

**STUDI FENOMENOLOGI RESILIENSI PADA
PENGANGGURAN YANG TERDAMPAK PEMUTUSAN
HUBUNGAN KERJA (PHK) SAAT PANDEMI COVID-19**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk

Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program

Strata Satu (S1) Psikologi (S.Psi)



Mellanie Ramadhanti

J91218099

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA**

2022

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Studi Fenomenologi Resiliensi Pada Pengangguran yang Terdampak Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) Saat Pandemi COVID-19” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 27 Oktober 2022



Mellanie Ramadhanti

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Studi Fenomenologi Resiliensi Pada Pengangguran yang Terdampak Pemutusan
Hubungan Kerja (PHK) Saat Pandemi COVID-19

Oleh:

Mellanie Ramadhanti

NIM. J91218099

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 27 Oktober 2022

Dosen Pembimbing



Soffy Balgies, M.Psi, Psikolog

NIP. 197609222009122001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

STUDI FENOMENOLOGI RESILIENSI PADA PENGANGGURAN YANG TERDAMPAK PEMUTUSAN HUBUNGAN KERJA (PHK) SAAT PANDEMI COVID-19

Yang Disusun Oleh:
Mellanie Ramadhanti
J91218099

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada Tanggal 1 November 2022

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
Prof. Dr. Abdul Muhid, M.Si
NIP. 197502052003121002



Susunan Tim Penguji,
Penguji I,

Soffy Balgias, M.Psi, Psikolog
NIP. 197609222809122001

Penguji II,

Hj. Tatik Mukhoyyaroh, S.Psi., M.Si
NIP. 197605112009122002

Penguji III,

Lucky Abrorry, M.Psi
NIP. 197910012006041005

Penguji IV,

Nova Lusiana, M.Keb
NIP. 198111022014032001



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpustakaan@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : MELLANIE RAMADHANTI
NIM : J91218099
Fakultas/Jurusan : PSIKOLOGI DAN KESEHATAN/PSIKOLOGI
E-mail address : nmellaniey@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Studi Fenomenologi Resiliensi Pada Pengangguran yang Terdampak Pemutusan Hubungan Kerja

(PHK) Saat Pandemi COVID-19

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 3 November 2022

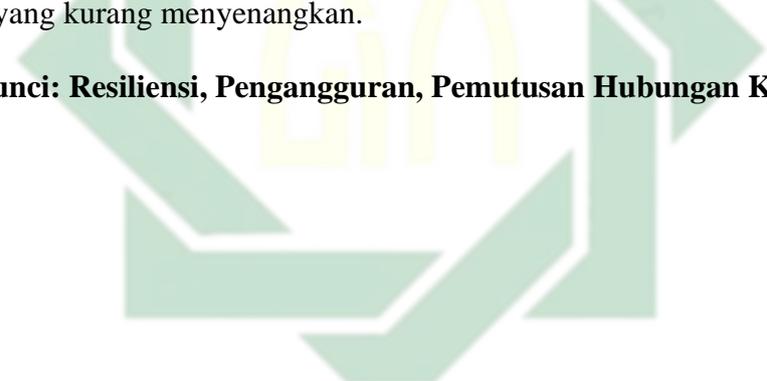
Penulis

(Mellanie Ramadhanti)
nama terang dan tanda tangan

INTISARI

Pandemi COVID-19 memberikan dampak negatif yang besar pada sektor ekonomi dunia sehingga mengakibatkan banyak perusahaan melakukan pemutusan hubungan kerja (PHK) pada karyawannya dan hal tersebut terjadi karena perusahaan tidak memiliki pemasukan untuk dapat memberi upah pada karyawan sehingga membuat karyawan menjadi pengangguran. Resiliensi merupakan bentuk kemampuan yang dimiliki individu untuk dapat membebaskan dirinya dari kondisi yang tidak menyenangkan. Resiliensi dapat digunakan oleh pengangguran untuk dapat meningkatkan kemampuannya dalam menyelesaikan permasalahan hidupnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bentuk-bentuk resiliensi pada pengangguran yang terdampak pemutusan hubungan kerja (PHK) saat pandemi COVID-19. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan desain penelitian fenomenologi dan subyek yang digunakan berjumlah tiga orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada ketiga subyek ditemukan berbagai bentuk resiliensi yang dapat meningkatkan kemampuan subyek dalam menyelesaikan masalahnya sehingga subyek dapat terbebas dari kondisi yang kurang menyenangkan.

Kata Kunci: Resiliensi, Pengangguran, Pemutusan Hubungan Kerja

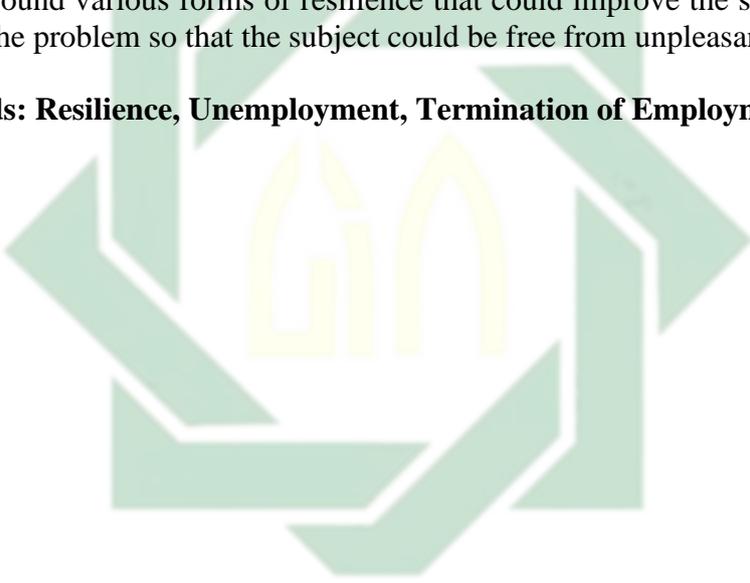


UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

ABSTRACT

The pandemic COVID-19 has had a major negative impact on the world's economic sector, resulting in many companies terminating their employees and this is because companies do not have the income to be able to provide wages to employees, thus making employees unemployed. Resilience is a form of individual's ability to be able to free himself from unpleasant conditions. Resilience can be used by the unemployed to improve their ability to solve their life problems. The purpose of this study was to determine the forms of resilience in the unemployed who were affected by layoffs during the pandemic COVID-19. The method used in this study is a qualitative method with a phenomenological research design and the subjects used are three people. The results showed that the three subjects found various forms of resilience that could improve the subject's ability to solve the problem so that the subject could be free from unpleasant conditions.

Keywords: Resilience, Unemployment, Termination of Employment (PHK)



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
INTISARI.....	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian.....	5
C. Keaslian Penelitian	5
D. Tujuan Penelitian.....	9
E. Manfaat Penelitian.....	9
F. Sistematika Pembahasan	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
A. Resiliensi	12
B. Pengangguran.....	19
C. Pemutusan Hubungan Kerja (PHK).....	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	29
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	29
B. Kehadiran Peneliti	29
C. Lokasi Penelitian	30
D. Sumber Data.....	31
E. Prosedur Pengumpulan Data.....	32
F. Analisis Data	32
G. Pengecekan Keabsahan Temuan	33
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
A. Seting Penelitian	35
B. Hasil Penelitian.....	38
C. Pembahasan.....	70
BAB V PENUTUP.....	85
A. Kesimpulan.....	85
B. Saran.....	89
DAFTAR PUSTAKA	90

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I <i>Guidence</i> Wawancara.....	94
Lampiran II Traskrip Wawancara	96
Lampiran III <i>Display</i> Data	133
Lampiran IV <i>Field Note</i>	141
Lampiran V <i>Informed Consent</i>	142
Lampiran VI Kartu Bimbingan Skripsi.....	145



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sektor ekonomi adalah salah satu sektor yang terdampak negatif dari hadirnya COVID-19. Di negara-negara besar seperti China, Australia, Jepang, Hongkong dan Korea Selatan mengalami penurunan dalam sistem ekonominya. Adanya penurunan dalam sektor ekonomi akibat COVID-19 juga dirasakan oleh Negara Indonesia (Yamali & Putri, 2020). Salah satu penyebab atas penurunan pada sektor ekonomi adalah karena adanya peraturan pemerintah dalam menekan lonjakan angka COVID-19 sehingga mengakibatkan berhentinya usaha setiap individu. Selain itu, dampak atas adanya peraturan pemerintah tersebut juga mengakibatkan perkantoran dan industri lainnya termasuk UMKM tidak diizinkan untuk beroperasi dalam waktu yang lama sehingga hal tersebut menyebabkan timbulnya kerugian yang besar pada sektor ekonomi Indonesia (Hadiwardoyo, 2020).

Dampak besar atas tidak diizinkannya perusahaan dalam beroperasi adalah penurunan pendapatan perusahaan sehingga mengakibatkan perusahaan melakukan pemutusan hubungan kerja (PHK) dikarenakan tidak mampu memberikan gaji pada karyawannya (Sulastri & Dede, 2021). Ketidakmampuan perusahaan dalam memberikan gaji pada karyawannya sehingga melakukan PHK terjadi di berbagai negara, termasuk negara besar.

Penelitian yang dilakukan oleh Muslim (2020) menyatakan bahwa pada tahun 2020 Disney melakukan PHK terhadap karyawannya sejumlah 60.000 karyawan. Hal tersebut terjadi karena berhentinya dunia hiburan secara total akibat hadirnya COVID-19, sehingga perusahaan Disney tidak memiliki pemasukan keuangan dan hal tersebutlah yang menyebabkan karyawan Disney di PHK.

Di Indonesia, dampak atas hadirnya COVID-19 menyebabkan banyaknya pegawai yang terkena PHK dan berakhir menjadi pengangguran di mana hal tersebut ditunjukkan oleh data dari Kementerian Tenaga Kerja yang dilakukan pada tahun 2020 yang menyatakan bahwa sejumlah 114.340 perusahaan melakukan PHK terhadap karyawannya dan sejumlah 1.943.916 karyawan dirumahkan oleh perusahaan (Yamali & Putri, 2020).

Tingginya angka PHK menyebabkan banyak pegawai yang pada awalnya memiliki pekerjaan namun saat ini menjadi pengangguran. Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) dapat diketahui bahwa angka pengangguran di Indonesia pada tahun 2015 hingga 2019 cenderung menurun, namun dengan datangnya COVID-19 mengakibatkan angka pengangguran pada tahun 2020 melonjak tinggi. Peningkatan angka pengangguran menjadi 9,77 juta yang pada awalnya berada di angka 2,67 juta (Goma, 2021).

Pada umumnya, PHK merupakan berakhirnya hubungan kerja karena suatu alasan sehingga menyebabkan berakhir pula hak dan kewajiban antara pekerja dan pengusaha (Nurachmad, 2009). Hadirnya fenomena COVID-19 berdampak negatif pada kondisi masyarakat terlebih pada pegawai yang

terkena PHK. Dampak tersebut dapat berupa seperti timbulnya keresahan, bahkan terdapat masyarakat yang terganggu pada kondisi psikologisnya seperti merasa takut, cemas, dan depresi (Asrun & Nurendra, 2021). Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Robillard et al. (2020) yang menyatakan bahwa PHK berdampak pada kondisi psikologis pegawai yaitu dengan timbulnya kecemasan dan ketakutan yang dirasakan oleh pegawai untuk kelangsungan hidupnya saat tidak memiliki pekerjaan bahkan dapat memunculkan permasalahan lain seperti stres dan depresi.

Penelitian lain juga menyatakan bahwa PHK di masa pandemi COVID-19 menyebabkan timbulnya kecemasan dan stres sehingga mengganggu kondisi psikologis dan kesehatan mental pekerja yang terkena dampak PHK (Setyaningrum & Yanuarita, 2020). Selain itu, PHK dapat mempengaruhi berbagai kondisi kesehatan mental pegawai seperti depresi; harga diri rendah; ketidakbahagiaan; gangguan jiwa; bahkan menyebabkan timbulnya kematian atas kasus bunuh diri (Sulastri & Dede, 2021).

Adanya penelitian-penelitian tersebut sejalan dengan kejadian langsung pada masyarakat. Seperti adanya berita dari [jatim.suara](http://jatim.suara.com) yang disampaikan oleh Gunandha (2020) bahwa pemuda yang berasal dari Jombang berusia 23 tahun dengan inisial AJ ditemukan meninggal dunia akibat melakukan bunuh diri dan setelah dilakukan penyelidikan dapat diketahui bahwa AJ merupakan korban PHK dan semenjak AJ terkena PHK AJ mengurung diri dirumahnya sehingga menyebabkan AJ mengalami depresi berat.

Pegawai yang terkena PHK atas COVID-19 harus mampu untuk bangkit kembali yang dapat dilakukan dengan cara mengatasi rasa cemas, takut, dan stress hal tersebut bertujuan supaya pegawai mampu mengelola perasaannya dengan baik sehingga mampu bertahan dalam kondisi krisis ekonomi atau dapat dikatakan bahwa sebagai korban PHK, pegawai harus memiliki kemampuan untuk bertahan hidup dengan baik yang salah satunya dapat dilakukan dengan cara resiliensi.

Resiliensi dapat diartikan sebagai suatu cara individu untuk menyesuaikan dirinya dengan baik ketika menghadapi situasi yang sulit atau dalam situasi yang penuh ancaman sehingga memunculkan rasa trauma maupun stress, sehingga individu mampu untuk bangkit, bertahan, dan belajar dari pengalaman dengan baik (Dryden, 2007). Resiliensi dapat membantu individu untuk menyesuaikan diri dengan baik sehingga mampu untuk beradaptasi dengan berbagai rasa kecewa yang ada. Individu yang resilien ditandai dengan individu yang mampu untuk sabar dan tabah dalam menghadapi permasalahan hidup karena dengan adanya resiliensi akan membantu individu untuk tetap aman dalam menjalani kehidupan (Asrun & Nurendra, 2021).

Pada saat dilakukannya survey awal dengan subyek yang berinisial IW dan menyatakan bahwa setelah terkena PHK dari perusahaan yang memperkerjakannya selama dua puluh tahun lebih yang pada awalnya IW merasa sedih dan kecewa ditambah dengan meninggalnya sosok suami namun IW mampu untuk resilien dengan cara mengembangkan pola pikirnya sehingga

IW mampu membuka usaha rumahan *cathering* dan IW juga memperkerjakan tetangganya dan IW mampu untuk bertahan hidup sampai saat ini dengan baik. Hal tersebut yang membuat peneliti memilih IW sebagai subyek dalam penelitian ini karena IW sudah sesuai dengan karakteristik dalam penelitian ini.

Selain subyek IW terdapat dua subyek yang lain yang sesuai dengan karakteristik dalam penelitian ini, yaitu subyek dengan inisial SH dan NC. Pada saat dilakukan survey awal dengan SH dapat diketahui bahwa setelah di PHK SH mengalami penurunan ekonomi dan ditambah dengan pekerjaan suaminya yang sebagai ojek *online* juga mengalami penurunan pendapatan namun hal tersebut tidak menyebabkan SH menyerah sehingga saat ini SH telah memiliki pekerjaan sebagai wirausaha dan menjadi pengaush anak.

Pada subyek dengan inisial NC diketahui bahwa setelah di PHK, NC belum bisa menerima keadaannya saat itu karena tidak adanya pemasukan ekonomi yang diperoleh NC. Namun saat ini NC telah menerima keadaannya karena NC telah menjadi wirausaha dengan membuka usaha *cathering* makanan dan kue.

B. Fokus Penelitian

Penelitian ini berfokus pada “Bagaimana bentuk resiliensi pada pengangguran yang terdampak pemutusan hubungan kerja (PHK) saat pandemi COVID-19”

C. Keaslian Penelitian

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang sesuai dan mendukung tema atau topik yang hendak diteliti. Diantaranya, penelitian yang menunjukkan

bahwa PHK membuat pekerja mengalami masa sulitnya, seperti merasa stress, terpuruk, dan trauma. Untuk menghilangkan perasaan negatif tersebut dapat dilakukan resiliensi. Bentuk resiliensi yang dapat dilakukan seperti membaca surah Al-Fatihah, sabar, shalat, dan bersyukur dianggap dapat dilakukan pada pengangguran yang terdampak PHK pada era pandemi (Asrun & Nurendra, 2021).

Penelitian lain menunjukkan bahwa pandemi COVID-19 menyebabkan banyak perusahaan mengalami kebangkrutan hingga mengakibatkan karyawan terkena PHK. Karyawan yang terkena PHK harus mampu untuk berjuang dalam menghadapi hidupnya yang salah satunya dapat dilakukan dengan resiliensi. Karyawan yang memiliki tingkat resiliensi sedang dapat ditunjukkan dengan keadaan karyawan yang cukup mampu dalam beradaptasi dan tetap teguh dalam keadaan sulit (Kawilarang & Kadiyono, 2021).

Penelitian berikutnya, menyatakan bahwa Al-Fatihah adalah suatu bentuk dalam psikoterapi islam yang dapat dilakukan untuk mengatasi berbagai permasalahan hidup, salah satunya adalah PHK di mana dapat mengakibatkan timbulnya perasaan stress, sedih, dan cemas karena telah kehilangan pekerjaan. Al-Fatihah diharapkan dapat meningkatkan resiliensi pada karyawan yang terkena PHK (Asrun & Muthalib, 2021).

Selain itu, terdapat hasil penelitian yang menunjukkan bahwa PHK dapat menyebabkan seseorang kehilangan pekerjaannya, kehilangan aktivitas, status, dan dinamika sosial sehingga mengakibatkan PHK adalah hal yang tidak diinginkan setiap orang. Resiliensi adalah salah satu upaya yang dapat

membuat seseorang untuk bangkit dengan menerapkan bentuk-bentuk resiliensi yang sesuai dengan kemampuan seseorang (Hisbullah & Hudin, 2020).

Penelitian lain menyatakan bahwa resiliensi merupakan bentuk faktor internal yang dapat menguatkan keadaan karyawan yang terkena PHK yang dapat ditunjukkan dengan kemampuan individu untuk bangkit dari keadaan yang menyulitkan dengan cara menciptakan optimis dari dalam diri individu, mengatur emosi, dan melakukan berbagai kegiatan yang bermanfaat sehingga membuat individu tidak lagi merasa bersedih atas perubahan status dalam pekerjaannya (Hakim et al., 2022).

Serupa dengan hasil tersebut, diketahui bahwa diperlukan kemampuan individu untuk *move on* atas keterpurukkan karena di PHK secara sepihak oleh perusahaan tempat bekerja. Individu dengan tingkat religiusitas yang tinggi mampu untuk bangkit dari keterpurukkan tersebut. Selain itu, individu yang memiliki resiliensi juga mampu untuk bangkit yang ditunjukkan dengan kemampuan dalam mengendalikan emosinya, mampu menemukan jalan keluar atas permasalahannya, bersikap optimis untuk mewujudkan impiannya, dan mampu menerima keadaannya dengan baik (Centhaya & Wijono, 2022).

Penelitian berikutnya menyatakan bahwa dalam menghadapi PHK pada awalnya merasa terkejut namun para subyek mampu menerima keadaan yang ada karena adanya kondisi ekonomi sehingga mengakibatkan subyek cepat untuk bangkit. Selain itu, adanya dukungan sosial dari lingkungan tempat

tinggalnya mampu menjadikan dorongan agar subyek bangkit kembali (Apriawal, 2022)

Serupa dengan penelitian diatas bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh yang positif bagi individu dalam menjalani hidupnya sehingga dapat meningkatkan resiliensi pada karyawan yang menjadi korban PHK. Selain itu, dengan adanya sifat optimisme dan kepercayaan diri yang tinggi mampu mempengaruhi individu untuk meningkatkan resiliensinya (Putri et al., 2021).

Selain itu ada pula yang menyatakan bahwa sikap rasa syukur juga dapat meningkatkan resiliensi pasca PHK oleh perusahaan. Kebersyukuran dan adanya keyakinan akan Tuhan-Nya mampu menciptakan pengaruh yang positif, sehingga karyawan yang mengalami stress mampu menjalani hidupnya kembali dengan penuh semangat. Sikap rasa syukur merupakan salah satu bentuk dari resiliensi yang berasal dari diri individu atau internal (Pondalos & Santi, 2021).

Penelitian terakhir menunjukkan bahwa salah satu hal yang dapat meningkatkan resiliensi pada karyawan yang terdampak PHK adalah adanya kepemilikan atas sifat optimisme. Optimisme mampu membangkitkan kepercayaan diri individu serta menjadi bentuk pertahanan diri individu dalam menghadapi kesulitan yang ada (Yoga et al., 2022).

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu dapat diketahui bahwa resiliensi atas karyawan korban pemutusan hubungan kerja (PHK) menjadi suatu fokus masalah yang utama, namun hal yang membedakan dengan penelitian ini adalah bentuk metodologinya dan yang menjadi fokus pada

penelitian ini menggunakan metodologi kualitatif dengan jenis penelitian fenomenologi.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bentuk resiliensi pada pengangguran yang terdampak pemutusan hubungan kerja (PHK) saat pandemic COVID-19.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui resiliensi pada pengangguran yang terdampak pemutusan hubungan kerja (PHK). Penelitian ini diharapkan dapat membawa manfaat untuk menambah pengetahuan akan informasi maupun wawasan dalam keilmuan terutama pada bidang psikologi industri dan organisasi dan bidang psikologi sosial.\

2. Manfaat Praktis

Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat membawa manfaat bagi pihak-pihak yang terkait, antara lain:

- a) Manfaat praktis bagi perusahaan, yaitu untuk bisa memberikan kebijakan yang baik bagi kedepannya dalam membuat kebijakan tentang pemutusan hubungan kerja (PHK).
- b) Manfaat praktis bagi pengangguran yang terdampak pemutusan hubungan kerja (PHK), yaitu untuk mengetahui bahwa terdapat berbagai bentuk resiliensi yang dapat digunakan agar bisa bangkit kembali.

- c) Manfaat praktis bagi peneliti, yaitu untuk menambah pengalaman dan pengetahuan dalam bidang psikologi.

F. Sistematika Pembahasan

Pada penelitian ini terdiri atas lima bab yang telah tersusun secara sistematis sehingga dapat menunjukkan hasil penelitian yang baik dan mudah untuk dipahami. Adapun langkah-langkah yang menjadi sistematika dalam proses penyusunan penelitian ini adalah sebagai berikut:

Bab pertama merupakan bagian dari pendahuluan yang berisikan latar belakang permasalahan, fokus penelitian, keaslian penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika pembahasan. Latar belakang masalah menjelaskan tentang konteks yang mendasari munculnya permasalahan dalam penelitian. Fokus penelitian menjelaskan tentang rincian pernyataan atau pertanyaan yang menjadi fokus dari penelitian. Keaslian penelitian memuat kajian tentang penelitian terdahulu yang sesuai dengan konteks penelitian. Tujuan penelitian menunjukkan pernyataan yang menjadi tujuan atas dilakukannya penelitian. Manfaat penelitian menjelaskan kegunaan dari hasil penelitian.

Bab kedua merupakan bagian yang menjelaskan tentang kajian pustaka dan kerangka teori. Kajian pustaka berisikan teori-teori yang digunakan dalam penelitian. Kerangka teori berisikan pandangan subyektif dan posisi peneliti atas fokus yang akan dikaji.

Bab ketiga merupakan bagian dari metode penelitian yang berisikan pendekatan dan jenis penelitian, kehadiran penelitian, lokasi penelitian, sumber

data, prosedur pengumpulan data, analisis data, dan pengecekan keabsahan temuan. Pendekatan dan jenis penelitian menggambarkan jenis pendekatan dan jenis penelitian yang akan digunakan. Kehadiran penelitian menjelaskan peran peneliti dalam mengumpulkan data. Lokasi penelitian menjelaskan karakteristik lokasi yang digunakan dalam penelitian. Sumber data menjelaskan tentang bagaimana cara mendapatkan data yang digunakan dalam penelitian. Prosedur pengumpulan data menguraikan Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian. Analisis data berisikan proses dalam penelitian. Pengecekan keabsahan temuan menjelaskan usaha peneliti dalam mendapatkan keabsahan temuannya.

Bab keempat merupakan bagian yang menjelaskan hasil penelitian dan pembahasan yang berisikan setting penelitian, hasil penelitian, dan pembahasan. Setting penelitian menjelaskan kondisi dan situasi nyata selama penelitian berlangsung. Hasil penelitian mendeskripsikan tentang temuan penelitian dan hasil analisis data. Pembahasan menjelaskan hasil analisis data yang lebih luas dengan membandingkan dengan teori.

Bab kelima merupakan bagian dari penutup yang berisikan kesimpulan dan saran. Kesimpulan menjelaskan hasil penelitian secara singkat yang sesuai dengan fokus penelitian. Saran menjelaskan implikasi dari hasil penelitian.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Resiliensi

1. Pengertian Resiliensi

Resiliensi merupakan suatu cara individu untuk menyesuaikan dirinya dengan baik ketika menghadapi situasi yang sulit atau dalam situasi yang penuh ancaman sehingga memunculkan rasa trauma maupun stress, sehingga individu mampu untuk bangkit, bertahan, dan belajar dari pengalaman dengan baik (Dryden, 2007). Resiliensi dapat membuat individu untuk tetap terjaga dalam keadaan yang baik dan memiliki solusi yang produktif saat berjumpa dengan kesulitan maupun trauma yang mengakibatkan munculnya stress dalam sebuah kehidupan (Reivich, K., & Shatte, 2003).

García-León et al. (2019) menyatakan bahwa resiliensi dapat membuat individu untuk mampu dalam mengatasi berbagai permasalahan yang mengakibatkan individu merasa frustrasi. Individu yang resilien ditunjukkan dengan berhasilnya individu dalam mengatasi permasalahannya sehingga membuat individu terbebas dari masalah. Seligowski et al. (2019) menambahkan bahwa resiliensi adalah bentuk kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk dapat membebaskan dirinya dari kondisi yang tidak menyenangkan.

Tuwah (2016) berpendapat bahwa dalam pandangan psikologi positif, resiliensi dapat diartikan dengan kemampuan individu yang mampu untuk bangkit dari pengalaman yang buruk sehingga membuat individu mampu untuk berubah menjadi lebih baik. Selain itu, resiliensi merupakan hasil dari emosi positif yang dapat memunculkan kebahagiaan dan mampu membuat individu mengalami kebermaknaan dalam hidupnya.

2. Aspek-aspek Resiliensi

Resiliensi sangat penting untuk dimiliki setiap individu karena dengan adanya resiliensi dapat membuat individu mampu untuk menyelesaikan permasalahannya dengan bijak. Dalam menyelesaikan permasalahan harus memperhatikan tujuh aspek resiliensi, antara lain:

a) Regulasi Emosi

Regulasi emosi diartikan sebagai pengendalian diri sendiri atas emosi individu. Dalam regulasi emosi terdapat dua hal yang dapat memudahkan individu, yaitu sikap tenang dan fokus karena dengan dua hal tersebut akan membantu individu untuk meredakan emosi yang dirasakannya sehingga stress yang dirasakan oleh individu juga akan berkurang.

b) Pengendalian Impuls

Adanya kemampuan individu dalam menahan dorongan maupun tekanan yang ada pada diri serta mengendalikan keinginannya. Individu yang resilien akan mampu untuk mengendalikan dirinya karena apabila

individu tidak mampu untuk mengendalikan dirinya akan membuat individu cepat untuk mengalami perubahan emosi.

c) Optimisme

Adanya harapan dan keyakinan individu untuk mewujudkan cita-cita dan masa depannya yang bahagia. Individu yang resilien memiliki kemampuan untuk mengatasi esedihan dalam hidupnya sehingga dapat membuat individu untuk memiliki kepercayaan diri dalam menyelesaikan berbagai permasalahan dan mampu mengendalikan dirinya.

d) Empati

Adanya kemampuan individu untuk dapat merasakan emosi orang lain dan memahami perasaan maupun pikirannya sendiri. Individu yang memiliki empati yang tinggi dapat diartikan juga memiliki kualitas hubungan social yang baik

e) Analisis Penyebab Masalah

Kemampuan individu untuk mengetahui penyebab permasalahan yang timbul dihidupnya. Individu yang resilien tidak akan menyalahkan orang lain atas kesalahan yang telah dilakukan karena individu yang resilien akan memegang kendali penuh atas permasalahannya sehingga individu tersebut akan bangkit dan meraih kesuksesan.

f) Efikasi Diri

Adanya keyakinan yang dimiliki individu atas kemampuannya dalam menyelesaikan permasalahan dengan cara efektif. Dalam efikasi diri

individu yang resilien ditandai dengan adanya komitmen dalam menyelesaikan masalah dan tidak mudah menyerah sehingga individu tersebut akan mampu membangun keberhasilannya.

g) *Reaching Out*

Kemampuan individu untuk dapat meningkatkan hal-hal positif atau aspek positif atas keterpurukkan yang telah terjadi dalam hidupnya (Reivich, K., & Shatte, 2003).

3. Faktor-faktor Resiliensi

Grotberg (2000) menjelaskan bahwa dalam resiliensi terdapat tiga faktor yang menjadi sumber atas resiliensi, yaitu:

a) *I am* (Kemampuan Individu)

Kemampuan individu diartikan dengan adanya kekuatan dalam dirinya sendiri seperti tingkah laku, perasaan, dan kepercayaan diri yang baik. Individu yang resilien ditandai dengan kepemilikan atas sifat yang menarik dan penyayang dimana individu bangga atas apa yang telah diperoleh dan adanya harga diri maupun kepercayaan diri yang tinggi sehingga membantu mengatasi kesulitan.

b) *I can* (Kemampuan sosial dan interpersonal)

Kemampuan sosial dan interpersonal pada individu ditandai dengan adanya kemampuan berkomunikasi dan memecahkan masalah dengan baik, mampu mengekspresikan perasaan dan pikiran, mampu menemukan dan meminta bantuan orang lain, mampu menceritakan masalahnya, serta mampu menyelesaikan masalah pribadinya.

c) *I have* (Sumber dukungan emosional)

Sumber resiliensi yang berasal dari dukungan lingkungan disekitar. Dukungan yang berasal dari keluarga seperti orang tua, saudara, ataupun orang lain penting dalam membantu individu bersikap mandiri.

4. Karakteristik Individu Resilien

Wolin & Wolin (1993) menyatakan bahwa terdapat tujuh ciri-ciri individu yang dapat dikatakan resilien, yaitu:

a) *Insight*

Individu yang memiliki *insight* akan membantunya untuk memahami dirinya sendiri dan orang lain karena *insight* membuat individu dapat bertanya dan menjawab hal yang dipertanyakannya. Selain itu, *insight* juga akan membantu individu untuk menyesuaikan diri dengan berbagai situasi.

b) Kemandirian

Kemampuan inidividu untuk melakukan apapun sendiri dan tanpa bergantung pada orang lain. Dalam kemandirian akan melibatkan kemampuan individu untuk menjaga keseimbangan antara jujur pada diri sendiri dan peduli pada orang lain.

c) Hubungan

Hubungan diartikan sebagai kemampuan individu dalam mengembangkan kualitas komunikasinya dengan orang lain. Individu yang resilien ditunjukkan dengan adanya kemampuan dalam

mengembangkan hubungan yang jujur, saling mendukung, dan berkualitas bagi kehidupan.

d) Inisiatif

Adanya inisiatif atau ide atas diri sendiri akan membantu individu untuk selalu memperbaiki dirinya, bertanggung jawab atas kehidupannya dengan melibatkan tanggung jawab atas kehidupan atau masalah yang dihadapinya, dan selalu meningkatkan kemampuannya dalam menghadapi hal-hal yang tidak dapat diubah.

e) Kreativitas

Kemampuan individu dalam mengekspresikan dan menghibur dirinya dalam situasi yang susah sehingga mampu untuk menghasilkan berbagai ide dalam menghadapi permasalahannya. Individu yang resilien mampu untuk mempertimbangkan segala konsekuensi atas perilaku yang dilakukannya atau dalam menjalani segala tantangan dalam hidupnya dan mampu membuat keputusan yang tepat.

f) Humor

Adanya humor dapat membuat individu merasakan kebahagiaan dalam berbagai keadaannya karena humor akan melibatkan kemampuan untuk melihat sisi terang dari kehidupan. Individu yang resilien memiliki humor untuk memandang tantangan hidup dengan cara yang lebih baik.

g) **Moralitas**

Kemampuan individu untuk dapat mengambil sisi positif dari berbagai permasalahannya dengan berorientasi pada nilai-nilai kehidupan. Individu yang resilien ditandai dengan kemampuan dalam melakukan evaluasi diri, mampu membuat keputusan yang tepat tanpa adanya rasa takut, dan memiliki kemampuan untuk dapat membantu orang lain yang membutuhkannya.

5. Fungsi Resiliensi

Reivich, K., & Shatte (2003) menyatakan bahwa terdapat beberapa fungsi resiliensi untuk kehidupan, yaitu:

a) *Overcoming* (Mengatasi)

Kemampuan individu untuk mengubah sudut pandang ke arah lebih baik dan adanya motivasi sehingga membuat individu dapat Bahagia.

b) *Steering Through* (Pengendalian Diri)

Kemampuan individu dalam mengendalikan dirinya dalam menghadapi peristiwa yang sulit.

c) *Bouncing Back* (Menyembuhkan Diri)

Suatu cara individu untuk melakukan tindakan yang positif agar dapat terbebas dari permasalahannya.

d) *Reaching Out* (Pencapaian)

Bentuk kemampuan individu dalam meningkatkan hal yang positif dalam dirinya sehingga tujuan hidupnya tercapai dengan baik.

B. Pengangguran

1. Pengertian Pengangguran

Tingkat kesejahteraan individu akan terus bertambah apabila memiliki pemasukan keuangan atau pendapatan yang diperoleh jika individu tersebut bekerja, namun tidak semua individu memiliki pekerjaan atau disebut dengan menganggur. Individu yang menjadi pengangguran diartikan bahwa individu tersebut tidak memiliki pendapatan sehingga tingkat kesejahtraannya rendah (Hasyim, 2017).

Pengangguran merupakan suatu kondisi pada seseorang yang ingin mendapatkan pekerjaan namun belum memperoleh pekerjaan walaupun sudah tergolong dalam Angkatan kerja (Sukirno, 2016). Pengangguran memiliki istilah yang disebut dengan tuna karya yang berarti bahwa individu yang berada pada kondisi tidak memiliki pekerjaan atau berada pada kondisi sedang mencari pekerjaan, memiliki pekerjaan namun kurang dari dua hari dalam seminggu, dan dapat di definisikan dengan individu yang memiliki usaha untuk mendapatkan pekerjaan yang lebih baik dari sebelumnya (Silalahi et al., 2013).

Pengangguran juga dapat disebut dengan sumber daya yang terbuang karena individu yang menganggur merupakan individu yang tidak memberikan kontribusi dalam memajukan pendapatan nasional negara walaupun sebenarnya individu tersebut memiliki potensi untuk berkontribusi dalam memajukan pendapatan nasional (Sukirno, 2000).

2. Jenis-jenis Pengangguran

Sukirno (2000) membagi macam-macam pengangguran menjadi dua kelompok, yaitu pengangguran berdasarkan cirinya dan sebab terjadinya. Pengangguran berdasarkan cirinya terbagi menjadi empat macam, yaitu:

a) Pengangguran Terbuka

Pengangguran terbuka merupakan suatu jenis pengangguran dengan tenaga kerja yang benar-benar tidak memiliki pekerjaan yang terjadi karena lowongan pekerjaan yang rendah daripada penambahan tenaga kerja, adanya kegiatan ekonomi yang menurun, adanya kemajuan teknologi yang dapat mengakibatkan pengurangan tenaga kerja, dan terjadi karena adanya kemunduran dari perkembangan industri.

b) Pengangguran Tersembunyi

Pengangguran tersembunyi merupakan jenis pengangguran dengan kelebihan tenaga kerja karena perusahaan yang terlalu kecil sehingga antara tenaga kerja dengan besarnya perusahaan tidak sama rata.

c) Setengah Menganggur

Tenaga kerja dengan jenis pengangguran setengah menganggur dicirikan dengan tenaga kerja yang memiliki jam kerja kurang dari 35 jam dalam seminggu atau hanya bekerja dalam satu hingga dua hari dengan estimasi satu hingga empat jam dalam sehari.

d) Pengangguran Bermusim

Pengangguran bermusim dapat dicirikan dengan tenaga kerja yang

hanya bekerja pada musim tertentu dan biasanya terjadi pada sector pertanian dan perikanan.

Kemudian terdapat macam pengangguran yang berdasarkan pada sebab terjadinya dan terbagi menjadi tiga macam, yaitu:

a) Pengangguran Friksional

Pengangguran kontemporer merupakan pengangguran yang terjadi karena munculnya faktor yang menyebabkan munculnya keterhambatan waktu dalam mempertemukan pencari kerja dengan lowongan pekerjaan.

b) Pengangguran Struktural

Pengangguran struktural terjadi karena adanya perubahan dalam struktur perekonomian sehingga terdapat peningkatan keterampilan pada klasifikasi tenaga kerja dan mengakibatkan para pencari kerja tidak dapat menyesuaikan keterampilan yang dibutuhkan oleh perusahaan.

c) Pengangguran Konjungtur

Pengangguran konjungtur merupakan pengangguran yang terjadi karena adanya pengangguran dalam permintaan agregat sehingga banyak munculnya pengangguran alamiah. Hasyim (2017) menjelaskan bahwa pengangguran konjungtur merupakan pengangguran siklikal yang dapat didefinisikan dengan pengangguran yang terjadinya karena adanya faktor ekonomi yang bersifat konjungtur atau naik-turun.

3. Dampak Pengangguran

Sukirno (2000) menjelaskan bahwa pengangguran memiliki dampak negatif yang dapat ditinjau dalam dua aspek, yaitu:

a) Dampak Terhadap Bidang Perekonomian

- 1) Pengangguran mengakibatkan terjadinya perbedaan antara pendapatan nasional riil (nyata) yang cenderung rendah daripada pendapatan potensial (pendapatan yang seharusnya), sehingga masyarakat tidak dapat mencapai kemakmuran dalam bidang ekonomi.
- 2) Pengangguran mengakibatkan pemerintah memperoleh pendapatan pajak yang rendah sehingga dana yang digunakan untuk kegiatan ekonomi maupun pembangunan negara akan berkurang.
- 3) Pengangguran mengakibatkan kemunduruan pada sektor swasta yaitu perusahaan kelebihan kapasitas mesin sedangkan tenaga buruh yang dibutuhkan rendah dan pengangguran juga mengakibatkan perusahaan menerima keuntungan yang rendah.

b) Dampak Terhadap Kehidupan Individu dan Masyarakat

- 1) Pengangguran mengakibatkan individu kehilangan mata pencarian pendapatannya.
- 2) Individu yang menjadi pengangguran akan kehilangan keterampilan yang dimilikinya dalam suatu pekerjaan.
- 3) Adanya ketidakstabilan dalam sosial dan politik yang disebabkan oleh lemahnya kegiatan ekonomi sehingga menimbulkan ketidakpuasan masyarakat terhadap pemerintah.

C. Pemutusan Hubungan Kerja (PHK)

1. Pengertian Pemutusan Hubungan Kerja (PHK)

Undang-Undang No.13 Tahun 2003 Pasal 1 Angka 25 menjelaskan definisi Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) yang diartikan sebagai pengakhiran hubungan kerja karena suatu hal tertentu yang mengakibatkan berakhirnya hak dan kewajiban antara pekerja dan pengusaha. PHK pada dasarnya merupakan masalah yang kompleks karena dengan PHK akan menimbulkan berbagai permasalahan seperti pengangguran, kriminalitas, dan kesempatan kerja (Silambi, 2019).

Pemutusan hubungan kerja merupakan awal dari penderitaan yang akan dihadapi oleh seorang pekerja terlebih jika pekerja tersebut memiliki tanggungan seperti keluarga. Oleh karena itu pengusaha, pekerja/buruh, serikat pekerja/serikat buruh dan pemerintah dengan segala upaya harus mengusahakan agar tidak terjadi pemutusan hubungan kerja (Basri, 2006).

2. Faktor Penyebab Pemutusan Hubungan Kerja (PHK)

Zulhartati (2012) menjelaskan bahwa PHK dapat terjadi karena terdapat empat penyebab, yaitu:

a) *Termination*

PHK yang disebabkan dengan berakhirnya kontrak kerja antara pegawai dengan perusahaan.

b) *Dismissal*

PHK yang disebabkan karena pegawai yang melanggar aturan perusahaan sehingga terjadi permasalahan.

c) *Redundancy*

PHK yang disebabkan karena berkembangnya teknologi secara lebih canggih sehingga mampu menggantikan peran pegawai.

d) *Retrenchment*

PHK yang disebabkan karena adanya permasalahan dalam sektor ekonomi dunia sehingga mengakibatkan terjadinya krisis ekonomi.

Selain itu, dalam Undang-Undang Ketenagakerjaan dijelaskan bahwa PHK telah diatur dalam ketentuan pasal 150-172 yang menjabarkan berbagai faktor penyebab perusahaan melakukan PHK terhadap karyawannya, antara lain:

- a) Pasal 154 tentang berakhirnya hubungan kerja karena beberapa hal antara lain: karena pekerja meninggal dunia, pekerja mencapai usia pensiun, dan berakhirnya hubungan kerja sesuai dengan perjanjian kerja waktu tertentu.
- b) Pasal 158 tentang karyawan terbukti telah melakukan kesalahan berat seperti memberikan keterangan palsu atau yang dipalsukan sehingga merugikan perusahaan.
- c) Pasal 160 tentang karyawan ditahan oleh pihak yang berwajib dikarenakan bukan atas laporan pengusaha.
- d) Pasal 161 tentang pekerja melakukan pelanggaran atas kesepakatan kerja, peraturan perusahaan dan peraturan internal lainnya yang telah disepakati, setelah perusahaan telah memberikan surat peringatan sebanyak 3 kali secara berturut-turut kepada pekerja.

- e) Pasal 163 tentang perubahan status, penggabungan atau peleburan kepemilikan.
- f) Pasal 164 tentang perusahaan mengalami kerugian atau perusahaan bangkrut sehingga mengakibatkan perusahaan ditutup yang dibuktikan dengan laporan keuangan.
- g) Pasal 165 tentang perusahaan dalam keadaan Pailit.
- h) Pasal 168 tentang karyawan mangkir atau karyawan tidak masuk bekerja tanpa ijin minimal selama 5 hari berturut-turut dimana perusahaan telah melakukan pemanggilan sebanyak 2 kali dan karyawan tidak dapat memberikan alasan yang dapat diterima perusahaan (Khakim, 2014).

3. Jenis-jenis Pemutusan Hubungan Kerja (PHK)

Basri (2006) menjelaskan bahwa Pemutusan Hubungan Kerja terbagi menjadi empat jenis, antara lain:

- a) Pemutusan Hubungan Kerja oleh Pengusaha

PHK oleh pengusaha menghasilkan dua sudut pandang yang berbeda antara pengusaha dan pekerja. Pada pandangan pengusaha adanya PHK maka operasional perusahaan dapat dipertahankan dan dapat menghindari pemborosan tenaga kerja, penghematan biaya usaha, menjaga keseimbangan perusahaan, dan alasan lain yang muncul sehingga pengusaha selalu berkeinginan bebas dan terhindar dari segala tuntutan kewajiban yang membebaninya. Dalam pandangan pekerja, PHK adalah hilangnya mata pencaharian yang menghidupinya.

b) Pemutusan Hubungan Kerja oleh Pekerja

PHK oleh pekerja/buruh dilakukan langsung oleh pekerja di mana pekerja harus menyatakan keinginannya tersebut dalam waktu 1 (satu) bulan sebelum mengundurkan diri dari pekerjaan. Apabila pekerja/buruh mengundurkan diri secara diam-diam perbuatan pekerja tersebut dianggap perbuatan melawan hukum. Untuk menghindari segala akibat dari tindakan yang berlawanan dengan hukum seorang pekerja harus secepatnya membayar ganti rugi atau mengakhiri hubungan kerja tersebut secara mendesak.

c) Pemutusan Hubungan Kerja Batal Demi Hukum

PHK batal demi hukum terjadi karena selesainya pekerjaan yang dilakukan oleh pekerja, seperti pada pekerja borongan di mana pekerjaannya akan selesai dengan waktu tertentu sehingga hubungan kerja akan berakhir dengan sendirinya. Hubungan kerja putus demi hukum dapat pula terjadi jika pekerja meninggal dunia.

d) Pemutusan Hubungan Kerja oleh Pengadilan

PHK oleh pengadilan dapat dilakukan kapan saja atas permohonan pihak pemberi kerja maupun pekerja yang diajukan dengan permintaan tertulis kepada Pengadilan Negeri sesuai. Biasanya Pengadilan Negeri akan mengabulkan permohonan tersebut setelah memanggil atau mendengar alasan-alasan kedua belah pihak. PHK oleh pengadilan tidak akan menimbulkan masalah bagi kedua belah pihak.

D. Kerangka Teoritik

Pengangguran merupakan individu yang tidak memiliki pekerjaan yang dapat disebabkan oleh berbagai hal seperti pemutusan hubungan kerja atau PHK yang dilakukan oleh perusahaan kepada pegawainya. Alasan PHK dilakukan karena terjadi suatu kesalahan baik dari pegawai maupun dari perusahaan seperti perusahaan yang bangkrut. Perusahaan yang bangkrut salah satu penyebabnya adalah rendahnya sektor ekonomi negara yang dapat terjadi karena suatu bencana alam maupun non-alam, seperti COVID-19.

Pegawai yang menjadi pengangguran karena terkena PHK akan mengalami masa-masa sulit dalam hidupnya karena terdapat kesenjangan ekonomi yang dirasakan saat masih memiliki pekerjaan terlebih apabila pengangguran tersebut adalah kepala keluarga. Masa-masa sulit tersebut dapat berdampak pada kondisi psikologis pengangguran seperti munculnya kesedihan, stress, depresi, kecewa, dan lainnya.

Pengangguran harus mampu untuk bangkit dalam keterpurukan ekonominya dan terdapat suatu cara yang dapat dilakukan seperti resiliensi. Adanya resiliensi dapat membangkitkan lagi semangat hidup para pengangguran dan dapat membuat pengangguran untuk lebih memaknai hidupnya. Resiliensi sangat berfungsi dengan baik untuk menjalani kehidupan, seperti pendapat yang dikemukakan oleh Reivich, K., & Shatte (2003) bahwa resiliensi dapat mengatasi berbagai permasalahan dalam hidup, resiliensi dapat mengendalikan diri individu saat menghadapi kesulitan, resiliensi dapat

menyembuhkan diri individu agar terbebas dari permasalahan, dan resiliensi dapat membuat individu mencapai tujuan dalam hidupnya.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang bertujuan untuk memahami fenomena yang dialami langsung oleh subjek penelitian yang dilakukan secara holistik dengan mendeskripsikan konteks ke dalam bentuk kata dan bahasa dengan memanfaatkan berbagai macam metode ilmiah (Moleong, 2011). Pendekatan kualitatif digunakan karena peneliti akan berfokus untuk menggali secara lengkap dan detail terkait dengan bentuk resiliensi pada pengangguran yang berdampak pemutusan hubungan kerja (PHK) saat pandemi COVID-19.

Dalam pendekatan kualitatif terdapat berbagai jenis penelitian, dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian fenomenologi. Penelitian fenomenologi merupakan penelitian yang berfokus pada sebuah fenomena yang dialami oleh individu bukan berfokus pada pengalaman individu yang digambarkan dengan kondisi sebenarnya sehingga terkesan naturalistic (Lodico et al., 2010).

B. Kehadiran Peneliti

Pada penelitian kualitatif, kehadiran peneliti memiliki peran sebagai instrument dan pengumpul data. Dalam penelitian ini kehadiran peneliti berperan sebagai pengamat responden yang dapat diartikan bahwa dalam

proses pengumpulan data peneliti melakukan pengamatan dan mendengarkan secara teliti kalimat-kalimat yang diucapkan oleh responden (Arikunto, 2002).

Dalam penelitian kualitatif, peneliti melakukan sendiri ataupun dengan meminta bantuan pada orang lain saat melakukan pengumpul data utama. Moleong (2011) menjabarkan beberapa tugas peneliti dalam penelitian kualitatif yaitu peneliti berperan sebagai perencana, pelaksana, pengumpul data, analisis, penafsir data, dan menjadi pelopor pada hasil penelitiannya sehingga dapat diartikan bahwa peneliti menjadi bagian dari keseluruhan proses penelitian.

C. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di rumah masing-masing responden. Responden atau subyek yang pertama dengan inisial IW bertempat tinggal di daerah Bratang dan berada pada bagian Surabaya Selatan. IW tinggal di lingkungan yang padat penduduk dan di seberang rumah IW terdapat masjid tertua di daerahnya. Di lingkungan IW juga terdapat beragam jenis pekerjaan yaitu guru, TNI, pedagang, wiraswasta, kurir, asisten rumah tangga (ART), pekerja bangunan, penjahit, dan PNS. Alasan peneliti melakukan proses wawancara di tempat tinggal IW dikarenakan menyesuaikan dengan keadaan IW.

Responden atau subyek kedua dengan inisial SH bertempat tinggal di daerah Dupak dan berada pada bagian Surabaya Utara. SH tinggal di lingkungan yang sangat padat penduduk karena berada di pinggir Kota Surabaya dan lokasi rumah SH berada tepat di samping rel kereta api sehingga membuat sering terjadi kebisingan. Alasan peneliti melakukan proses

wawancara di tempat tinggal SH dikarenakan menyesuaikan dengan keadaan SH. Responden atau subyek ketiga dengan inisial NC bertempat tinggal di daerah Manyar Surabaya yang merupakan bagian dari Surabaya Timur.

D. Sumber Data

Sumber data yang diperoleh pada penelitian ini berdasarkan hasil wawancara pada ketiga subyek yang sesuai dengan kualifikasi peneliti, yaitu: 1) Subyek dipilih berdasarkan pertimbangan peneliti dengan jumlah subyek 3 orang, 2) Subyek tersebut mengalami PHK atas pandemi COVID-19, 3) Subyek sudah memiliki usaha dengan berwirausaha. Berikut peneliti lampirkan identifikasi awal subyek.

Pada tahun 2020, subyek IW terdampak PHK oleh perusahaan tempatnya bekerja selama 24 tahun. Sebelum di PHK, subyek IW sudah menjadi kepala rumah tangga karena suaminya sudah meninggal dunia beberapa bulan sebelum di PHK. Sebagai kepala rumah tangga membuat subyek IW harus bisa memenuhi kebutuhannya dan anaknya sehari-hari dan hal tersebut membuat subyek IW terus berjuang dengan menjalankan usaha catering yang menerima pesanan makanan sehingga saat ini keadaan ekonomi subyek IW telah terpenuhi dengan baik.

Pada September 2020, subyek SH terdampak PHK oleh perusahaan tempatnya bekerja selama lebih dari 20 tahun karena pandemi COVID-19. Hal tersebut mengakibatkan pendapatan ekonomi subyek SH menurun karena suami subyek SH yang bekerja sebagai ojek *online* juga mengalami penurunan pendapatan, selain itu usaha yang telah dimiliki oleh subyek SH sebelum di

PHK yaitu gorengan juga mengalami penurunan namun hal tersebut tidak membuat subyek SH menyerah sehingga saat ini subyek SH telah memenuhi kebutuhan sehari-harinya dengan baik karena usaha gorengan subyek SH semakin ramai dan subyek SH memiliki pekerjaan tambahan sebagai pengasuh anak.

Pada pertengahan tahun 2021, subyek NC terdampak PHK pada perusahaan tempatnya bekerja selama lebih dari 20 tahun. Untuk membangkitkan kondisi ekonomi, subyek NC membuka usaha catering makanan dan kue yang bermula karena percobaan yang telah dilakukan oleh subyek NC dalam membuat kue sehingga mengakibatkan subyek NC membuat usaha catering tersebut.

E. Prosedur Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan cara wawancara. Wawancara dilakukan dengan teknik wawancara semi terstruktur yang dapat diartikan sebagai teknik wawancara yang telah mempersiapkan daftar pertanyaan yang akan didalami oleh peneliti kemudian responden dapat menjawab pertanyaan tersebut sesuai dengan pengalamannya (Bastian et al., 2018).

F. Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada pendapat yang dikemukakan oleh Miles and Huberman dalam Herdiansyah (2015) bahwa analisis data pada penelitian kualitatif terdiri atas empat tahapan: tahap

pertama mengumpulkan data, tahap kedua melakukan reduksi data, tahap ketiga *display* data, dan tahap keempat penarikan kesimpulan.

G. Pengecekan Keabsahan Temuan

Penelitian kualitatif dapat dipertanggungjawabkan sebagai penelitian ilmiah dengan uji keabsahan data. Adapun uji keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut (Sugiyono, 2006):

1. Uji Kredibilitas

Uji kredibilitas data dapat dilakukan dengan beberapa cara, salah satunya adalah dengan triangulasi data. Pada penelitian ini menggunakan triangulasi data dengan triangulasi sumber. Triangulasi sumber merupakan Teknik untuk menguji kredibilitas data dengan mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber.

2. Uji Transferabilitas

Uji transferabilitas merupakan uji validitas eksternal dalam penelitian kuantitatif. Hasil penelitian kualitatif harus disusun secara rinci, jelas, sistematis, dan dapat dipercaya agar penelitian tersebut dapat digunakan dalam konteks dan situasi yang lain.

3. Uji Dependabilitas

Uji dependabilitas dilakukan dengan melakukan audit pada keseluruhan proses penelitian. Audit dilakukan oleh dosen pembimbing untuk mengaudit keseluruhan aktivitas peneliti dalam melakukan penelitian.

4. Uji Konfirmabilitas

Uji konfirmabilitas berkaitan dengan menguji hasil penelitian, dikaitkan dengan proses yang dilakukan dalam penelitian. Uji konfirmabilitas dilakukan bersamaan dengan uji dependabilitas oleh dosen pembimbing.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Seting Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 13 Oktober 2022 – 21 Oktober 2022 di rumah masing-masing responden atau subyek dan dalam penelitian ini menggunakan tiga orang subyek yang telah di PHK oleh perusahaan tempat bekerja saat pandemi COVID-19 dan ketiga subyek tersebut saat ini sudah memiliki usaha sendiri atau berwirausaha. Pada lingkungan tempat tinggal subyek termasuk kedalam lingkungan yang padat penduduk di mana subyek menjalin komunikasi yang baik dengan tetangganya sehingga hal tersebut dapat membantu proses resiliensi pada subyek.

Berikut ini adalah profil dari ketiga subyek penelitian, sebagai berikut:

1. Profil Subyek Pertama

Subyek pertama berinisial IW dan berjenis kelamin perempuan. Subyek saat ini berusia 48 tahun dan tinggal di daerah Bratang Surabaya. Subyek tinggal bersama keluarganya yang terdiri atas dua orang anak, satu orang menantu, dan dua orang cucu. Suami subyek sudah meninggal dunia sejak tahun 2020 karena sakit kanker dan tidak berselang lama atas kematian suaminya, subyek mendapatkan PHK oleh perusahaan tempatnya bekerja.

Sebelum terkena PHK, subyek bekerja di salah satu perusahaan yang bergerak dibidang kecantikan selama 24 tahun dan memperoleh

pendapatan sesuai dengan rata-rata gaji Kota Surabaya. Saat ini subyek membuka bisnis sendiri atau dapat dikatakan berwirausaha, yaitu dengan membuka usaha catering. Subyek menjalani usahanya tidak sendiri melainkan mengajak tetangganya yang juga seorang ibu rumah tangga untuk ikut bergabung bersama usaha cateringnya.

Pada lingkungan tempat tinggalnya, subyek menjalin komunikasi dengan baik dan subyek juga mengikuti beberapa kegiatan yang berhubungan dengan orang lain seperti pengajian, arisan, dan lain-lain. Subyek memiliki sifat percaya diri yang ditunjukkan saat subyek terkena PHK lalu subyek percaya bahwa dengan membuka usaha catering dan dengan memberi kesempatan pada tetangganya untuk ikut bergabung sehingga dapat meningkatkan ekonomi subyek maupun tetangganya.

2. Profil Subyek Kedua

Subyek kedua berinisial SH dan berjenis kelamin perempuan. Subyek saat ini berusia 58 tahun dan tinggal didaerah Dupak Surabaya. Subyek tinggal bersama keluarganya yang terdiri atas suami, dua orang anak, satu menantu, dan satu orang cucu. Suami dan salah satu anak subyek bekerja sebagai driver ojek online. Subyek telah di PHK oleh perusahaan tempatnya bekerja sejak tahun 2020.

Sebelum terkena PHK, subyek telah bekerja selama lebih dari 20 tahun di salah satu perusahaan di Surabaya sebagai staff umum dan memperoleh pendapatan sesuai dengan rata-rata gaji Kota Surabaya. Selain bekerja di perusahaan tersebut, subyek juga memiliki usaha sampingan

yang dilakukannya saat subyek selesai bekerja di perusahaan, yaitu dengan membuka usaha gorengan di daerah DPRD Kota Surabaya. Pada awalnya usaha gorengan tersebut mulai dilakukan jam lima sore hingga jam 11 malam, namun setelah di PHK subyek mengubah waktu jualannya yaitu dimulai dari jam delapan pagi hingga jam sebelas malam, selain itu subyek juga menitipkan gorengannya ke warung-warung sekitar rumahnya.

Pada lingkungan tempat tinggalnya, subyek menjalin komunikasi yang baik dengan lingkungan sekitar. Subyek juga tinggal di daerah yang padat penduduk dan tinggal di daerah pinggir rel kereta api. Subyek memiliki sifat optimisme yang tinggi yang ditunjukkan dengan kegigihan subyek untuk dapat membahagiakan anaknya yang belum berumah tangga. Subyek saat ini juga menjadi pengasuh anak, hal tersebut dilakukannya akan keperluan rumah tangga dapat terpenuhi dengan baik.

3. Profil Subyek Ketiga

Subyek ketiga berinisial NC dan berjenis kelamin perempuan. Subyek saat ini berusia 47 tahun dan tinggal di daerah Manyar Kertoarjo Surabaya. Saat ini subyek tinggal bersama keluarganya yang terdiri atas suami dan anak tunggalnya. Subyek di PHK oleh perusahaan tempatnya bekerja pada bulan desember tahun 2020.

Sebelum terkena PHK, subyek telah bekerja di salah satu perusahaan di Surabaya sebagai staff therapist selama 20 tahun dan memperoleh pendapatan sesuai dengan rata-rata gaji Kota Surabaya. Saat ini subyek

membuka usaha sendiri atau dapat dikatakan berwirausaha, yaitu dengan membuka usaha catering untuk makanan utama maupun kue-kue.

Pada lingkungan tempat tinggalnya, subyek menjalin komunikasi yang baik. Selain itu, komunikasi subyek dengan keluarganya juga terjalin dengan baik. Subyek memiliki sifat mandiri yang tinggi karena subyek tidak mau jika hidupnya terus-menerus bergantung pada orang lain terutama pada suaminya dan hal tersebutlah yang membuat subyek untuk berwirausaha.

B. Hasil Penelitian

Fokus penelitian ini adalah bagaimana bentuk resiliensi pada pengangguran yang terdampak pemutusan hubungan kerja (PHK) saat pandemi COVID-19. Dalam penelitian ini, peneliti membagi kedalam tiga bentuk yaitu:

1) Gambaran Resiliensi

Pada gambaran resiliensi mengacu pada pendapat Wolin & Wolin (1993) yang menjabarkan bahwa terdapat tujuh ciri-ciri individu yang resilien, yaitu memiliki insight, kemandirian, hubungan, inisiatif, kreativitas, humor, dan moralitas.

2) Faktor Pembentuk Resiliensi

Faktor pembentuk resiliensi mengacu pada pendapat Grotberg (2000) yang membagi faktor pembentuk resiliensi menjadi tiga, yaitu *I am*, *I can*, dan *I have*.

3) Dinamika Resiliensi

Pada dinamika resiliensi menggunakan pendapat yang dikemukakan oleh Reivich, K., & Shatte (2003) yang membagi kedalam tujuh aspek atau dinamika resiliensi, yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, empati, analisis penyebab masalah, efikasi diri, dan *reaching out*.

1. Deskripsi Temuan Penelitian

Hasil wawancara yang diperoleh peneliti berpedoman pada *guidance* yang telah disusun peneliti berdasarkan gambaran resiliensi, faktor pembentuk resiliensi, dan dinamika resiliensi. Peneliti telah menemukan beberapa temuan lapangan yang terbagi dalam beberapa tema.

a) Gambaran Resiliensi

Gambaran resiliensi ini berkaitan dengan ciri-ciri atau karakteristik individu yang dianggap resilien yang terbagi atas tiga subyek, sebagai berikut:

1) Subyek IW

a. *Insight*

Insight didapatkan berupa cara individu untuk dapat memahami dirinya sendiri. *Insight* yang dialami IW terkait dengan bentuk individu memahami dirinya dan kondisinya nampak pada hasil wawancara berikut .:

“ya bagaimana lagi mbak ya harus dijalani walaupun ini bukan hal yang diharapkan (A1/IW/T25)”.

b. Kemandirian

Kemandirian berkaitan dengan kemampuan individu untuk melakukan apapun dengan sendiri dan tanpa bergantung pada orang lain. Pertanyaan yang diajukan kepada IW terkait tingkat kemandirian individu setelah di PHK.

“sejak suami meninggal lalu saya di PHK ya kan mau gak mau saya juga harus tetap berdiri sendiri biar bisa bertahan hidup (A1/IW/T27)”.

c. Hubungan

Hubungan berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengembangkan kualitas komunikasinya dengan orang lain. Pertanyaan yang diajukan kepada IW terkait bentuk komunikasi subyek dengan orang lain.

“sejak suami meninggal saya mencoba untuk lebih terbuka dengan orang lain dan saya juga ikut perkumpulan ibu-ibu buat pengajian ya saya gitu juga biar gak merasa sepi (B1/IW/B7)”.

d. Inisiatif

Inisiatif berkaitan dengan bentuk tindakan individu untuk memperbaiki dirinya dan bertanggung jawab atas kehidupannya.

Pertanyaan yang diajukan kepada IW terkait bentuk inisiatif IW yang dilakukan setelah di PHK

“dulu saya dan suami sama-sama bekerja jadi ekonomi terpenuhi dengan baik lalu suami sakit jadinya uda gak kerja dan bisa di bilang kalau saya tulang punggung keluarga dan untuk me-nambah penghasilan saya coba buat terima pesenan makanan (A1/IW/B12)”.

e. Kreativitas

Kreativitas berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengekspresikan dan menghibur dirinya saat menghadapi permasalahannya. Pertanyaan yang diajukan kepada IW terkait cara IW untuk meningkatkan kemampuannya.

“setelah di PHK berarti kan pekerjaan tetap saya sudah gak ada terus jadinya usaha catering ini saya jalanin jadi usaha tetap saya terus saya kembangkan usaha ini dengan menawarkan ke teman-teman yang punya hajatan biar pakai catering saya (A1/IW/B13)”.

f. Humor

Humor berkaitan dengan cara individu untuk meniadakan kebahagiaan dalam permasalahannya. Pertanyaan yang diajukan terkait cara IW untuk mengatasi kesedihan.

“kan kita kalau terpuruk kan gak boleh sedih terus dan kalau gitu malah kita gak bisa bangkit ya jadi harus dibuat gurauan aja kayak saya main sama cucu itu bisa meningkatkan kebahagiaan saya terus memasak kan hobi saya yang seka-rang jadi pekerjaan utama saya ya saya senang juga kalau masak (B1/IW/B8)”.

g. Moralitas

Moralitas berkaitan dengan kemampuan individu untuk memperoleh sisi positif dari permasalahannya. Pertanyaan yang diajukan terkait kemampuan IW untuk membantu orang lain saat kesusahan.

“saat posisi saya kesulitan ekonomi itu saya mutar otak berfikir apa yang harus saya lakukan tanpa menyusahkan orang lain ya jadinya saya meneruskan cate-ring saya bahkan saya sekarang juga mengajak tetangga saya yang ibu

rumah tangga buat nambah penghasilan dengan membantu saya menjalankan catering (B1/IW/B5)”.

2) Subyek SH

a. Insight

Insight berkaitan dengan cara individu untuk dapat memahami dirinya sendiri. Pertanyaan yang diajukan kepada SH terkait dengan bentuk individu memahami dirinya dan kondisinya.

“ya mungkin saya di PHK karena umur saya juga yang sudah tua terus ditambah lagi dengan adanya pandemi jadi faktornya tambah kuat (B1/SH/B3)”.

b. Kemandirian

Kemandirian berkaitan dengan kemampuan individu untuk melakukan apapun dengan sendiri dan tanpa bergantung pada orang lain. Pertanyaan yang diajukan kepada SH terkait tingkat kemandirian individu setelah di PHK.

“sejak di PHK lalu suami kan gojek juga sepi jadi saya ya tetap jualan gorengan aja dari pada harus minta uang ke suami kan itu juga untuk menaikkan ekonomi keluarga (B1/SH/B5)”.

c. Hubungan

Hubungan berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengembangkan kualitas komunikasinya dengan orang lain. Pertanyaan yang diajukan kepada SH terkait bentuk komunikasi subyek dengan orang lain.

“pas awal saya di PHK berarti saya kan juga banyak di rumah dan di rumah itu saya jadi merasa lebih dekat dengan

anak dan cucu saya karena pas masih kerja waktu saya lebih banyak dikerja dan pas selesai kerja kan saya juga langsung jualan gorengan (A2/SH/B7)”.

d. Inisiatif

Inisiatif berkaitan dengan bentuk tindakan individu untuk memperbaiki dirinya dan bertanggung jawab atas kehidupannya. Pertanyaan yang diajukan kepada SH terkait bentuk inisiatif yang dilakukan setelah di PHK

“saya kan jualan gorengan awalnya buat kerja samping-an aja yang mulai jam lima sore terus tutup jam sebelas malam terus sejak di PHK saya coba buat jualan gorengan jadi pekerjaan utama saya dan jam buka nya juga bertambah jadi jam delapan pagi sampai jam sebelas malam (B2/SH/B3)”.

e. Kreativitas

Kreativitas berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengekspresikan dan menghibur dirinya saat menghadapi permasalahannya. Pertanyaan yang diajukan kepada SH terkait cara IW untuk meningkatkan kemampuannya.

”biar saya dapat uang lebih banyak saya coba tawarkan usaha gorengan saya ke warung-warung sekitar rumah dan alhamdulillah ada warung yang mau ambil gorengan saya (B2/SH/B4)”.

f. Humor

Humor berkaitan dengan cara individu untuk mendapatkan kebahagiaan dalam permasalahannya. Pertanyaan yang diajukan terkait cara SH untuk mengatasi kesedihan.

“cucu sih mbak yang jadi semangat saya terus anak saya juga kan tinggal satu yang buat saya harus tetap tersenyum dan semangat terus saya juga kan sekarang sambil ngasuh

anak ya hal-hal yang dekat sama anak kecil bisa menambah kebahagiaan biar gak kepikiran lagi hal-hal buruk lainnya (B2/SH/B9)”

g. Moralitas

Moralitas berkaitan dengan kemampuan individu untuk memperoleh sisi positif dari permasalahannya. Pertanyaan yang diajukan terkait kemampuan SH untuk membantu orang lain saat kesusahan.

“pas saya kesulitan ekonomi ditambah dengan gojek suami yang sepi dan pandemi yang masih tinggi jadi gorengan ya sempat sepi bahkan sampai ma-sih ada sisa terus sisa gorengan itu saya bagikan ke orang-orang yang lewat di tempat saya jualan gorengan, saya begitu sebagai bentuk upaya kalau kita kesusahan terus membantu orang lain kan insyaAllah nanti kita juga bakal dibantu oleh Allah (A2/SH/B6)”

3) Subyek NC

a. Insight

Insight berkaitan dengan cara individu untuk dapat memahami dirinya sendiri. Pertanyaan yang diajukan kepada NC terkait dengan bentuk individu memahami dirinya dan kondisinya.

“saya di PHK karena menjadi korban atas pandemi COVID-19 selain itu usia saya yang saat itu sudah 45 tahun dan bekerja selama 20 tahun yang juga menjadi penyebab saya di PHK (C1/NC/B2) namun untuk saat ini saya sudah menerima keadaan tersebut (C1/NC/T33)”.

b. Kemandirian

Kemandirian berkaitan dengan kemampuan individu untuk melakukan apapun dengan sendiri dan tanpa bergantung pada

orang lain. Pertanyaan yang diajukan kepada NC terkait tingkat kemandirian individu setelah di PHK.

“alhamdulillah setelah di PHK saya memiliki prinsip bahwa saya tidak boleh bergantung pada orang lain dan saya harus memiliki usaha sendiri untuk menambah keuangan keluarga (C1/NC/B6)”.

c. Hubungan

Hubungan berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengembangkan kualitas komunikasinya dengan orang lain. Pertanyaan yang diajukan kepada NC terkait bentuk komunikasi subyek dengan orang lain.

“setelah di PHK kan saya gak langsung membuka usaha catering, nah disitu saya sempat menjadi pengangguran yang menghabiskan banyak waktunya di rumah (C1/NC/B3) Pas dirumah itu hubungan komunikasi saya dengan anak terjalin lebih dekat jika dibandingkan saat saya masih bekerja (C1/NC/B4)”.

d. Inisiatif

Inisiatif berkaitan dengan bentuk tindakan individu untuk memperbaiki dirinya dan bertanggung jawab atas kehidupannya. Pertanyaan yang diajukan kepada NC terkait bentuk inisiatif yang dilakukan setelah di PHK

“saat menghadapi situasi setelah di PHK itu saya mencoba untuk mencari kesibukan seperti mengantar anak kesekolah dan pada awalnya saya mencoba untuk membuat kue untuk dimakan sendiri (C1/NC/B12)”.

e. Kreativitas

Kreativitas berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengekspresikan dan menghibur dirinya saat menghadapi

permasalahannya. Pertanyaan yang diajukan kepada NC terkait cara untuk meningkatkan kemampuannya.

“saat mencoba membuat kue dan ternyata rasanya enak disitu saya mencoba untuk memasarkan kue buatan saya melalui whatsapp dan instagram dan alhamdulillah laku (C1/NC/B13)”.

f. Humor

Humor berkaitan dengan cara individu untuk mendapatkan kebahagiaan dalam permasalahannya. Pertanyaan yang diajukan terkait cara NC untuk mengatasi kesedihan.

“ya itu tadi saya bermain bersama anak yang membuat saya harus terlihat bahagia saat berada di dekatnya (C1/NC/T51)”.

g. Moralitas

Moralitas berkaitan dengan kemampuan individu untuk memperoleh sisi positif dari permasalahannya. Pertanyaan yang diajukan terkait kemampuan NC untuk membantu orang lain saat kesusahan.

“saya bisa membantu orang lain atau tetangga saya yang memerlukan tenaga saya tapi saya belum bisa membantu orang lain dalam bidang keuangan yak arena penghasilan saya juga sudah berbeda dari sebelumnya (C1/NC/B15)”.

b) Faktor Pembentuk Resiliensi

Faktor pembentuk resiliensi berkaitan dengan faktor-faktor yang menjadi sumber atas resiliensi individu yang terbagi atas tiga subyek, sebagai berikut:

1) Subyek IW

a. *I am* (Kemampuan Individu)

I am berkaitan dengan bentuk kekuatan yang ada pada diri individu sehingga membuat individu bangga atas dirinya. Pertanyaan yang diajukan terkait bentuk kekuatan IW atas dirinya.

“sebagai kepala keluarga ya saya harus terus berjuang untuk bisa mencukupi kebutuhan anak saya dan saya percaya bahwa apa yang saya inginkan pasti akan tercapai (B1/IW/B11) dan saya juga bangga atas apa yang sudah saya peroleh (B1/IW/T40)”.

b. *I can* (Kemampuan Sosial dan Interpersonal)

I can berkaitan dengan kemampuan individu dalam memecahkan masalahnya. Pertanyaan yang diajukan terkait tingkat kemampuan IW dalam memecahkan masalahnya.

“saat itu saya sempat untuk komunikasi dengan diri saya sendiri disitu saya coba bertanya bagaimana ya caranya biar bisa dapat penghasilan lagi dan saya juga berbincang sama anak saya biar saya gak mikir sendirian karena kan kalau kita memendam sendiri suatu masalah pasti kan susah jadi saya coba minta bantuan ke anak saya (A1/IW/B11)”.

c. *I have* (Sumber Dukungan Emosional)

I have berkaitan dengan dukungan yang diperoleh oleh lingkungan tempat tinggal individu untuk dapat resilien. Pertanyaan yang diajukan terkait bentuk dukungan yang diberikan pada IW.

“saya didukung penuh oleh anak saya untuk mengembangkan (B1/IW/T41) lingkungan juga yang salah satunya banyak tetangga saya yang pesan makanan di saya

kan itu salah satu bentuk bahwa usaha saya di dukung oleh lingkungan tempat tinggal saya (B1/TW/B12)”.

2) Subyek SH

a. *I am* (Kemampuan Individu)

I am berkaitan dengan bentuk kekuatan yang ada pada diri individu sehingga membuat individu bangga atas dirinya. Pertanyaan yang diajukan terkait bentuk kekuatan SH atas dirinya.

“saya merasa bangga dengan diri saya yang mampu bertahan saat kondisi ekonomi sulit dan pada akhirnya saya bisa bangkit dari keterpurukan (B2/SH/B6)”.

b. *I can* (Kemampuan Sosial dan Interpersonal)

I can berkaitan dengan kemampuan individu dalam memecahkan masalahnya. Pertanyaan yang diajukan terkait tingkat kemampuan SH dalam memecahkan masalahnya.

“ya tentunya salah satu proses saya bisa bangkit kan karena saya tidak sendiri, saya meminta bantuan pada suami dan anak saya bahkan pada keluarga saya yang lain untuk bisa membantu saya dan alhamdulillah mereka mau membantu saya dan saya juga sempat bertukar pikiran dengan suami (A2/SH/B4)”.

c. *I have* (Sumber Dukungan Emosional)

I have berkaitan dengan dukungan yang diperoleh oleh lingkungan tempat tinggal individu untuk dapat resilien. Pertanyaan yang diajukan terkait bentuk dukungan yang diberikan pada SH.

“saya dan keluarga saya terutama suami saya itu saling memberikan dukungan, teman-teman saya juga saling

memberikan dukungan yang baik dan apapun yang saya lakukan juga di beri dukungan oleh suami saya terutama saat saya kerja jadi pengasuh anak (B2/SH/B7)”.

3) Subyek NC

a. *I am* (Kemampuan Individu)

I am berkaitan dengan bentuk kekuatan yang ada pada diri individu sehingga membuat individu bangga atas dirinya. Pertanyaan yang diajukan terkait bentuk kekuatan NC atas dirinya.

“yang pastinya saya bangga dengan diri saya yang berjuang dan saat ini sudah berkecukupan karena memiliki penghasilan atas jerih payah saya sendiri (C1/NC/B14)”.

b. *I can* (Kemampuan Sosial dan Interpersonal)

I can berkaitan dengan kemampuan individu dalam memecahkan masalahnya. Pertanyaan yang diajukan terkait tingkat kemampuan NC dalam memecahkan masalahnya.

“dalam memecahkan masalah pasti perlu bantuan dari orang lain tapi disini saya yang lebih dominan (C1/NC/T37) karena selama saya bisa melakukannya sendiri maka akan saya lakukan (C1/NC/B5)”.

c. *I have* (Sumber Dukungan Emosional)

I have berkaitan dengan dukungan yang diperoleh oleh lingkungan tempat tinggal individu untuk dapat resilien. Pertanyaan yang diajukan terkait bentuk dukungan yang diberikan pada NC.

“suami saya memberikan dukungan untuk saya saat mencoba membuka usaha catering (C1/NC/T39) selain itu

saya juga berpikir bahwa saya harus bangkit dari semua ini (C1/NC/T40)”

c) **Dinamika Resiliensi**

Dinamika resiliensi berkaitan dengan aspek-aspek yang membuat individu menjadi resilien yang terbagi atas tiga subyek, sebagai berikut:

1) **Subyek IW**

a. **Regulasi Emosi**

Regulasi emosi berkaitan dengan pengendalian diri atas emosi individu. Pertanyaan yang diajukan terkait dengan bentuk IW dalam melakukan pengendalian emosinya.

“Saat krisis ekonomi bagi saya mulai terjadi pas suami mulai sakit tahun 2019 akhir karena suami jadinya gak kerja dan pendapatan menurun dan mulai saat itu saya menerima pesenan makanan (A1/IW/B10) Sabar itu kunci utama bagi saya karena kalau gak sabar pasti nanti jadinya stress (A1/IW/T26)”.

b. **Pengendalian Impuls**

Pengendalian impuls berkaitan dengan kemampuan individu dalam menahan dorongan dan tekanan yang ada pada diri.

Pertanyaan yang diajukan terkait dengan cara IW dalam mengendalikan emosinya.

“Ya saya merasakan emosi baik positif atau negatif (B1/IW/T20) kalau yang negatif si perasaan sedih kecewa terus saya jadi berpikir kalau sedih terus itu gak bagus kan seperti itu juga termasuk emosi positif (B1/IW/T22) Ya itu tadi saya mencoba berpikir positif kalau semua itu pasti ada jalan keluarnya (B1/IW/B6)”.

c. Optimisme

Optimisme berkaitan dengan harapan dan keyakinan individu untuk mewujudkan cita-cita dan masa depannya. Pertanyaan yang diajukan terkait bentuk keyakinan IW atas harapannya.

“Kehidupan karna kita kan gak tau mau hidup sampai kapan dan selama kita masih hidup berarti kita harus terus berjuang (B1/IW/T43). Percaya (B1/IW/T45). Harapan kebahagiaan sih (B1/IW/T6). Terus berjuang harus bisa bangkit dan jangan menyerah (B1/IW/T49). Pasti pasti terwujud (B1/IW/T50)”.

d. Empati

Empati berkaitan dengan kemampuan individu untuk dapat merasakan emosi orang lain. Pertanyaan yang diajukan terkait hal yang dilakukan IW saat temanya juga di PHK.

“kaget si enggak karena di awal sudah tau kalau ada beberapa ya di PHK tapi kalau sedih ya pasti (A1/IW/B15) Saling menguatkan, saling memberi dukungan, semangat (A1/IW/T28) Kita saling tersenyum dan saling meyakinkan diri kalau kita pasti bangkit (A1/IW/T29)”.

e. Analisis Penyebab Masalah

Analisis penyebab masalah berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengetahui penyebab masalah yang timbul dihidupnya. Pertanyaan yang diajukan terkait bentuk evaluasi diri IW atas permasalahannya.

“Melakukan evaluasi diri si pernah ya kayak berpikir gitu kenapa kok bisa saya yang kena PHK padahal saya sudah lama kerja di perusahaan ini (A1/IWB16) Ya itu berpikir tapi mungkin ini memang jalannya (A1/IW/T35)”.

f. Efikasi Diri

Efikasi diri berkaitan dengan keyakinan individu atas kemampuannya dalam menyelesaikan permasalahannya. Pertanyaan yang diajukan terkait cara IW dalam menyelesaikan permasalahannya.

“Setelah berpikir itu saya jadi bisa bangkit karena kalau dibiarin aja bagaimana saya bisa hidup kan (A1/IW/T37) Salah satu faktor saya di PHK kan karena pandemi ya harapan saya semoga pandemi ini gak dateng lagi (A1/IW/T39) Usaha seperti mendekati diri sama Allah terus menjalani hidup lebih semangat lagi (A1/IW/B17)”.

g. Reaching Out

Reaching out berkaitan dengan kemampuan individu dalam meningkatkan hal-hal yang positif yang dimilikinya. Pertanyaan yang diajukan terkait usaha yang dilakukan IW untuk bangkit dari keterpurukannya.

“selalu semangat dan ikhlas atas segala hal yang telah terjadi dan selalu memiliki pikiran yang positif (B1/IW/B13)”.

2) Subyek SH

a. Regulasi Emosi

Regulasi emosi berkaitan dengan pengendalian diri atas emosi individu. Pertanyaan yang diajukan terkait dengan bentuk SH dalam melakukan pengendalian emosinya.

“Bingung dan sempit kepikiran kalo kena PHK kan gak kerja sedangkan kebutuhan banyak (A2/SH/T38) Nomor 1 saya harus sabar dan berjuang untuk gimana bisa memenuhi kebutuhan (A2/SH/T40) Sabar dan bersyukur karena ini

memang jalannya yang penting tetap berusaha (A2/SH/T41)”.

b. Pengendalian Impuls

Pengendalian impuls berkaitan dengan kemampuan individu dalam menahan dorongan dan tekanan yang ada pada diri. Pertanyaan yang diajukan terkait dengan cara SH dalam mengendalikan emosinya.

“Negatif yang pastinya karena kan kehilangan pekerjaan (B2/SH/T41) Kalau saya ada cucu jadi sering terhibur dan sering pulang ke desa (B2/SH/T42)”.

c. Optimisme

Optimisme berkaitan dengan harapan dan keyakinan individu untuk mewujudkan cita-cita dan masa depannya. Pertanyaan yang diajukan terkait bentuk keyakinan SH atas harapannya.

“kebutuhan ekonomi gak boleh lemah jadi harus berjuang karena kalau gak berjuang kasihan anak (B2/SH/B10) Pasti percaya (B2/SH/T43) Ya itu jangan sampai terus menerus bersedih harus semangat gimanapun caranya (B2/SH/T44) Anakku kan tinggal 1 dan mau rumah tangga jadi aku harus bisa nuruti keinginannya (B2/SH/B11) InsyaAllah terwujud (B2/SH/T25)”.

d. Empati

Empati berkaitan dengan kemampuan individu untuk dapat merasakan emosi orang lain. Pertanyaan yang diajukan terkait hal yang dilakukan SH saat temanya juga di PHK.

“Ya sedih dan campur aduk gitu (B2/SH/T36) Ya harus sabar dan dijalani aja sama saling memberi semangat dan

menguatkan)B2/SH/T37) Pokoknya pas itu kita saling menyemangati buat jangan sampai jatuh lagi (B2/SH/T38)”.

e. Analisis Penyebab Masalah

Analisis penyebab masalah berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengetahui penyebab masalah yang timbul dihidupnya. Pertanyaan yang diajukan terkait bentuk evaluasi diri SH atas permasalahannya.

“Iya pernah apa karena aku sudah bekerja lama dan umur juga bertambah jadi saya termasuk yang kena (A2/SH/B8) Ya berpikir karena ya gimana lagi di jalani saja (A2/SH/T52)”.

f. Efikasi Diri

Efikasi diri berkaitan dengan keyakinan individu atas kemampuannya dalam menyelesaikan permasalahannya. Pertanyaan yang diajukan terkait cara SH dalam menyelesaikan permasalahannya.

“Alhamdulillah sudah karena saat ini saya sudah punya pekerjaan (A2/SH/T53) Ya saya pastinya berharap kalau COVID gak datang lagi (A2/SH/T54) Ya itu pastinya harus semangat karena itu utama (A2/SH/T55)”.

g. *Reaching Out*

Reaching out berkaitan dengan kemampuan individu dalam meningkatkan hal-hal yang positif yang dimilikinya. Pertanyaan yang diajukan terkait usaha yang dilakukan SH untuk bangkit dari keterpurukannya.

“Pastinya banyak dan salah satunya sabar, terus semangat, terus berjuang (B2/SH/T45)”.

3) Subyek NC

a. Regulasi Emosi

Regulasi emosi berkaitan dengan pengendalian diri atas emosi individu. Pertanyaan yang diajukan terkait dengan bentuk NC dalam melakukan regulasi emosinya.

“kaget pasti kecewa dan sedih juga (C1/NC/T34) saya selalu berdo'a karena saya masih mempunyai Allah yang bisa menolong saya kapanpun (C1/NC/T35)”.

b. Pengendalian Impuls

Pengendalian impuls berkaitan dengan kemampuan individu dalam menahan dorongan dan tekanan yang ada pada diri. Pertanyaan yang diajukan terkait dengan cara NC dalam mengendalikan emosinya.

“setelah mengetahui saya di PHK sih pastinya saya merasakan emosi yang negatif ya (C1/NC/T53) seperti itu tadi kecewa dan sedih dan cara saya mengendalikan diri saya ya dengan bermian bersama anak (T1/NC/B16)”.

c. Optimisme

Optimisme berkaitan dengan harapan dan keyakinan individu untuk mewujudkan cita-cita dan masa depannya.

Pertanyaan yang diajukan terkait bentuk keyakinan NC atas harapannya.

“hal yang memotivasi saya untuk terus berjuang ya kehidupan yang lebih baik (C1/NC/T55) Pastinya saya percaya (C1/NC/T56) Harapan bahwa semuanya akan terpenuhi dengan baik (C1/NC/T58) Ya saya akan terus berjuang dan berusaha dan saya yakin pasti akan terwujud (C1/NC/T59)”.

d. Empati

Empati berkaitan dengan kemampuan individu untuk dapat merasakan emosi orang lain. Pertanyaan yang diajukan terkait hal yang dilakukan NC saat temanya juga di PHK.

“saat itu nangis bareng dan sedih gitu karena yang di PHK salah satunya juga teman dekat saya (C1/NC/T23) Disitu kita saling menguatkan dan memberikan dukungan (C1/NC/T25) Kita saling meyakinkan diri bahwa badai pasti berlalu (C1/NC/T27)”.

e. Analisis Penyebab Masalah

Analisis penyebab masalah berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengetahui penyebab masalah yang timbul dihidupnya. Pertanyaan yang diajukan terkait bentuk evaluasi diri NC atas permasalahannya.

“ya pastinya saya melakukan evaluasi atas diri saya dengan berpikir dan meyakinkan diri bahwa saya pasti bangkit (C1/NC/B7)”.

f. Efikasi Diri

Efikasi diri berkaitan dengan keyakinan individu atas kemampuannya dalam menyelesaikan permasalahannya. Pertanyaan yang diajukan terkait cara NC dalam menyelesaikan permasalahannya.

“setelah melakukan evaluasi pikiran saya lebih terbuka sehingga saya bisa dengan cepat menyelesaikan masalah ini (C1/NC/B8) Ya saya berharap COVID ini gak ad alagi yak arena banyak karyawan-karyawan yang terkena dampaknya (C1/NC/T44) Usaha yang saya lakukan setelah di PHK ya saya berjualan kue-kue dan membuka catering makanan (C1/NC/B9)”.

g. Reaching Out

Reaching out berkaitan dengan kemampuan individu dalam meningkatkan hal-hal yang positif yang dimilikinya. Pertanyaan yang diajukan terkait usaha yang dilakukan N untuk bangkit dari keterpurukannya.

“yang nomor 1 itu selalu berdo’a dan selalu semangat untuk berjuang demi kehidupan yang lebih baik (C1/NC/T61)”.

2. Hasil Analisis Data

Berdasarkan hasil data dilapangan yang diperoleh oleh peneliti dapat diketahui bahwa ketiga subyek tersebut terkena PHK atas pandemi COVID-19 sehingga ketiga subyek tersebut menjadi korban atas pengurangan pegawai yang dilakukan oleh perusahaan tempatnya bekerja.

Hasil temuan data yang berkaitan dengan bentuk-bentuk resiliensi pada pengangguran yang terdampak PHK atas pandemi COVID-19 dapat digambarkan berdasarkan fokus penelitian sebagai berikut:

a) Gambaran Resiliensi

Gambaran resiliensi berkaitan dengan ciri-ciri atau karakteristik individu yang dapat dikatakan resilien yang terbagi menjadi tujuh karakteristik yaitu insight, kemandirian, hubungan, inisiatif, kreativitas, humor, dan moralitas. Pada ketiga subyek ditemukan gambaran atas resiliensinya yang akan terbagi kedalam karakteristik.

1) *Insight*

Insight adalah wawasan yang dimiliki oleh individu yang dapat membantu individu untuk memahami keadaan dirinya sendiri. Pada

ketiga subyek ditemukan bentuk insight yang berbeda-beda. Subyek pertama IW menyatakan bahwa ia terkena PHK karena pandemi COVID-19 sehingga mengakibatkan banyak perusahaan yang mengurangi jumlah pegawainya. Setelah di PHK IW telah mampu untuk menerima keadaannya dengan lapang dada. Selain itu, saat ini IW telah menjalani hidupnya dengan baik walaupun tidak sesuai dengan yang diharapkan.

Subyek kedua menyatakan bahwa SH terkena PHK selain karena adanya pandemi COVID-19 juga beranggapan bahwa umur adalah salah satu pengaruh yang menjadikannya karyawan yang terkena PHK. Akan tetapi SH mampu untuk memahami keadaan dirinya setelah PHK sehingga membuatnya bisa menerima segala kondisi yang ada

Subyek ketiga NC menyatakan jika dirinya terkena PHK karena usianya yang sudah 45 tahun saat itu dan ditambah lagi dengan datangnya pandemi COVID-19 yang menyebabkan perusahaannya mengalami kerugian dan mengakibatkan banyak pegawai yang terkena dampaknya seperti di PHK.

2) Kemandirian

Kemandirian adalah kemampuan yang dimiliki individu untuk melakukan apapun dengan sendiri dan tanpa bergantung pada orang lain. Setelah terkena PHK, ketiga subyek mampu untuk mandiri dan tanpa bergantung pada orang lain. Subyek pertama menyatakan

bahwa semenjak suaminya meninggal dunia IW sudah mulai untuk mandiri walaupun saat itu belum terkena PHK dan setelah terkena PHK IW tidak terlalu terkejut karena kemandiriannya sudah terbentuk sebelumnya. IW beranggapan bahwa jika tidak bisa berdiri sendiri maka tidak akan bisa bertahan hidup.

Subyek kedua SH menyatakan bahwa suaminya berprofesi sebagai ojek online dan saat pandemi COVID-19 hadir mengakibatkan ojek online juga menurun dan ditambah lagi dengan PHK yang dirasakan oleh SH. SH juga mengungkapkan walaupun ditengah pandemi COVID-19 tetap berjualan gorengan, hal tersebut dilakukan agar SH tidak bergantung pada orang lain terutama pada suaminya. Subyek ketiga mengungkapkan bahwa NC memiliki prinsip untuk tidak terlalu bergantung pada orang lain, sehingga hal tersebutlah yang membuatnya mencoba untuk berwirausaha.

3) Hubungan

Hubungan adalah kemampuan yang dimiliki individu dalam mengembangkan kualitas komunikasinya dengan orang lain. Ketiga subyek mampu untuk menjalin hubungan yang baik dengan lingkungan sekitarnya. Subyek pertama IW menyatakan bahwa semenjak suami meninggal dunia dan IW terkena PHK IW mencoba untuk lebih terbuka dengan lingkungan sekitarnya. Hal tersebut ditunjukkan dengan keikutsertaan IW dalam grup pengajian yang sebelumnya belum pernah di ikuti. Selain itu, IW beranggapan bahwa

dengan menjalin komunikasi yang baik dengan orang lain membuatnya tidak merasakan kesepian.

Subyek kedua SH menyatakan bahwa dengan di PHK mengakibatkan hubungannya dengan keluarga menjadi lebih dekat, hal tersebut dikarenakan saat SH masih bekerja di perusahaan dan setelah bekerja SH langsung berjualan gorengan sehingga mengakibatkan hubungannya dengan keluarga menjadi kurang. Hal berbeda saat SH di PHK, SH menyatakan bahwa setelah di PHK waktu SH lebih banyak berada dirumah sehingga hubungannya dengan keluarga terutama dengan anak dan cucunya semakin terjalin dengan baik. Subyek ketiga NC menjelaskan bahwa setelah di PHK NC sempat menjadi pengangguran yang menghabiskan waktunya dirumah, namun hal tersebut membuatnya lebih banyak memiliki waktu bersama anaknya.

4) Inisiatif

Inisiatif adalah bentuk dari ide yang akan membantu individu untuk memperbaiki dirinya dan bertanggung jawab atas kehidupannya. Pada ketiga subyek memiliki bentuk inisiatif yang berbeda-beda. Bentuk inisiatif dari subyek IW bermula saat suaminya sakit sehingga mengakibatkan suaminya sudah tidak bekerja dan membuat IW menjadi tulang punggung keluarga. Inisiatif yang dilakukan IW sesuai dengan hal yang digemari, yaitu memasak. IW mencoba membuka usaha catering rumahan sejak suaminya sakit.

Bentuk inisiatif yang membuat subyek kedua SH bertanggung jawab atas kehidupannya adalah mencoba untuk meneruskan dan membuat usaha berjualan gorengan menjadi pekerjaan utamanya di mana yang pada awalnya usaha tersebut adalah usaha sampingannya. Selain itu, SH juga mencoba untuk menjadi ART atau asisten rumah tangga sebagai pengasuh anak untuk menyambung hidupnya.

Bentuk inisiatif subyek ketiga NC bermula ketika NC menghabiskan waktunya dengan melakukan uji coba membuat kue lalu NC memasarkan hasil dari buaatannya. Hal tersebut dilakukannya sebagai bentuk tanggung jawab atas kehidupannya.

5) Kreativitas

Kreativitas adalah kemampuan individu dalam menghibur dirinya dengan melibatkan pikirannya sehingga mampu menghasilkan berbagai ide dalam permasalahannya. Ketiga subyek memiliki bentuk kreativitas yang berbeda-beda yang sesuai dengan bidangnya. Bentuk kreativitas IW dalam bidangnya adalah dengan meneruskan usaha cateringnya. Selain itu, IW mencoba untuk mengembangkan usaha cateringnya dengan menawarkan kepada teman-temannya akan jasanya dalam memasak.

Subyek SH memiliki kreativitas dengan mencoba menawarkan jualan gorengannya ke warung-warung yang berada disekitar rumahnya. Hal tersebut membuat jualan gorengan SH semakin ramai. Sedangkan pada subyek ketiga NC mencoba untuk memasarkan hasil

usahanya yaitu kue ke *whatsapp* dan *instagram* sehingga membuat usahanya mudah dikenal orang lain.

6) Humor

Humor adalah bentuk rasa gembira yang akan membuat individu merasakan kegembiraan dalam berbagai keadaannya. Subyek pertama dan kedua memiliki bentuk humor yang sama. Subyek pertama IW menyatakan bahwa dengan bermain bersama cucu dapat meningkatkan kegembiraannya. Selain itu, IW berpendapat bahwa dalam kondisi terpuruk harus dihadapi dengan gurauan karena jika terlalu terpuruk akan mengakibatkan kesedihan yang terus menerus.

Subyek kedua SH juga berpendapat sama dengan subyek pertama IW bahwa cucu adalah salah satu sumber yang dapat meningkatkan semangat untuk terus berjuang. SH juga berpendapat bahwa dengan bermain bersama anak kecil dapat menambah kebahagiaan sehingga bisa menghilangkan hal-hal buruk yang terjadi. Jika pada subyek IW dan SH merasakan kegembiraan karena cucu sedangkan pada subyek ketiga NC merasakan kebahagiaannya saat bersama dengan anaknya.

7) Moralitas

Moralitas adalah kemampuan individu untuk dapat mengambil sisi positif dari permasalahannya. Bentuk moralitas ketiga subyek memiliki persamaan yaitu membantu orang lain. Subyek pertama IW

mengambil sisi positif dari PHK dengan membuka usaha catering dan mengajak tetangganya yang merupakan IRT atau ibu rumah tangga untuk bergabung memajukan usaha cateringnya. Hal tersebut dilakukan IW karena pada pendapat IW jika merasa bahagia dan senang maka orang lain juga harus merasakannya.

Subyek kedua SH menyatakan bahwa sejak datangnya pandemi COVID-19 membuat gorengan SH jarang laku sehingga masih tersisa beberapa gorengan. Sisa gorengan tersebut dibagikan oleh SH pada tetangganya, hal tersebut dilakukan SH sebagai bentuk upaya yang dapat membantu tetangganya karena menurut SH dengan berbagi pada orang lain kelak Allah juga akan memberikan bantuan kepadanya. Subyek ketiga NC memiliki kemampuan untuk membantu orang lain terutama tetangga jika dalam hal tenaga karena NC beranggapan bahwa masih belum mampu jika menolong orang lain dalam bentuk materi.

b) Faktor Pembentuk Resiliensi

Faktor pembentuk resiliensi berkaitan dengan hal-hal yang menjadi sumber atas terbentuknya resiliensi individu yang terbagi menjadi tiga faktor yaitu *I am* (kemampuan individu), *I can* (kemampuan social dan interpersonal), dan *I have* (sumber dukungan emosional). Pada ketiga subyek ditemukan faktor pembentuk resiliensi.

1) *I am* (Kemampuan Individu)

I am berkaitan bentuk kemampuan individu yang didalam dirinya terdapat kekuatan dan kepercayaan diri yang baik. Individu yang resilien ditandai dengan adanya rasa bangga atas apa yang telah dicapainya. Pada ketiga subyek ditemukan faktor *I am* yang sama. Subyek pertama IW menyatakan bahwa bangga atas segala hal yang telah dicapainya atas usahanya sendiri karena sebagai kepala keluarga harus terus berjuang untuk kehidupannya dan anaknya sehingga hal tersebutlah yang membuatnya percaya bahwa apa yang diimpikannya pasti akan terwujud.

Pada subyek kedua SH menyatakan bahwa dalam keadaan ekonomi yang sulit pasca PHK dan pada keadaan pandemi COVID-19 SH mampu bertahan dan mampu untuk bangkit dari kondisi terpuruk tersebut dan hal tersebutlah yang membuatnya bangga atas apa yang telah dicapainya. Subyek ketiga NC juga menyatakan jika bangga dengan dirinya yang sudah berjuang dan sudah mendapatkan penghasilan atas jerih payahnya sendiri.

2) *I can* (Kemampuan Sosial dan Interpersonal)

I can berkaitan dengan bentuk kemampuan sosial dan interpersonal pada individu. Faktor yang menjadikan individu resilien adalah adanya kepemilikan atas kemampuan berkomunikasi, memecahkan masalah, kemampuan untuk dapat meminta bantuan pada orang lain, dan menceritakan permasalahannya. Pada ketiga

subyek memiliki faktor pembentuk *I can* yang sama. Subyek pertama IW menyatakan bahwa sempat untuk berkomunikasi dengan dirinya sendiri perihal kemampuannya untuk mendapatkan penghasilan pasca PHK, selain itu IW juga melakukan komunikasi dengan anaknya.

Pada subyek kedua SH menyatakan bahwa adanya keluarga seperti suami dan anaknya memberikan peran yang penting untuk SH agar bisa bangkit karena menurutnya tidak akan bisa bangkit apabila tidak dibantu oleh keluarganya. Pada subyek ketiga NC menyatakan bahwa dalam memecahkan permasalahan NC lebih dominan untuk memecahkan permasalahannya sendiri karena beranggapan bahwa selama bisa melakukannya sendiri maka NC akan melakukannya.

3) *I have* (Sumber Dukungan Emosional)

I have berkaitan dengan sumber dukungan yang diperoleh individu dari lingkungan sekitarnya sehingga membuat individu menjadi mandiri. Selain itu pada faktor *I have* ini memiliki kaitan atau saling terhubung dengan faktor *I can*. Pada ketiga subyek memiliki faktor pembentuk *I have* yang sama. Pada subyek pertama IW menyatakan bahwa adanya dukungan yang diperoleh dari anaknya untuk mengembangkan usaha catering mampu membuat IW menjadi semangat. Selain itu, IW merasa bahwa lingkungan sekitarnya juga memberikan dukungan atas usahanya yaitu dengan melakukan pesanan jasa makanan pada IW.

Pada subyek kedua SH menyatakan bahwa keluarganya teruma dengan suaminya saling memberikan dukungan. Selain itu, SH menambahkan bahwa apapun yang dilakukan akan mendapatkan dukungan penuh dari teman-temannya. Pada subyek ketiga NC juga menyatakan hal yang sama bahwa keluarga terutama suaminya mendukung penuh untuk NC agar bisa membuka usaha catering.

c) **Dinamika Resiliensi**

Dinamika resiliensi berkaitan dengan aspek-aspek yang harus dimiliki oleh individu agar menjadi individu yang resilien yang terbagi menjadi tujuh aspek yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, empati, analisis penyebab masalah, efikasi diri, dan *reaching out*. Pada ketiga subyek telah ditemukan ketujuh dinamika tersebut.

1) **Regulasi Emosi**

Regulasi emosi berkaitan dengan bentuk pengendalian atas emosi yang dirasakan oleh individu. Pada ketiga subyek memiliki bentuk regulasi emosi yang sama. Subyek pertama IW menyatakan bahwa merasa kaget saat mengetahui dirinya terkena PHK namun IW mampu mengendalikan emosinya dengan terus bersabar karena menurutnya kesabaran adalah kunci utama agar tidak stress.

Pada subyek kedua SH memiliki bentuk regulasi emosi yang sama seperti IW bahwa sabar merupakan hal nomor 1 yang harus dimilikinya. Selain itu, SH menambahkan bahwa bersyukur juga merupakan bentuk pengendalian diri atas emosiya. Subyek ketiga NC

saat mengetahui dirinya di PHK merasa kecewa dan sedih namun mampu untuk mengendalikan emosinya dengan terus berdo'a kepada Allah.

2) Pengendalian Impuls

Pengendalian impuls berkaitan dengan kemampuan individu untuk menahan dorongan dan tekanan yang ada pada dirinya. Pada ketiga subyek ditemukan bahwa mampu untuk melakukan pengendalian atas tekanan yang ada pada dirinya. Subyek pertama IW menyatakan bahwa dengan memiliki pikiran yang positif mampu menahan tekanan seperti perasaan sedih dan kecewa.

Pada subyek kedua SH menyatakan bahwa dengan bermain bersama cucu mampu menahan segala tekanna negatif yang dirasakannya setelah kehilangan pekerjaan. Subyek ketiga NC bentuk pengendalian impuls yang sama dengan subyek SH bahwa dengan bermain bersama anak mampu mengendalikan segala emosi negatif yang ada pada dirinya.

3) Optimisme

Optimisme berkaitan dengan adanya harapan dan keyakinan individu untuk dapat mewujudkan cita-citanya. Pada ketiga subyek ditemukan atas kepemilikan aspek optimisme. Subyek pertama IW menyatakan bahwa jika terus berjuang dan tidak mudah menyerah akan membuatnya percaya bahwa segala hal yang diinginkannya akan terwujud.

Subyek kedua SH menyatakan bahwa pasti bisa untuk mewujudkan keinginan anak terakhirnya dengan melakukan berbagai upaya yang bisa membuatnya untuk terus berjuang dan semangat demi membahagiakan anaknya. Pada subyek ketiga NC berkeyakinan bahwa harapannya untuk memiliki kehidupan yang lebih baik pasti akan terwujud. Hal tersebut dilakukannya dengan terus berjuang dan berusaha.

4) Empati

Empati berkaitan dengan kemampuan individu untuk dapat merasakan emosi orang lain. Ketiga subyek memiliki bentuk empati terhadap teman-temannya yang juga terkena PHK. Pada subyek pertama IW melakukan berbagai hal untuk dapat merasakan emosi teman-temannya seperti saling menguatkan, saling memberi dukungan dan semangat, dan saling meyakinkan diri bahwa mereka mampu untuk bangkit dari kondisi ini.

Pada subyek kedua SH menyatakan bahwa saat mengetahui teman-temannya juga terkena PHK merasa sedih kemudian SH memberikan semangat pada teman-temannya bahwa harus bangkit dan tidak boleh untuk jatuh lagi. Pada subyek ketiga NC mengungkapkan bahwa saat teman-temannya juga di PHK NC bersedih karena salah satunya adalah teman dekatnya, lalu NC memberikan penguatan dan semangat pada temannya.

5) Analisis Penyebab Masalah

Analisis penyebab masalah berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengetahui permasalahan yang timbul dihidupnya. Pada ketiga subyek memiliki bentuk analisis penyebab masalah yang sama. Pada subyek pertama IW melakukan evaluasi diri dengan berpikir bahwa di PHK karena memang sudah jalannya yang harus diterima.

Pada subyek kedua SH menyatakan bahwa dengan melakukan evaluasi diri dengan menganalisa atas alasannya terkena PHK yaitu menurutnya selain pandemi COVID-19 di PHK juga karena umurnya yang saat itu sudah berusia 56 tahun dan sudah bekerja di perusahaan tersebut selama 20 tahun lebih. Pada subyek ketiga NC juga diketahui bahwa melakukan evaluasi dirinya dengan cara berpikir dan meyakinkan dirinya sendiri bahwa ia pasti bangkit.

6) Efikasi Diri

Efikasi diri berkaitan dengan adanya keyakinan individu dalam menyelesaikan permasalahan di hidupnya. Pada ketiga subyek memiliki bentuk efikasi diri yang berbeda. Subyek pertama IW menyatakan bahwa setelah melakukan evaluasi diri IW yakin bahwa IW bisa menjalani hidupnya dengan lebih semangat lagi karena dengan evaluasi diri membuatnya menjadi bangkit dari permasalahan hidupnya.

Pada subyek kedua SH menyatakan bahwa setelah melakukan evaluasi diri membuatnya lebih semangat untuk menjalankan pekerjaannya saat ini. Efikasi diri yang dilakukan oleh subyek ketiga NC adalah dengan melakukan evaluasi pada pikirannya sehingga membuat pikirannya untuk lebih terbuka sehingga mampu menyelesaikan permasalahannya.

7) *Reaching Out*

Reaching out berkaitan dengan kemampuan individu untuk meningkatkan hal-hal positif dalam hidupnya. Pada ketiga subyek memiliki bentuk *reaching out* yang berbeda. Subyek pertama IW menyatakan bahwa dengan memiliki sikap ikhlas atas segala masalah yang terjadi mampu membuatnya untuk meningkatkan hal positif dalam hidupnya.

Subyek kedua SH menyatakan bahwa dengan adanya sikap sabar, semangat, dan selalu berjuang merupakan hal-hal yang dapat meningkatkan aspek positif dalam hidupnya. Subyek ketiga NC menyatakan bahwa dengan terus berdoa dan semangat dapat meningkatkan hal positif dalam hidupnya sehingga adanya harapan untuk hidup lebih bahagia terwujud

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data diatas dapat diketahui bahwa subyek menjadi korban atas pandemi COVID-19 di mana subyek terdampak pemutusan hubungan kerja (PHK) pada perusahaan tempatnya bekerja. Dari

PHK tersebut mengakibatkan subyek merasa kecewa dan sedih lantaran sudah tidak memiliki pekerjaan dan di tambah lagi bahwa pada ketiga subyek diketahui telah bekerja di perusahaannya cukup lama dengan rata-rata 20 tahun masa kerja. Hal tersebutlah yang membuat subyek untuk sementara menjadi pengangguran yang dapat dikategorikan dalam pengangguran konjungtur. Hasyim (2017) menjelaskan bahwa pengangguran konjungtur merupakan pengangguran siklikal yang berarti bahwa terjadinya pengangguran karena adanya faktor ekonomi yang bersifat konjungtur atau naik-turun, dalam hal ini merupakan efek dari pandemi COVID-19.

Adanya perasaan kecewa dan sedih tersebut tidak terjadi secara terus-menerus pada subyek lantaran subyek telah bangkit dari kondisi yang terpuruk tersebut dan pada ketiga subyek tersebut telah ditemukan bahwa subyek dapat dikatakan resilien namun terdapat perbedaan pada setiap bentuk-bentuk resiliensi di mana peneliti mengklasifikasikan ke dalam tiga bentuk, yaitu gambaran resiliensi, faktor pendukung resiliensi, dan dinamika resiliensi. Berikut pembahasan oleh peneliti berdasarkan bentuk-bentuk resiliensi, yaitu:

1. Gambaran Resiliensi

A. *Insight*

Pada ketiga subyek telah ditemukan adanya wawasan akan dirinya sendiri perihal pengalaman menjadi korban PHK. Pada subyek pertama mengaggap bahwa alasan terbesar terdampak PHK karena adanya pandemi COVID-19 namun subyek pertama telah mampu memahami keadaan tersebut walaupun pada awalnya belum terbiasa

dengan keadaan yang berbeda saat masih bekerja. Kemudian pada subyek kedua dan ketiga memiliki bentuk insight yang sama yaitu selain adanya pandemi COVID-19, umur juga merupakan alasan pada subyek kedua dan ketiga terdampak PHK. Sama seperti dengan subyek pertama, subyek kedua dan ketiga juga pada awalnya belum bisa menerima keadaan pasca PHK namun tidak berselang lama subyek kedua dan ketiga juga telah menerima keadaannya.

Seperti teori yang dikemukakan oleh Wolin & Wolin (1993) bahwa insight berkaitan dengan kemampuan individu dalam memahami dirinya dan orang lain sehingga individu dapat menjawab pertanyaan atas segala hal yang dipertanyakannya dan insight juga dapat membantu individu dalam menyesuaikan diri dengan keadaannya. Sejalan dengan teori tersebut telah ditemukan adanya insight yang ada pada ketiga subyek sehingga dapat dikatakan bahwa ketiga subyek telah memiliki insight atau wawasan akan dirinya.

B. Kemandirian

Kemandirian dalam resiliensi diartikan sebagai kemampuan yang dimiliki individu untuk tidak bergantung pada orang lain dengan melibatkan kemampuannya untuk jujur pada dirinya (Wolin & Wolin, 1993). Hasil data menunjukkan bahwa pada ketiga subyek ditemukan memiliki bentuk kemandirian yang baik atas kehidupannya.

Pada subyek pertama kemandiriannya terbentuk karena subyek pertama merupakan kepala keluarga sehingga keadaan tersebut yang

membuatnya harus bisa untuk berdiri sendiri. Pada subyek kedua adanya tuntutan ekonomi karena pendapatan yang menurun menjadikannya untuk memiliki usaha sendiri agar tidak bergantung pada suaminya. Pada subyek ketiga diketahui memiliki prinsip atas kehidupannya yang mandiri tanpa bergantung pada orang lain.

Bentuk kemandirian subyek dengan teori utama didukung oleh pendapat yang dikemukakan oleh Kartono (2007) bahwa individu yang mandiri ditandai dengan adanya kemampuan untuk berdiri sendiri dan kemampuan untuk bertanggung jawab atas kewajibannya dalam memenuhi setiap kebutuhannya. Adanya kewajiban untuk memenuhi kebutuhan menjadi ketiga subyek memiliki tanggung jawab atas keadaan tersebut sehingga ketiga subyek dapat dikatakan memiliki kemandirian yang bagus yang menjadikannya resilien.

C. Hubungan

Pada ketiga subyek ditemukan memiliki kualitas hubungan yang lebih baik dengan keluarganya dan lingkungan sekitar pasca di PHK namun terdapat perbedaan pada tingkat hubungan dengan lingkungan sekitar yang terjadi pada subyek ketiga. Pada subyek pertama dan kedua menjelaskan bahwa setelah di PHK terjalin hubungan dan komunikasi yang lebih baik pada keluarga dan lingkungan sekitar, terlebih pada subyek pertama yang menyatakan bahwa semenjak suaminya meninggal dan terdampak PHK subyek pertama lebih terbuka dengan lingkungannya. Sedangkan pada subyek ketiga dalam

menjalin hubungan dengan lingkungan sekitar tergolong rendah karena tidak terdapat perbedaan saat sebelum di PHK dan pasca di PHK.

Berdasarkan pada hasil data tersebut memiliki persamaan dengan teori yang dikemukakan oleh Wolin & Wolin (1993) bahwa individu yang resilien ditandai dengan adanya kemampuan individu dalam mengembangkan kualitas hubungan dan komunikasinya dengan orang lain. Pada ketiga subyek ditemukan memiliki kualitas hubungan yang baik dengan lingkungan kecil atau lingkungan keluarganya walaupun pada subyek ketiga memiliki kualitas hubungan dengan lingkungan sekitar yang berbeda dengan subyek pertama dan subyek kedua.

D. Inisiatif

Adanya sifat inisiatif akan dirinya sendiri akan membantu individu untuk selalu memperbaiki dirinya, bertanggung jawab atas kehidupan dan permasalahannya, dan selalu meningkatkan kemampuannya (Wolin & Wolin, 1993). Hasil data menunjukkan bahwa pada ketiga subyek ditemukan sikap inisiatif atas kehidupan dan permasalahannya.

Pada subyek pertama sikap inisiatifnya tercipta seperti hal yang disukainya, yaitu memasak. Subyek pertama memiliki hobi memasak sehingga hal tersebut membuatnya membuka usaha catering sebagai bentuk tanggung jawab atas hidupnya dan permasalahannya. Pada subyek kedua setelah di PHK mencoba meneruskan usaha yang

sebelumnya sudah dijalaninya, selain itu untuk menambah penghasilan subyek kedua juga bekerja sebagai pengasuh untuk anak. Sedangkan pada subyek ketiga bentuk inisiatifnya tercipta atas keisengannya dalam membuat kue dan kue tersebut menjadi salah satu usahanya untuk meneruskan hidupnya.

Seperti definisi atas inisiatif menurut (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2005) bahwa inisiatif diartikan sebagai kemampuan individu untuk dapat menciptakan hal yang baru sebagai bentuk atas upayanya dalam memecahkan masalah. Seperti pada definisi tersebut bahwa pada subyek pertama dan ketiga memiliki bentuk inisiatif dengan mengembangkan apa yang telah dilakukannya, sedangkan pada subyek kedua hanya meneruskan usaha yang telah terjadi.

E. Kreativitas

Berdasarkan hasil data menunjukkan bahwa pada subyek pertama dan subyek kedua belum ditemukan bentuk kreativitas yang baru atau suatu hal yang baru sedangkan pada subyek ketiga telah tercipta suatu hal yang baru. Hal tersebut dibuktikan dengan pada subyek pertama hanya mengembangkan usaha yang telah tercipta. Pada subyek kedua hanya meneruskan usaha yang dijalaninya, sedangkan pada subyek ketiga menemukan hal yang tidak pernah dilakukannya yaitu atas keisengannya dalam membuat kue lalu kue tersebut dipasarkannya melalui media sosial dan hal tersebut membuat usahanya terus berkembang.

Pernyataan tersebut sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Drevdahl (dalam Hurlock, 1978) bahwa kreativitas merupakan bentuk kemampuan individu untuk menghasilkan gagasan atau pemikiran yang baru. Pada subyek pertama dan subyek kedua belum ditemukan bentuk kreativitas atas gagasan yang baru yang terjadi di hidupnya, sedangkan pada subyek ketiga sudah mencoba hal yang baru yang belum pernah dilakukannya sebelumnya.

F. Humor

Teori yang dikemukakan oleh Wolin & Wolin (1993) bahwa humor dapat membuat individu merasakan kebahagiaan dalam berbagai keadaan yang sedang terjadi dan individu yang resilien ditandai dengan cara memandang tantangan hidup dengan cara yang lebih baik. Berdasarkan pada hasil data dapat diketahui bahwa pada ketiga subyek memiliki rasa humor dalam hidupnya.

Pada subyek pertama adanya rasa kebahagiaan ditengah situasi yang susah tercipta dari hubungannya bersama cucu di mana subyek merasa bahagia. Sama seperti dengan subyek pertama, subyek kedua juga mendapatkan selera humor saat bersama dengan cucunya. Sedangkan pada subyek ketiga selera humor tercipta saat bersama dengan anaknya. Pada ketiga subyek telah ditemukan bentuk perasaan yang bahagia walaupun berada pada situasi yang kurang menyenangkan.

G. Moralitas

Berdasarkan hasil data bahwa pada subyek pertama dan subyek kedua memiliki bentuk moralitas yang bagus. Hal tersebut ditunjukkan dengan pernyataan pada subyek pertama bahwa dalam memajukan usaha cateringnya, subyek mengajak tetangganya untuk bergabung pada usaha cateringnya hal tersebut dilakukan sebagai cara untuk memajukan ekonomi lingkungannya. Pada subyek kedua adanya moralitas berasal dari cara subyek kedua dalam berbagi kebahagiaan yang ditunjukkan dengan caranya membagikan usahanya pada lingkungannya. Sedangkan pada subyek ketiga belum ditemukan bentuk moralitas yang bagus karena dalam berhubungan dengan lingkungan sekitarnya masih kurang bagus dan subyek ketiga membantu lingkungannya apabila membutuhkannya dalam tenaga.

Teori yang dikemukakan oleh Wolin & Wolin (1993) bahwa individu yang mampu untuk mengambil sisi positif dari permasalahannya merupakan bentuk atas moralitas dan individu yang resilien ditandai dengan kemampuannya untuk membantu orang lain yang ada di sekitarnya.

2. Faktor Pendukung Resiliensi

a. *I am* (Kemampuan Individu)

I am berhubungan dengan adanya kekuatan dan kepercayaan diri yang baik yang ada pada dirinya dan individu yang resilien ditandai dengan adanya rasa bangga pada diri individu pada hal yang

telah diperolehnya dan atas kepemilikan rasa percaya diri yang tinggi yang membantu individu saat berada dalam kesulitan (Grotberg, 2000). Berdasarkan hasil data dapat diketahui bahwa pada ketiga subyek memiliki faktor pembentuk resiliensi *I am* yang baik. Pada ketiga subyek merasa bangga atas kemampuannya untuk dapat bangkit dari keadaan yang terpuruk atas usaha dan perjuangannya.

b. *I can* (Kemampuan Sosial dan Interpersonal)

I can merupakan kemampuan sosial dan interpersonal pada individu yang mampu untuk berkomunikasi dan memecahkan masalah dengan baik, mampu mengekspresikan perasaan dan pikiran, mampu menemukan dan meminta bantuan orang lain, mampu menceritakan dan menyelesaikan masalahnya (Grotberg, 2000). Berdasarkan hasil data dapat ditemukan bahwa faktor pembentuk resiliensi *I can* dimiliki oleh subyek pertama dan subyek kedua, sedangkan pada subyek ketiga dapat dikatakan kurang memiliki faktor *I can* ini.

Pada subyek pertama menjelaskan bahwa dalam usahanya untuk bangkit dilakukannya dengan melakukan komunikasi pada dirinya sendiri dan meminta bantuan dari anaknya. Pada subyek kedua diketahui bahwa dalam prosesnya untuk bangkit salah satunya diperoleh dari suami dan anaknya. Pada subyek ketiga lebih dominan individualis karena menganggap bahwa selama hal bisa dilakukannya sendiri maka akan dilakukan.

c. *I have* (Sumber Dukungan Emosional)

I have merupakan sumber resiliensi berupa dukungan yang berasal dari keluarga seperti orang tua, saudara, ataupun orang lain yang dapat membantu individu bersikap mandiri (Grotberg, 2000). Berdasarkan hasil analisis pada ketiga subyek ditemukan adanya faktor pembentuk resiliensi *I have* yang sama di mana subyek mendapatkan dukungan dari keluarganya dan lingkungannya dalam mengembangkan usaha yang dilakukannya sebagai cara untuk dapat bangkit dari keterpurukan.

3. Dinamika Resiliensi

a. Regulasi Emosi

Regulasi emosi diartikan sebagai pengendalian diri sendiri atas emosi individu yang terbagi atas dua cara, yaitu sikap tenang dan fokus sehingga akan membantu individu untuk meredakan emosi dan stres yang dirasakan oleh individu akan berkurang (Reivich, K., & Shatte, 2003). Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa pada ketiga telah mampu untuk melakukan regulasi emosi pada dirinya.

Pada subyek pertama menyatakan bahwa sabar merupakan kunci utama yang dilakukannya dalam mengendalikan emosinya agar tidak mengalami stress. Sama seperti subyek pertama, subyek kedua juga menyatakan bahwa sabar dan selalu bersyukur adalah cara yang digunakannya dalam meregulasi emosinya. Pada subyek ketiga

menyatakan bahwa dengan selalu berdo'a kepada Allah dapat membuatnya tenang sehingga kesedihannya cepat untuk berlalu.

Adanya pernyataan yang diungkapkan pada subyek didukung oleh pendapat yang dikemukakan oleh Pondalos & Santi (2021) bahwa adanya rasa syukur merupakan bentuk resiliensi individu, selain itu dengan adanya keyakinan akan Tuhan-Nya dapat menciptakan hal yang positif sehingga karyawan yang mengalami stress pasca di PHK mampu untuk menjalani hidupnya dengan semangat.

b. Pengendalian Impuls

Pengendalian impuls diartikan sebagai bentuk kemampuan individu dalam menahan dorongan dan mengendalikan tekanan yang ada pada dirinya (Reivich, K., & Shatte, 2003). Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa pada ketiga subyek memiliki bentuk pengendalian impuls yang baik.

Pada subyek pertama dalam mengendalikan tekanan dalam hidupnya dilakukan dengan selalu berpikiran positif. Pada subyek kedua dan subyek ketiga memiliki bentuk pengendalian impuls yang sama bahwa dengan bermain bersama anak maupun cucu dapat menciptakan kebahagiaan sehingga subyek dapat mengendalikan tekanan dalam dirinya.

c. Optimisme

Optimisme diartikan sebagai adanya harapan dan keyakinan individu untuk mewujudkan cita-cita akan masa depannya yang

bahagia dengan mengatasi kesedihan dalam hidupnya individu memiliki kepercayaan diri dalam menyelesaikan berbagai permasalahan dan mampu mengendalikan dirinya (Reivich, K., & Shatte, 2003). Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa pada ketiga subyek memiliki sikap optimisme yang tinggi.

Pada subyek pertama memiliki harapan akan kebahagiaan yang dapat terwujud dengan selalu berjuang dan pantang menyerah. Pada subyek kedua diketahui bahwa dengan adanya kebutuhan ekonomi membuatnya untuk terus berjuang dan selalu meyakinkan dirinya bahwa harapannya pasti terwujud. Pada subyek ketiga percaya bahwa adanya harapan untuk kehidupan yang lebih baik pasti akan terwujud dengan selalu berusaha.

Hal tersebut sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Southwick & Charney (2018) bahwa optimisme dapat membuat individu untuk terus berusaha dan mengatasi perasaan negatif yang ada pada dirinya. Sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Mahasin & Harsono (2022) bahwa optimisme adalah bentuk ekspektasi individu atas segala hal yang akan terjadi di masa yang akan datang dan optimisme dapat membuat individu untuk berpikiran positif terhadap kejadian yang terjadi dalam kehidupannya.

d. Empati

Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa pada ketiga subyek memiliki bentuk empati yang sama bahwa dengan saling

memberikan dukungan, semangat, saling menguatkan, dan saling meyakinkan diri terhadap teman-teman yang juga terdampak PHK merupakan suatu bentuk atas rasa empati pada subyek. Hal tersebut sejalan dengan teori bahwa empati diartikan sebagai bentuk kemampuan individu untuk dapat merasakan emosi orang lain dan memahami perasaan maupun pikirannya sendiri (Reivich, K., & Shatte, 2003).

e. Analisis Penyebab Masalah

Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa pada ketiga subyek mampu melakukan evaluasi diri atas permasalahannya sehingga dapat membuat ketiga subyek mampu untuk menjalani hidupnya dengan baik. Pernyataan ketiga subyek tersebut sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa analisis penyebab masalah merupakan bentuk kemampuan individu untuk mengetahui penyebab permasalahan yang timbul dihidupnya dengan tidak akan menyalahkan orang lain atas kesalahan yang telah dilakukan karena individu yang resilien memegang kendali penuh atas permasalahannya sehingga individu tersebut akan bangkit dan meraih kesuksesan (Reivich, K., & Shatte, 2003).

f. Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan bentuk keyakinan individu atas kemampuannya dalam menyelesaikan permasalahan dengan cara efektif dengan berkomitmen dalam menyelesaikan masalah dan tidak

mudah menyerah sehingga individu tersebut akan mampu membangun keberhasilannya (Reivich, K., & Shatte, 2003). Berdasarkan teori tersebut dan hasil analisis data dapat diketahui bahwa pada ketiga subyek memiliki kemampuan untuk melakukan efikasi diri dengan baik.

Pada subyek pertama memiliki keyakinan akan kemampuannya untuk dapat bangkit dari keadaan yang terpuruk dengan selalu mendekatkan diri pada Allah dan selalu semangat dalam menjalani hidupnya. Sama seperti pernyataan pada subyek pertama, subyek kedua juga yakin akan kemampuannya untuk dapat menyelesaikan permasalahan hidupnya dengan terus semangat dalam melakukan segala hal. Pada subyek ketiga juga memiliki keyakinan akan kemampuannya seperti selalu menjalankan usaha cateringnya sebagai bentuk upayanya dalam menyelesaikan permasalahan hidupnya.

Berdasarkan teori dan pernyataan ketiga subyek terdapat kesamaan dengan penelitiannya Hamill Skoch (2003) (dalam Tri Sulastri & Muhammad Jufri, 2021) bahwa efikasi diri dapat mengontrol pikiran individu dan mengembangkan perasaan berharga akan dirinya sendiri sehingga dapat membuat individu untuk bertahan hidup dalam keadaan yang sulit salah satunya pandemic COVID-19.

g. *Reaching Out*

Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa pada ketiga subyek mampu untuk melakukan dinamika *reaching out* pada

resiliensi. Pada ketiga subyek ditemukan pernyataan yang sama yaitu dengan selalu berdo'a, semangat, berjuang, sabar, dan ikhlas sehingga ketiga subyek mampu untuk meningkatkan hal-hal yang positif dalam hidupnya.

Pernyataan ketiga subyek tersebut didukung oleh teori yang menyatakan bahwa *reaching out* merupakan kemampuan individu untuk dapat meningkatkan hal-hal positif atau aspek positif atas keterpurukkan yang telah terjadi dalam hidupnya (Reivich, K., & Shatte, 2003).

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa ketiga subyek dapat dikatakan sebagai individu yang resilien. Resiliensi adalah bentuk kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk dapat membebaskan dirinya dari kondisi yang tidak menyenangkan (Seligowski et al., 2019). Individu yang resilien ditunjukkan dengan berhasilnya individu dalam mengatasi permasalahannya sehingga membuat individu terbebas dari masalah (García-León et al., 2019).

Apabila dihubungkan antara teori resiliensi dengan berbagai pernyataan subyek dapat diketahui bahwa ketiga subyek memiliki bentuk resiliensi yang berbeda-beda. Perbedaan bentuk resiliensi tersebut dipengaruhi oleh cara subyek dalam menyelesaikan permasalahannya. Pada subyek pertama memiliki kelebihan pada sikap hubungan dengan orang lain. Pada subyek kedua memiliki kelebihan pada bentuk optimisme yang kuat. Pada subyek ketiga memiliki kelebihan pada bentuk kemandirian yang tinggi.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa ketiga subyek merupakan karyawan yang terdampak pemutusan hubungan kerja (PHK) pada masa pandemi COVID-19 sehingga membuat ketiga subyek menjadi pengangguran untuk sementara waktu. Hal tersebut dikarenakan ketiga subyek telah bangkit dari kondisi yang terpuruk atau dapat dikatakan bahwa ketiga subyek telah menjadi individu yang resilien. Resiliensi merupakan bentuk kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk dapat membebaskan dirinya dari kondisi yang tidak menyenangkan dan individu yang resilien ditunjukkan dengan berhasilnya individu dalam mengatasi permasalahannya sehingga membuat individu terbebas dari masalah.

Berdasarkan fokus penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat tiga bentuk resiliensi yang diangkat oleh peneliti pada penelitian ini, yaitu gambaran resiliensi, faktor pembentuk resiliensi, dan dinamika resiliensi. Pada kesimpulan ini akan dijabarkan berdasarkan urutan subyek.

Pada subyek pertama IW telah ditemukan gambaran resiliensi. *Insight* pada subyek IW dapat dikatakan baik karena mampu memahami keadaan saat di PHK sehingga membentuk kemandirian pada subyek dengan tidak bergantung pada orang lain. Setelah di PHK, subyek juga memiliki kualitas hubungan dengan orang lain yang lebih baik dan subyek juga memperoleh

bentuk humor atas kebahagiaannya setelah di PHK. Selain itu, subyek juga memiliki bentuk inisiatif dan kreativitas yang bagus untuk meneruskan kehidupannya dengan meneruskan usaha catering bahkan subyek juga membantu kondisi ekonomi tetangganya dengan memperkerjakannya.

Faktor pembentuk resiliensi pada subyek IW yaitu adanya rasa bangga pada dirinya atau faktor *I am*. Dalam memecahkan masalah, subyek IW juga melakukan komunikasi dengan orang lain atau faktor *I can* dan pada faktor *I have* subyek IW mendapatkan dukungan dari lingkungannya.

Dinamika resiliensi pada subyek IW juga terbentuk dengan baik. Subyek IW mampu melakukan regulasi emosinya dengan terus bersabar sehingga subyek IW juga mampu untuk mengendalikan berbagai tekanan atau melakukan pengendalian impuls yang baik. Dalam melakukan analisis terhadap masalahnya, subyek IW melakukan evaluasi diri sehingga subyek IW memiliki keyakinan bahwa mampu untuk menyelesaikan masalah tersebut. Selain itu, subyek IW juga memiliki bentuk empati yang bagus yang ditunjukkan dengan adanya rasa peduli pada teman-temannya yang juga terdampak PHK. Subyek IW juga memiliki sifat optimis yang tinggi akan harapannya yang dapat terwujud dan selalu meningkatkan hal-hal positif di hidupnya dengan selalu bersemangat.

Pada subyek kedua SH juga telah ditemukan bentuk gambaran resiliensi. *Insight* pada subyek SH dapat dikatakan baik karena mampu memahami keadaan saat di PHK sehingga membentuk kemandirian pada subyek dengan tidak bergantung pada suaminya. Selain itu usaha yang dilakukan subyek agar

tidak bergantung pada suaminya adalah dengan meneruskan usaha gorengannya dan bekerja sebagai pengasuh anak sehingga dapat terbentuk inisiatif dan kreativitas pada subyek dan subyek juga membagikan usaha gorengannya ke orang lain sebagai bentuk membantu orang lain atau moralitas. Setelah di PHK, subyek juga memiliki kualitas hubungan yang lebih baik dengan keluarganya dan subyek juga memperoleh bentuk humor dengan bermain bersama anak dan cucunya.

Faktor pembentuk resiliensi pada subyek SH yaitu adanya rasa bangga pada dirinya atau faktor *I am*. Dalam memecahkan masalah, subyek SH meminta bantuan keluarganya dengan melakukan komunikasi yang baik atau faktor *I can* dan pada faktor *I have* subyek SH mendapatkan dukungan dari keluarganya dengan baik.

Dinamika resiliensi pada subyek SH juga terbentuk dengan baik. Subyek SH mampu melakukan regulasi emosinya dengan terus bersabar dan bersyukur sehingga subyek mampu untuk mengendalikan berbagai tekanan atau melakukan pengendalian impuls dengan baik. Dalam melakukan analisis terhadap masalahnya, subyek melakukan evaluasi diri sehingga subyek memiliki keyakinan untuk mampu menyelesaikan masalah tersebut atau memiliki efikasi diri yang baik. Selain itu, subyek juga memiliki bentuk empati yang bagus yang ditunjukkan dengan saling memberi dukungan dan semangat pada temannya yang juga terdampak PHK. Subyek SH juga memiliki sifat optimis yang tinggi akan harapan untuk membahagiakan anaknya dapat

terwujud dan selalu meningkatkan hal-hal positif di hidupnya dengan selalu bersemangat dan berjuang.

Pada subyek ketiga NC telah ditemukan bentuk gambaran resiliensi. *Insight* pada subyek NC dapat dikatakan baik karena mampu memahami keadaan saat di PHK sehingga membentuk prinsip yang kuat akan kemandiriannya. Setelah di PHK, subyek juga memiliki kualitas hubungan yang lebih baik dengan anaknya karena memiliki waktu luang untuk bersama dengan anak dan subyek juga memperoleh bentuk humor atas kebahagiaannya setelah di PHK saat bersama dengan anaknya. Selain itu, subyek juga memiliki bentuk inisiatif dan kreativitas yang bagus untuk meneruskan kehidupannya dengan membuka usaha catering dan memasarkannya secara luas sehingga usahanya dikenal orang lain dan subyek akan membantu orang lain yang memerlukan tenaganya.

Faktor pembentuk resiliensi pada subyek NC yaitu adanya rasa bangga pada dirinya atau faktor *I am*. Dalam memecahkan masalah, subyek NC lebih dominan dengan dirinya sendiri sehingga faktor *I can* tidak terlalu tinggi dan pada faktor *I have* subyek mendapatkan dukungan dari keluarganya untuk membuka usaha catering.

Dinamika resiliensi pada subyek juga terbentuk dengan baik. Subyek mampu melakukan regulasi emosinya dengan terus berdo'a sehingga subyek mampu untuk mengendalikan berbagai tekanan atau memiliki pengendalian impuls yang baik. Dalam melakukan analisis terhadap masalahnya, subyek melakukan evaluasi diri sehingga subyek memiliki keyakinan untuk

menyelesaikan masalahnya. Selain itu, subyek juga memiliki bentuk empati yang bagus yang ditunjukkan dengan saling menguatkan dan memberikan dukungan pada teman-temannya yang juga terdampak PHK. Subyek juga memiliki sifat optimis yang tinggi akan harapannya untuk kehidupan lebih baik yang dapat terwujud dengan selalu semangat dan berjuang.

B. Saran

1. Bagi perusahaan, perlu adanya kebijakan yang baik dan tepat yang dapat digunakan untuk melakukan pemutusan hubungan kerja (PHK) agar tidak terjadi secara sepihak.
2. Bagi pengangguran, teori akan resiliensi dapat dijadikan panduan agar pengangguran mampu untuk mengatasi permasalahannya sehingga dapat menjadikan pengangguran untuk bangkit dari keterpurukan yang terjadi dalam hidupnya.
3. Bagi peneliti selanjutnya, agar dapat mengeksplor lebih dalam tentang resiliensi pada pengangguran yang terdampak PHK dengan lebih menjabarkan tentang proses individu yang resilien. Selain itu untuk fokus penelitian yang menggunakan pendekatan fenomenologi tidak perlu memberikan batasan pada subyek penelitian. Untuk peneliti selanjutnya juga lebih perlu diperhatikan pada bagian triangulasi sumber dengan menambahkan pernyataan *significant others* dan menambahkan triangulasi metode dengan melakukan observasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriawal, J. (2022). Resiliensi Pada Karyawan Yang Mengalami Pemutusan Hubungan Kerja (PHK). *SIKONTAN: Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan*, 1(1), 27–38. <https://doi.org/https://doi.org/10.54443/sikontan.v1i1.330>
- Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian Dalam Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta.
- Asrun, M., & Muthalib, M. F. (2021). Al-Fatihah Solusi Meningkatkan Resiliensi Pada Karyawan Indonesia yang Terkena PHK. *Motiva: Jurna Psikologi*, 4(2), 119–124.
- Asrun, M., & Nurendra, A. M. (2021). Meningkatkan Resiliensi Masyarakat Yang Terkena Phk Di Masa Pandemi Dengan Perspektif Psikologi Islam. *Motiva: Jurnal Psikologi*, 4(1), 32. <https://doi.org/10.31293/mv.v4i1.5428>
- Basri, A. (2006). *Hukum Perburuhan dan Ketenagakerjaan Indonesia*.
- Bastian, I., Winardi, R. D., & Fatmawati, D. (2018). *Metoda Penelitian dan Teknik Analisis Data: Metoda Wawancara*. Andi.
- Centhaya, M. A. P., & Wijono, S. (2022). Resilience in Employees Affected By Termination Of Employment (PHK) During The COVID-19 Pandemic in West Halmahera Barat. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 13(1), 25–34. <https://doi.org/10.23887/jibk.v13i1.50364>
- Dryden, W. (2007). Resilience and Rationality. *Journal of Rational Emotive & Cognitive-Behaviour Therapy*, 25(3), 213–226.
- García-León, M. Á., Pérez-Mármol, J. M., Gonzalez-Pérez, R., García-Ríos, M. D., & Peralta Ramírez, M. I. (2019). Relationship Between Resilience and Stress: Perceived Stress, Stressful Life Events, HPA Axis Response During A Stressful Task and Hair Cortisol. *Physiology & Behavior*, 87–93.
- Goma, E. I. (2021). Dampak Covid-19 Terhadap Isu Kependudukan di Indonesia. *Geodika: Jurnal Kajian Ilmu Dan Pendidikan Geografi*, 5(1), 33–42. <https://doi.org/10.29408/geodika.v5i1.3180>
- Grotberg. (2000). *Resilience For Today: Gaining Strength Form Adversity*. Greenwood Publishing Group.
- Gunandha, R. (2020). *Kena PHK Imbas Corona, Buruh Tewas Bunuh Diri*. Suarajatim.Id. <https://jatim.suara.com/read/2020/04/16/154356/kena-phk-imbas-virus-corona-buruh-tewas-bunuh-diri?page=all>

- Hadiwardoyo, W. (2020). Kerugian Ekonomi Nasional Akibat Pandemi Covid-19. *Baskara: Journal of Business and Entrepreneurship*, 2(2), 83–92. <https://doi.org/10.24853/baskara.2.2.83-92>
- Hakim, A. R., Mora, L., Mubina, N., & Kamila, L. (2022). Studi Fenomenologi Tentang Pengalaman Korban Pemutusan Hubungan Kerja di Masa Pandemi COVID-19. *Psychophedia*, 7(1), 1–17.
- Hasyim, A. I. (2017). *Ekonomi Makro*. Prenada Media.
- Herdiansyah, H. (2015). *Metodologi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu Psikologi*. Salemba Humanika.
- Hisbullah, A. A., & Hudin, A. M. (2020). Gambaran Resiliensi Pada Buruh Pabrik Yang Mengalami Dampak Pemutusan Hubungan Kerja (Phk). *Prosiding: Penguatan Pendidikan Karakter Pada Era Merdeka Belajar*, 187–194.
- Hurlock, E. B. (1978). *Perkembangan Anak*. Erlangga.
- Kartono, K. (2007). *Psikologi Anak*. CV. Mundar Maju.
- Kawilarang, G. W., & Kadiyono, A. L. (2021). Gambaran Resiliensi Karyawan Swasta yang Terkena PHK Akibat Pandemi COVID-19. *Psikodimensia*, 20(2), 219–228. <https://doi.org/10.24167/psidim.v20i2.3581>
- KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia)*. (2005). Balai Pustaka.
- Khakim, A. (2014). *Dasar-Dasar Hukum Ketenagakerjaan Indonesia*. PT. Citra Aditya Bakti.
- Lodico, M. ., Spaulding, D. ., & Voegtle, K. . (2010). *Methods in Educational Research*. Jossey-Bass.
- Mahasin, S. Z., & Harsono, Y. T. (2022). Hubungan Antara Optimisme dan Resiliensi pada Santri Penghafal Al-Qur ' an SMPQ Al-Ihsan Jakarta. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call for Paper Psikologi Dan Ilmu Humaniora (SENAPIH 2022)*, 1, 127–145. <http://conference.um.ac.id/index.php/psi/article/view/3160>
- Moleong, L. . (2011). *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Muslim, M. (2020). PHK Pada Masa Pandemi COVID-19. *ESENSI: Jurnal Manajemen Bisnis*, 23(3), 357–370.

- Nurachmad, M. (2009). *Cara Menghitung Upah Pokok, Uang Lembur, Pesangon, dan Dana Pensiun* (1st ed.). Visimedida.
- Pondalos, T., & Santi, D. E. (2021). Kebersyukuran Dengan Resiliensi Karyawan Korban PHK Pada Masa Pandemi COVID-19 Di Manado. *Memperkuat Kontribusi Kesehatan Mental Dalam Penyelesaian Pandemi COVID-19: Tinjauan Multidisipliner*, 221–230.
- Putri, R. H., Pratiwi, M., & Anggraini, D. (2021). Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Karyawan Yang Mengalami PHK Dimasa Pandemi COVID-19. *Psychology Journal of Mental Health*, 3(1), 38–53. <http://pjmh.ejournal.unsri.ac.id/>
- Reivich, K., & Shatte, A. (2003). *The Resilience Factor: 7 Keys to Finding Your Inner Strength and Overcoming Life's Hurdles*. Potter.
- Robillard, R., Saad, M., Edwards, J., Solomonova, E., Pennestri, M. H., Daros, A., Veissière, S. P. L., Quilty, L., Dion, K., Nixon, A., Phillips, J., Bhatla, R., Spilg, E., Godbout, R., Yazji, B., Rushton, C., Gifford, W. A., Gautam, M., Boafu, A., ... Kendzerska, T. (2020). Social, Financial and Psychological Stress During An Emerging Pandemic: Observations From A Population Survey in the Acute Phase of COVID-19. *BMJ Open*, 10(12), 1–12. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-043805>
- Seligowski, A. V., Hill, S. B., King, C. D., Wingo, A. P., & Ressler, K. J. (2019). *Stress Resilience: Chapter 10 - Understanding Resilience: Biological Approaches in at-risk Populations*. Academic Press.
- Setyaningrum, W., & Yanuarita, H. A. (2020). Pengaruh Covid-19 Terhadap Kesehatan Mental Masyarakat Di Kota Malang. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 4(4). <https://doi.org/10.36312/jisip.v4i4.1580>
- Silalahi, R., Purba, J. ., Damanik, D., & Fahmi, M. (2013). *Teori Ekonomi Makro*. Citapustaka Media Perintis.
- Silambi, E. D. (2019). Pemutusan Hubungan Kerja Ditinjau Dari Segi Hukum. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Southwick, S. M., & Charney, D. S. (2018). *Resilience: The Science Of Mastering Life's Greatest Hhallenges*. University Press.
- Sugiyono. (2006). *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sukirno, S. (2000). *Makro Ekonomi Modern, Perkembangan Pemikiran dari Klasik Hingga Keynesian Baru*. PT. Rajagrafindo Persada.

- Sukirno, S. (2016). *Mikro Ekonomi Teori Pengantar*. PT. Rajagrafindo Persada.
- Sulastris, S., & Dede. (2021). Pengaruh Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) dan Potongan Gaji Terhadap Kesehatan Mental Karyawan UMKM Di Lampung Timur Pada Era Pandemic COVID-19. *Jurnal Manajemen & Bisnis Kreatif*, 7(1), 1–12. <https://doi.org/10.36805/manajemen.v7i1.1943>
- Tri Sulastris, & Muhammad Jufri. (2021). Resiliensi di Masa Pandemi: Peran Efikasi Diri dan Persepsi Ancaman Covid-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 12(1), 25–32. <https://doi.org/10.29080/jpp.v12i1.531>
- Tuwah, M. (2016). Resiliensi dan Kebahagiaan Dalam Perspektif Psikologi Positif. *El-Ghiroh*, 10(1), 131–141. <https://www.neliti.com/id/publications/294805/>
- Wolin, S. J., & Wolin, S. (1993). *The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise Above Adversity*. Villard Books.
- Yamali, F. R., & Putri, R. N. (2020). Dampak Covid-19 Terhadap Ekonomi Indonesia. *Ekonomis: Journal of Economics and Business*, 4(2), 384. <https://doi.org/10.33087/ekonomis.v4i2.179>
- Yoga, A. D. P., Sofiah, D., & Prasetyo, Y. (2022). Optimisme dan Resiliensi Pada Buruh yang Terkena Dampak Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) Dimasa Pandemi COVID-19. *INNER: Journal of Psychological Research*, 1(4), 187–193. <https://aksiologi.org/index.php/inner>
- Zulhartati, S. (2012). Pengaruh Pemutusan Hubungan Kerja Terhadap Karyawan Perusahaan. *Jurnal Pendidikan Sosiologi Dan Humaniora*, 1(1).

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A