong

Dimensi ini dapat digunakan untuk mengatasi resiko ketika sedang mengalami beban kerja yang merugikan kejadian, adanya tuntutan emosional dan kurangnya dukungan hubungan yang dapat menyebabkan stres sehingga bisa melemahkan praktik profesional.

4. Belajar dari kesulitan

Belajar dari kesulitan diartikan dengan belajar dari pengalaman yang ada untuk mengatasi kesulitan guna meraih pencapaian tujuan secara bertahap yang mengarah pada kepercayaan diri untuk diinternalisasikan pada kemampuan seseorang.

## 5. Selalu bersikap gigih meskipun ada hambatan untuk maju

Dalam konteks medis, peserta didik perlu menyadari jenis kerumitan yang berhubungan dengan praktek medis yang ada agar peserta didik dapat mengembangkan atribut yang akan membantu mereka mengatasi kesulitan yang dihadapi.

### 2.1.5 Faktor-Faktor Resilensi

Menurut Wagnild dan Young (1993) terdapat dua faktor resiliensi, yaitu :

1. Kompetensi pribadi, faktor ini meliputi ketahanan diri, kemandirian, determinasi, *invicibility* (tak terkalahkan), pencarian makna hidup, dan ketekunan.
2. Penerimaan diri dan adaptasi, faktor ini meliputi kemampuan untuk beradaptasi, memiliki keseimbangan, fleksibilitas, dan perspektif hidup yang seimbang. Faktor ini mencerminkan penerimaan hidup dan rasa damai meskipun ada kesengsaraan.

### 2.2 Pengertian Religiusitas Intrinsik

Menurut Gellman dan Turner (2013) religiusitas intrinsik merupakan sebuah karakteristik keberagaman yang menyebutkan bahwa agama itu motif utama. Individu yang berada pada orientasi religiusitas intrinsik akan memandang agama sebagai kerangka hidup mereka, dan mereka mencoba untuk secara konsisten menjalankan agama yang mereka percayai.

Menurut Paloutzian (dalam Milevsky & Levitt, 2004) religiusitas intrinsik merupakan salah satu bentuk yang dapat diinternalisasikan, dimana hal ini menjadi bagian dari sistem biologis dari suatu individu.

Menurut Baker dan Gorsuch (1982) religiusitas intrinsik dapat dikaitkan dengan kemampuan untuk mengintegrasikan kecemasan ke dalam kehidupan sehari-hari secara adaptif, sementara religiusitas ekstrinsik dikaitkan dengan ketidakmampuan untuk mengintegrasikan kecemasan.

Menurut McCullough dan Willoughby (dalam Gellman 2013) religiusitas intrinsik merupakan inti kepribadian yang membentuk substrat untuk dapat teliti, setuju, dan dapat mengontrol diri. Religiusitas intrinsik juga bisa menjadi dasar makna dalam hidup.

Menurut Rychlak (dalam Donahue, 1985) religiusitas intrinsik adalah agama yang diartikan sebagai kerangka pengungkapan makna dalam semua hal kehidupan yang dapat dipahami, dimana religiusitas intrinsik dipahami sebagai titik point dalam agama.

Menurut Wiebe (1980) religiusitas intrinsik cenderung memiliki sebuah perhatian yang lebih besar untuk standar moral, ketaatan, disiplin, tanggung jawab, dan konsistensi. Religiusitas intrinsik juga membuat setiap orang untuk menjadi lebih peka, memiliki rasa empati, dan terbuka. Disamping itu mereka lebih cenderung mencerminkan sikap seperti mempertahankan keadaan dan sikap tradisional.

Menurut Allport dan Ross (1967) religiusitas intrinsik adalah sebuah orientasi dari agama, dimana seseorang yang berada pada orientasi intrinsik ini akan lebih menggambarkan diri mereka pada motif utama dalam agama. Setelah mereka memeluk

sebuah agama, maka mereka akan langsung menginternalisasikan dan mengikutinya dengan sepenuhnya, agar mereka merasa bahwa mereka sudah menjalankan agamanya.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa religiusitas intrinsik merupakan sebuah keberagaman yang mencerminkan seseorang untuk dapat menginternalisasikan apa yang menjadi tuntunannya didalam menjalani kehidupan. Seseorang yang berada pada orientasi religiusitas intrinsik ini, akan menjadikan agama sebagai hal yang utama untuk dijalankannya dengan sepenuh hati.

### **2.2.1 Aspek-Aspek Religiusitas Intrinsik**

Menurut Allport dan Ross (dalam Hunt & King, 2016) menyebutkan beberapa aspek dari orientasi keagamaan, yaitu :

1. *Universal* (meluas) vs *Parochial* (terbatas)

*Universal* meliputi karakter etika, adanya belas kasihan terhadap orang lain, adanya keyakinan terhadap suatu agama, adanya hubungan persaudaraan yang terjalin, mencintai seseorang dengan pemberian kasih sayang. Sedangkan *parochial* meliputi adanya etnosentrisme (pemberian nilai terhadap kebudayaan lain atas dasar standar budaya sendiri), serta menimbulkan adanya batasan untuk pergaulan dalam suatu kelompok.

2. *Unselfish* vs *Selfish*

*Unselfish* yaitu suatu usaha untuk mengatasi kebutuhan yang berpusat pada diri sendiri. *Unselfish* juga diartikan sebagai usaha untuk mengatasi rasa egois. Sedangkan *selfish* yaitu melayani diri sendiri, menjadikan sesuatu untuk tujuan sendiri dan untuk kepentingan pribadi.

3. Relevansi untuk semua kehidupan

Relevansi untuk semua kehidupan dapat diartikan sebagai suatu proses untuk menjalani hidup, yang akan menghadirkan sebuah motivasi dan makna religius, dapat memenuhi kebutuhan lain yang diselaraskan dengan keyakinan dan prasangka tentang keagamaan

#### 4. *Ultimate vs Instrumental*

*Ultimate* termasuk kedalam orientasi intrinsik, berusaha untuk menjalani agamanya sebagai tujuan akhir, menjadikan agama sebagai motif utama. Sedangkan *Instrumental* termasuk kedalam orientasi ekstrinsik, tidak menjadikan agama sebagai motif utama, dan menggunakan agama hanya sebagai minat.

#### 5. Asosiasional vs Komunal

Asosiasional diartikan sebagai bentuk keterlibatan dalam kelompok keagamaan untuk mempelajari nilai agama lebih dalam. Sedangkan komunal tidak memiliki hubungan atau keterlibatan terhadap kelompok keagamaan, hanya menjadikan fungsi agama sebagai status.

### **2.3 Hubungan Antara Religiusitas Intrinsik dengan Resiliensi**

Resiliensi dapat diartikan sebagai suatu bentuk ketahanan yang dimiliki oleh setiap individu untuk melangsungkan kehidupannya. Dimana suatu bentuk ketahanan ini dimiliki oleh setiap individu yang sedang berada dalam keadaan yang penuh dengan tekanan.

Menurut Masten dan Reed (2002) salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi seseorang ketika sedang menghadapi berbagai macam tekanan ialah religiusitas. Banyak penelitian terdahulu yang telah menunjukkan bahwa resiliensi memang memiliki hubungan dengan religiusitas. Sebuah penelitian dari Siregar dan

Yurliarni (2015) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara religiusitas dengan resiliensi pada penyintas erupsi Gunung Sinabung. Artinya, semakin tinggi religiusitas penyintas erupsi Gunung Sinabung, maka semakin tinggi pula resiliensinya dalam menghadapi bencana erupsi tersebut.

Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian menurut Aisha (2014) yang menyimpulkan bahwa tingkat religiusitas yang tinggi dapat diasumsikan mampu meningkatkan kemampuan seseorang dalam mengatasi segala permasalahan yang berat dan menekan. Semakin tinggi nilai religiusitasnya maka semakin tinggi pula resiliensinya, sebaliknya semakin rendah nilai religiusitasnya, maka semakin rendah pula resiliensinya.

Tingkat resiliensi yang dimiliki oleh setiap individu adalah titik dasar yang nantinya akan menentukan setiap individu tersebut mampu atau tidak didalam menjalani kehidupan yang penuh dengan tekanan.

Allport dan Ross (1967) membagi orientasi agama menjadi dua bagian, yaitu religiusitas ekstrinsik dan religiusitas intrinsik. Religiusitas intrinsik adalah sebuah orientasi keagamaan, dimana seseorang yang berada pada orientasi ini akan langsung menginternalisasikan dan mengikuti agamanya dengan sepenuhnya.

Salah satu hasil penelitian dari Mosqueiro (2015) menyebutkan bahwa dalam sampel pasien rawat inap yang depresi, religiusitas intrinsik ditemukan memiliki hubungan yang tinggi untuk tingkat ketahanan, kualitas hidup, dan tingkat rasa ingin bunuh diri yang semakin berkurang pada pasien depresi.

Disamping itu berdasarkan hasil penelitian dari Woyciechowski (2007) yang telah melakukan penelitian tentang makna dalam kehidupan juga menunjukkan bahwa

religiusitas intrinsik berkorelasi secara positif dengan adanya makna dalam kehidupan seseorang.

Ketika seseorang memiliki religiusitas intrinsik yang tinggi dalam kehidupannya, maka dapat diartikan bahwa seseorang tersebut sudah menjalankan agamanya dengan sungguh-sungguh. Sehingga hal inilah yang akan menuntun seseorang tersebut untuk mampu dan bertahan dengan ikhlas untuk menemukan kehidupan yang penuh makna, walaupun seseorang tersebut sedang dihadapi dengan berbagai macam tekanan.

#### **2.4 Hipotesis Penelitian**

Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan yang positif dan signifikan antara religiusitas intrinsik dengan resiliensi pada *caregiver* ODS yang sedang menjalani rawat jalan di Rumah Sakit Jiwa Tampan Provinsi Riau. Semakin tinggi nilai religiusitas intrinsiknya maka semakin tinggi pula resiliensinya.