

**PENGARUH *PARENT ATTACHMENT* DAN REGULASI EMOSI
TERHADAP RESILIENSI REMAJA KORBAN *BULLY***

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1)

Psikologi (S.Psi)



Adhystia Putri Henrizka

J91219086

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

2023

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh *Parent Attachment* dan Regulasi Emosi terhadap Resiliensi Remaja Korban *Bully*” 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 pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 12 Januari 2023



Adhystia Putri Henrizka

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Pengaruh *Parent Attachment* dan Regulasi Emosi
terhadap Resiliensi Remaja Korban *Bully*

Oleh:

Adhystia Putri Henrizka

J91219086

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 12 Januari 2023

Dosen Pembimbing

A handwritten signature in blue ink, consisting of several loops and a long vertical stroke, positioned below the text 'Dosen Pembimbing'.

Dr. Suryani, S.Ag, S.Psi, M.Si

NIP. 197708122005012004

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH *PARENT ATTACHMENT* DAN REGULASI EMOSI TERHADAP RESILIENSI REMAJA KORBAN *BULLY*

Yang disusun oleh:
Adhystia Putri Henrizka
J91219086

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Surabaya, 18 Januari 2023



Susunan Tim Penguji

Penguji I,

Dr. Suryani, S.Ag, S.Psi, M.Si
NIP. 197708122005012004

Penguji II,

Rizma Fitri, S.Psi, M.Si
NIP. 197403121999032001

Penguji III,

Dr. Lufiana Harnahy Utami, S.Pd, M.Si
NIP. 197602272009122001

Penguji IV,

Nova Lusiana, M.Keb
NIP. 198111022014032001

PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN AGAMA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@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 : Adhystia Putri Henrizka
NIM : J91219086
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan/Psikologi
E-mail address : adhystiaptr@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 :

Pengaruh *Parent Attachment* dan Regulasi Emosi terhadap Resiliensi Remaja Korban

Bully

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/formatkan, 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, 23 Januari 2023

Penulis

(Adhystia Putri Henrizka)

ABSTRACT

The purpose of this study to examine and analyze the effect of parent attachment and emotional regulation on the resilience of adolescent victims of bullying. The number of subjects in this study were 220 people. The research method used is correlational quantitative. Data obtained by purposive sampling technique. The data analysis applied was multiple linear regression analysis using SPSS for windows. The results showed that there was a partial effect of mother attachment on the resilience of adolescent victims of bullying with an effective contribution of 7,8%. The father attachment variable has a partial effect on the resilience of adolescent victims of bullying as much as 12%. Furthermore, emotional regulation has a partial effect on the resilience of adolescent victims of bullying with an effective contribution of 15,8%. Thus, it can be said that parent attachment and emotional regulation have an effect of 35,6% on the resilience of adolescent victims of bullying. The remaining 64,4% is influenced by other variables not examined.

Keywords: *Parent Attachment, Emotion Regulation, Resilience, Bully Victims.*

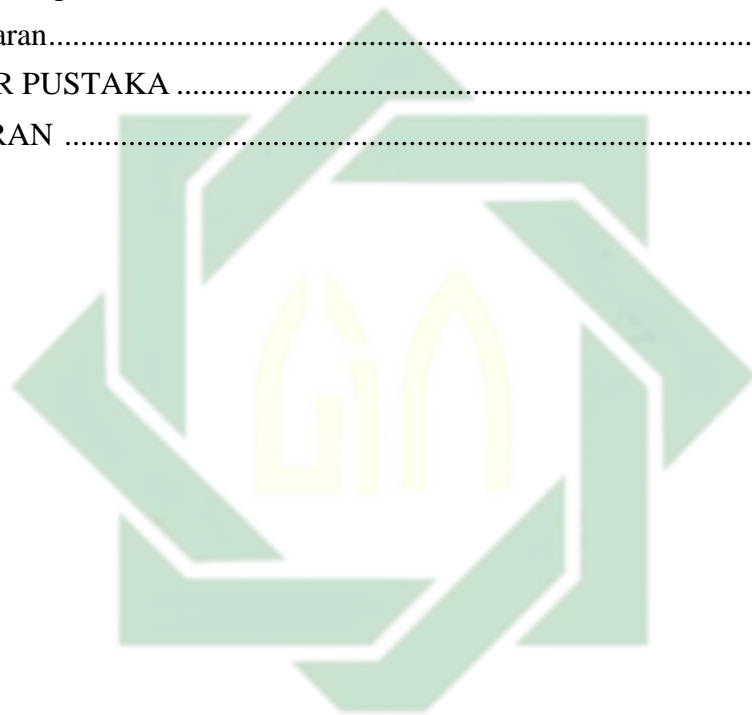


UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vii
MOTTO	viii
INTISARI.....	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
BAB I <u>P</u> ENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Keaslian Penelitian.....	9
D. Tujuan Penelitian.....	12
E. Manfaat Penelitian	13
BAB II <u>T</u> INJAUAN PUSTAKA.....	14
A. Resiliensi	14
B. <i>Parent Attachment</i>	20
C. Regulasi Emosi	28
D. Hubungan <i>Parent Attachment</i> dan Regulasi Emosi dengan Resiliensi	34
E. Kerangka Teoritik	38
F. Hipotesis.....	42
BAB III <u>M</u> ETODE PENELITIAN.....	44
A. Identifikasi Variabel	44
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	44
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	45
D. Rancangan Penelitian	47
E. Instrumen Penelitian.....	47
F. Validitas dan Realibilitas	50
G. Analisis Data	51

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	52
A. Hasil Penelitian.....	52
B. Deskripsi Data.....	62
C. Pengujian Hipotesis.....	65
D. Pembahasan	69
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	75
A. Kesimpulan.....	75
B. Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN	87



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data Siswa LBB Griya Talenta Bunda Surabaya	45
Tabel 2. Blue Print Skala Resiliensi Connor-Davidson	48
Tabel 3. Blue Print Skala Parent Attachment IPPA	49
Tabel 4. Blue Print Skala Regulasi Emosi DERS	50
Tabel 5. Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia	54
Tabel 6. Statistik Deskriptif Resiliensi Berdasarkan Usia	54
Tabel 7. Statistik Deskriptif Mother Attachment Berdasarkan Usia.....	55
Tabel 8. Statistik Deskriptif Father Attachment Berdasarkan Usia	56
Tabel 9. Statistik Deskriptif Kesukaran Regulasi Emosi Berdasarkan Usia.....	57
Tabel 10. Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin	58
Tabel 11. Statistik Deskriptif Resiliensi Berdasarkan Jenis Kelamin.....	58
Tabel 12. Statistik Deskriptif Mother Attachment Berdasarkan Jenis Kelamin ...	59
Tabel 13. Statistik Deskriptif Father Attachment Berdasarkan Jenis Kelamin.....	60
Tabel 14. Statistik Deskriptif Kesukaran Regulasi Emosi Berdasarkan Jenis Kelamin	60
Tabel 15. Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Bully yang Dialami.....	61
Tabel 16. Deskripsi Data Statistik Variabel	62
Tabel 17. Kategori Resiliensi.....	63
Tabel 18. Kategori Mother Attachment	64
Tabel 19. Kategori Father Attachment.....	64
Tabel 20. Kategori Kesukaran Regulasi Emosi	65
Tabel 21. Uji T Analisis Regresi Linear Berganda	66
Tabel 22. Uji F (ANOVA)	67
Tabel 23. Koefisien Determinasi (R square).....	68
Tabel 24. Sumbangan Efektif Variabel Bebas	68

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	42
-------------------------------	----



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Resiliensi dapat diartikan sebagai suatu kemampuan individu untuk mengatasi kecemasan, stres, dan depresi sehingga mampu bertahan serta bangkit ketika menghadapi kondisi yang sulit dalam kehidupannya (Connor & Davidson, 2003; Tampombeu & Wijono, 2022). Individu dapat dikatakan resilien atau tangguh apabila mampu bertahan dan beradaptasi ketika mengalami permasalahan yang penuh tekanan (Reivich & Shatte, 2002; Andriyani, 2021). Resiliensi mencerminkan kemampuan menyesuaikan diri dari peristiwa negatif dan bangkit kembali (*to bounce back*) dari suatu pengalaman yang menyebabkan stres (Ong *et al.*, 2006; Sari dkk., 2022).

Individu dengan resiliensi tinggi memiliki karakteristik sabar, gigih, yakin terhadap kompetensi diri, memiliki toleransi terhadap emosi negatif, tahan stres, mampu beradaptasi dengan perubahan, mampu menciptakan hubungan sosial yang baik dengan orang di sekitarnya, dan mampu mengambil sisi positif dari suatu permasalahan. Adapun individu dengan resiliensi rendah cenderung pesimis, cemas, depresi, sulit beradaptasi dengan perubahan, tidak memiliki keyakinan dalam mengatasi masalah, tidak produktif, dan sulit mengontrol emosi negatif (Rutter, 2012; Shintia & Maharani, 2021).

Terdapat faktor pembentuk resiliensi yang terdiri dari faktor *I have*, *I am*, dan *I can* (Grotberg, 1999; Wasahua dkk., 2019; Shintaningtyas & Wibawa, 2020). Faktor *I have* ialah pembentuk resiliensi yang berasal dari luar individu. Sumber *I have* mencakup pemaknaan individu terhadap dukungan dari lingkungan sekitarnya, hubungan atau kelekatan yang aman, dan fasilitas kehidupan. Faktor *I am* berkaitan dengan kekuatan dalam diri individu seperti percaya diri, optimis, bangga dengan diri sendiri, perasaan disayangi orang lain, mencintai dan empati pada orang lain. Faktor *I can* merupakan sumber resiliensi individu dari keterampilan sosial interpersonal yang dapat dilakukan. Keterampilan yang dimaksud meliputi cara berkomunikasi, membangun hubungan sosial yang saling mempercayai, mengelola emosi, dan memecahkan masalah.

Resiliensi menjadi suatu kemampuan yang menunjang keberhasilan individu dalam melewati masa-masa sulit di kehidupannya. Salah satu permasalahan serius yang dapat merugikan remaja adalah *bullying*. *Bullying* merupakan tindakan agresif yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang yang merasa lebih berkuasa ke individu yang lemah untuk menyakiti korban baik secara fisik, psikologis dan sosial yang dilakukan dengan sengaja dan berulang-ulang (Swearer & Hymel, 2015). Fenomena tindakan *bullying* yang kerap kali terjadi di kalangan remaja mencakup melontarkan ejekan, julukan nama, fitnah, mengucilkan korban, memukul, mencekik, dan menendang.

Carroll *et al.* (2009) menyebutkan bahwa remaja yang menjadi pelaku *bullying* dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain lemahnya empati pada orang lain, buruknya hubungan pelaku dengan orang tuanya, mengikuti kelompok teman

sebagai yang melakukan *bullying* sebagai wujud fase perkembangan psikologis remaja yang membutuhkan pengakuan eksistensi diri. Konsekuensi dari *bullying* memberikan pengaruh negatif yang signifikan bagi para korban. Pada beberapa kasus yang telah terjadi, tidak jarang korban merasa tertekan, depresi, kehilangan harga diri, menarik diri, mengalami hambatan akademik, hingga peningkatan risiko bunuh diri (Hinduja & Patchin, 2010; Zakiyah dkk., 2017).

Berbagai media dan riset di dalam maupun luar negeri memaparkan data kasus *bullying* yang begitu memprihatinkan. Departemen Pendidikan Amerika Serikat pada tahun 2016 mempublikasikan *Student Report of Bullying* dengan hasil siswa yang pernah menjadi korban *bullying* sebesar 20,8% (U.S. Department of Education, 2016). Penelitian yang dilakukan di Peru dan Kolumbia juga menunjukkan angka *bullying* yang tinggi sebesar 40-50% (Menesini & Salmivalli, 2017). Senada dengan riset yang dilakukan oleh Syed (2018) di Hongkong menyatakan bahwa 70% dari 1.800 siswa pernah mengalami *bully*. Data hasil riset *Programme for International Students Assessment (PISA)* tahun 2018 menunjukkan data bahwa sebanyak 41,1% murid di Indonesia pernah menjadi korban *bully* dan berada pada urutan kelima dengan angka *bullying* tertinggi dari 78 negara (Databoks, 2019). Pada tahun 2022 Komisi Perlindungan Anak Indonesia telah menerima pengaduan kekerasan fisik, psikis, dan *bullying* sebanyak 226 kasus (Kemenpppa, 2022).

Resiliensi remaja korban *bully* sangat penting untuk dikaji dan ditingkatkan agar remaja mampu memenuhi tugas-tugas perkembangannya dalam tahap remaja. Santrock (2003) memaparkan beberapa tugas perkembangan remaja antara lain

mampu menjalin relasi yang baik dengan teman, memanfaatkan fisik secara optimal, mengendalikan emosi, mengembangkan etika bertingkah laku, dan mempersiapkan karier ekonomi. Meskipun remaja korban *bully* jelas berisiko terparap dampak negatif, namun tidak semua korban mengalami keterpurukan yang berlarut. Claudia & Sudarji (2019) menyatakan bahwa remaja korban *bullying* dengan resiliensi tinggi mampu bangkit dari keterpurukan akibat perilaku *bullying* yang diterima dan mampu bertahan menghadapi permasalahan dengan cara yang positif.

Terdapat sejumlah fenomena yang menunjukkan bahwa korban *bully* memiliki resiliensi yang tinggi sehingga mampu melewati masalahnya. Korban *bully* di Semarang tetap yakin dapat bertahan dan menggapai cita-citanya meskipun telah mengalami *bullying* fisik karena korban mampu meregulasi perasaannya dengan cara berbagi cerita traumatis dan tetap sabar secara emosional (Hasyim dkk., 2021). Remaja di Makassar juga menunjukkan sikap pantang menyerah dalam berprestasi dan tetap membina hubungan baik dengan orang di sekitarnya setelah melewati peristiwa *bully* secara verbal (Palinggi dkk., 2022). Sama halnya dengan 394 siswa di Bandung yang pernah mendapatkan *bullying* mengaku tetap yakin dapat berkembang karena mampu adaptif dan memaknai hubungan baik dengan lingkungan sekitarnya (Rachmadifa & Borualogo, 2020). Adapun salah satu siswa di New York yang sering menjadi sasaran *bully* verbal dan fisik semasa di bangku sekolah karena berkulit hitam, akan tetapi mampu bangkit menghadapi masa-masa sulitnya hingga berhasil meraih impiannya menjadi aktor ternama (Belinda, 2020).

Selama satu dekade terakhir, sejumlah penelitian dan publikasi dari beberapa negara menunjukkan resiliensi korban *bully* berada pada tingkatan sedang dan tinggi. Riset yang dilakukan oleh Sakdiyah dkk. (2020) di Demak menunjukkan bahwa siswa korban *bully* yang memiliki resiliensi tinggi sebanyak 53,1%. Penelitian serupa yang dilakukan Sujadi dkk. (2021) memaparkan resiliensi yang dimiliki oleh 77% korban *bully* di Riau berada pada kategori tinggi. Riset pada 48 keluarga korban *bully* di Afrika juga menunjukkan resiliensi yang baik (Greeff & Van den Berg, 2013). Sama halnya dengan studi pada korban *bully* di Taiwan memaparkan resiliensi yang baik sehingga korban mampu meminimalisir dampak negatif dari peristiwa *bullying* yang merugikan (Lin *et al.*, 2022).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap lima korban *bully* di LBB Griya Talenta Bunda Surabaya pada tanggal 20 Oktober 2022 menunjukkan bahwa bentuk *bully* yang pernah dialami beragam. Mulai dari *bully* secara verbal seperti melontarkan ejekan, ancaman, hingga *bully* secara fisik dengan cara memukul, menendang, atau menarik baju hingga korban merasa tercekik. Setelah korban mengalami kejadian traumatis tersebut, korban merasa dirinya tidak berharga, tertekan, takut, ingin menyendiri, malu untuk bertemu teman-temannya, dan enggan masuk sekolah. Cukup berat bagi korban untuk dapat menerima perlakuan negatif dan memaafkan pelaku. Akan tetapi, penyintas *bully* mampu memaknai dukungan dan kelekatan yang aman dengan orang tua atau teman terdekatnya. Hal tersebut yang menunjang kemampuan individu untuk menyalurkan emosinya secara positif dengan berbagi cerita dan bersama-sama mencari solusi permasalahan. Individu mampu memahami sikap yang dapat

dilakukan agar tidak terlihat lemah dan tidak menjadi sasaran *bully* sehingga mampu bangkit dari keterpurukannya.

Life-course theories of resilience menempatkan hubungan positif dengan orang tua dan teman sebaya sebagai penentu resiliensi di masa remaja (Rutter, 1999; Sapouna & Wolke, 2013). Berdasarkan meta-analisis Rasmussen *et al.* (2019), *parent attachment* berfungsi untuk menurunkan risiko negatif setelah individu mengalami kesulitan karena orang tua dianggap sebagai basis yang aman ketika mendapatkan tekanan. Senada dengan hasil penelitian Bowes *et al.* (2010) menunjukkan bahwa individu dengan tingkat konflik yang rendah dengan orang tua melaporkan tingkat depresi yang lebih rendah setelah menjadi korban *bullying*. *Parent attachment* merupakan persepsi anak terhadap perasaan dan ikatan emosional yang terjalin dengan orang tua selama kehidupan anak (Armsden & Greenberg, 1987; Teng *et al.*, 2020).

Terwujudnya *attachment* antara ibu dan anak dimulai sejak anak berada di dalam kandungan, dilahirkan, diberi ASI, dan terus berjalan seiring bertambahnya usia anak. Secara psikologis, afirmasi positif yang diberikan ibu kepada bayi dalam kandungan, kontak fisik saat menyusui, dan komunikasi penuh kasih sayang dapat meningkatkan kelekatan emosional yang dirasakan anak (Aryanti, 2017). Riset yang dilakukan oleh Anapratwi & Handayani (2013) memberikan hasil bahwa remaja yang mampu membangun hubungan sosial dengan baik dan mudah menyesuaikan diri dikarenakan mendapat rasa aman dan nyaman dari *attachment* tinggi pada ibu.

Upaya membangun *attachment* tidak hanya menjadi tugas dari seorang ibu, melainkan sosok ayah juga berperan penting dalam mewujudkan *attachment* pada anak. Ayah dapat memupuk *attachment* dengan meningkatkan rasa percaya diri pada anak melalui aktivitas fisik dan mendorong keinginan berprestasi (Zahidah dkk., 2022). *Attachment* yang dipersepsikan anak terhadap ayahnya berperan penting dalam memberikan keyakinan dalam kehidupan sosial pada fase remaja (McLanahan & Carlson, 2002). Individu dengan *attachment* pada ayah yang tinggi akan merasa nyaman dengan lingkungan sekitar, mudah melakukan penyesuaian diri, pantang menyerah, dan memiliki resiliensi yang tinggi ketika mengalami masalah (Ekasari & Bayani, 2009).

Penelitian Erdem (2017) yang mengkaji resiliensi pada siswa di Turki menunjukkan hasil bahwa resiliensi dipengaruhi secara positif dan signifikan oleh *parent attachment*, dengan kata lain semakin tinggi *parent attachment* maka resiliensi yang dimiliki individu akan semakin tinggi. *Parent attachment* dinilai sebagai penentu kesehatan mental dan resiliensi remaja. Senada dengan temuan Hasya (2022) bahwa *parent attachment* berpengaruh positif dengan resiliensi pada santri. Dapat diartikan bahwa semakin aman kelekatan remaja dengan orang tua, maka semakin mudah remaja mengembangkan rasa aman dan hubungan baik dengan orang lain meskipun sedang mengalami peristiwa penuh tekanan.

Remaja korban *bully* juga membutuhkan kemampuan regulasi emosi yang baik agar dapat mencapai resilien. Sesuai dengan *the broaden and build theory of positive emotions*, kemampuan resilien individu dapat dikembangkan oleh adaptasi pengalaman emosi negatif menjadi emosi yang positif (Fredrickson, 2001; Utami,

2020). Kemampuan untuk mengidentifikasi, mengendalikan, dan mengungkapkan emosi secara tepat disebut dengan regulasi emosi (Greenberg, 2002; Kiranadevi, 2022). Kemampuan mengelola emosi yang tinggi akan membuat individu mampu bertahan dan bangkit dari kesengsaraan setelah mendapati peristiwa traumatis. Dengan demikian, dapat diartikan bahwa resiliensi yang dimiliki individu dapat dipengaruhi oleh kemampuan meregulasi emosi (Goleman & Hermaya, 2002; Ulum, 2018).

Hal tersebut didukung oleh temuan Samsami *et al.* (2022) yang menghasilkan korelasi positif dan signifikan antara regulasi emosi dan resiliensi korban *bully*, artinya apabila kemampuan regulasi emosi individu tinggi maka resiliensi yang dimiliki juga semakin tinggi. Pada penelitian tersebut menegaskan bahwa regulasi emosi pada korban *bully* dapat meningkatkan resiliensi, mengurangi kecemasan, dan depresi. Begitu juga dengan riset Ridwan (2020) menunjukkan hasil bahwa regulasi emosi berkorelasi positif dan signifikan terhadap resiliensi taruna politeknik. Hal ini dikarenakan kemampuan regulasi emosi dapat menghindarkan diri untuk memunculkan emosi berlebihan sehingga individu tetap gigih ketika mendapati kesulitan dan yakin untuk mengoptimalkan potensi dirinya.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, kajian mengenai resiliensi korban *bully* menjadi topik yang penting untuk diteliti. Individu dengan resiliensi tinggi mampu bertahan dan mengatasi stres dengan baik ketika menghadapi kejadian negatif seperti *bullying* (Holaday & McPhearson, 1997; Martin dkk., 2021). Korban *bully* yang memiliki resiliensi rendah akan lebih mudah terpapar dampak negatif *bullying* seperti cemas berlebih, tertekan, terancam, merasa

terasingkan, dan tidak berharga. Oleh karena itu, Hendriani (2018) menyebutkan bahwa individu dengan resiliensi baik lebih mudah menyesuaikan diri dari situasi tertekan yang kurang menyenangkan dalam hidupnya. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi remaja, orang tua, dan tenaga pendidik dalam memberikan intervensi terhadap korban *bully* agar mampu kembali bangkit dari keterpurukannya dan berkembang meraih impiannya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, peneliti mengajukan beberapa rumusan masalah antara lain:

1. Apakah terdapat pengaruh antara *parent attachment* terhadap resiliensi remaja korban *bully*?
2. Apakah terdapat pengaruh antara regulasi emosi terhadap resiliensi remaja korban *bully*?
3. Apakah terdapat pengaruh antara *parent attachment* dan regulasi emosi terhadap resiliensi remaja korban *bully*?

C. Keaslian Penelitian

Terdapat sejumlah penelitian yang menjadi dasar acuan dalam penelitian ini. Penelitian Maximo & Carranza (2016) pada 843 mahasiswa pascasarjana di Filipina telah meneliti pengaruh *parental attachment* pada resiliensi mahasiswa. Berdasarkan metode survei yang telah digunakan, ditemukan bahwa *parental attachment* yang aman mampu menghasilkan resiliensi yang lebih tinggi.

Suatu studi Guo (2019) di Cina menyelidiki hubungan antara *parent attachment* dan resiliensi pada 104 remaja dari keluarga orang tua tunggal dan 871

remaja dari keluarga utuh. Temuan menunjukkan bahwa *attachment* ibu yang aman memainkan peran penting bagi peningkatan resiliensi, khususnya di kalangan remaja Cina dari keluarga orang tua tunggal. Resiliensi pada remaja dari keluarga utuh akan semakin tinggi apabila *parent attachment* juga tinggi.

Zhu *et al.*, (2021) telah mengkaji bahwa *parental attachment* dapat memoderasi hubungan antara viktimisasi *cyberbullying* dan masalah kesehatan mental di kalangan remaja Cina. Metode pemilihan subjek pada penelitian ini menggunakan *stratified random sampling* dan sebanyak 3.232 remaja berusia 15-17 tahun menjadi subjek penelitian. Penelitian memaparkan hasil bahwa *parental attachment* yang aman dapat menumbuhkan resiliensi, termasuk meningkatkan regulasi emosi dan koping positif untuk mengurangi risiko masalah kesehatan mental akibat *cyberbullying*.

Riset yang dilakukan oleh Yu *et al.*, (2020) menyelidiki hubungan antara keterikatan orang tua-anak dan resiliensi psikologis. Subjek dalam penelitian ini dipilih dengan metode *cluster sampling* sebanyak 614 mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *parent attachment* berkorelasi positif dengan ketahanan psikologis. Artinya semakin tinggi *parent attachment*, maka resiliensi yang dimiliki individu juga akan semakin tinggi.

Penelitian Yoanna (2021) bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *parent attachment* yang *secure* dan resiliensi. Sejumlah 90 remaja di Semarang yang berusia 12-19 tahun menjadi subjek dalam penelitian ini. Ditemukan hasil bahwa *parent attachment* memiliki hubungan positif yang signifikan terhadap resiliensi pada remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh Sukmaningpraja & Santhoso (2016) bertujuan untuk mengkaji pengaruh regulasi emosi terhadap resiliensi pada siswa yang menuntut ilmu di sekolah asrama berbasis militer. Subjek penelitian ini ialah 90 siswa berusia 14-17 tahun di sekolah berasrama Magelang. Berdasarkan analisis regresi linier sederhana ditemukan hasil regulasi emosi berpengaruh terhadap resiliensi sebesar 46,6%.

Mestre *et al.* (2017) telah melakukan suatu riset untuk mengeksplorasi hubungan antara kemampuan regulasi emosi dan resiliensi pada remaja dari sekolah menengah pertama di pinggiran Kota Jerez de la Frontera, Spanyol. Sampel terdiri dari 164 remaja dengan kisaran usia 13-16 tahun. Hasil mendukung gagasan bahwa kemampuan regulasi emosi merupakan prediktor signifikan dari resiliensi remaja.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Magfiroh (2019) telah mengkaji pengaruh regulasi emosi terhadap resiliensi remaja binaan Lembaga Pembinaan Khusus Anak di Blitar. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 78 remaja yang telah dipilih menggunakan teknik *random sampling*. Berdasarkan pengujian analisis regresi linier sederhana, regulasi emosi memberikan pengaruh sebesar 65% terhadap resiliensi remaja.

Riset yang dilakukan Luu (2021) pada 672 pekerja karyawan pariwisata di Vietnam selama krisis pandemi bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara regulasi emosi, *beliefs challenge*, dan ketegangan keluarga terhadap resiliensi yang dimiliki individu. Hasil penelitian mengungkapkan semakin tinggi regulasi emosi dan *beliefs challenge*, maka resiliensi karyawan akan semakin tinggi. Semakin rendah ketegangan keluarga, semakin tinggi resiliensi karyawan.

Ridwan (2020) telah meneliti pengaruh antara tingkat regulasi emosi terhadap tingkat resiliensi pada taruna Politeknik Ilmu Pemasarakatan angkatan 54 di Depok, Jawa Barat. Subjek berjumlah 78 orang berusia kisaran 18-21 tahun. Hasil temuan menunjukkan bahwa variabel regulasi emosi menyumbangkan 57,7% pengaruh terhadap terbentuknya resiliensi. Semakin tinggi regulasi emosi semakin tinggi resiliensi, demikian sebaliknya, semakin rendah regulasi emosi semakin rendah resiliensi.

Berdasarkan sepuluh penelitian terdahulu yang telah diuraikan di atas, ditemukan persamaan dan perbedaan antara penelitian sebelumnya dengan penelitian ini. Persamaan terletak pada metode yang digunakan yaitu metode kuantitatif serta variabel yang digunakan yaitu *parent attachment*, regulasi emosi, dan resiliensi. Adapun perbedaan terletak pada peletakan kerangka teori dan subjek yang ditetapkan. Pada penelitian ini akan mengkaji pengaruh variabel *parent attachment* dan regulasi emosi secara bersama-sama terhadap resiliensi. Subjek yang digunakan ialah remaja korban *bully*.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk menguji dan menganalisis pengaruh *parent attachment* terhadap resiliensi remaja korban *bully*.
2. Untuk menguji dan menganalisis pengaruh regulasi emosi terhadap resiliensi remaja korban *bully*.
3. Untuk menguji dan menganalisis pengaruh *parent attachment* dan regulasi emosi terhadap resiliensi remaja korban *bully*.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian diharapkan dapat memperkaya teori yang telah ada dan mengembangkan ilmu psikologi positif mengenai resiliensi pada remaja korban *bully*.
- b. Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan bahan referensi dan pertimbangan pada penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi acuan di lingkup pendidikan dan masyarakat khususnya bagi guru dan orang tua untuk turut andil dalam menangani fenomena *bullying*.
- b. Hasil penelitian diharapkan dapat membantu remaja korban *bully* dalam mengembangkan kemampuan resiliensinya sehingga dapat bertahan dan bangkit setelah mendapatkan perlakuan *bully*.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Resiliensi

1. Pengertian Resiliensi

Resiliensi diartikan sebagai kemampuan yang dimiliki individu dalam mengatasi kecemasan, stres, dan depresi sehingga mampu bertahan serta bangkit ketika menghadapi kondisi yang sulit dalam kehidupannya (Connor & Davidson, 2003). Reivich & Shatte (2002) mengartikan resiliensi sebagai suatu kemampuan individu untuk mengatasi, melewati, dan kembali ke situasi awal seperti sebelum mendapatkan peristiwa tertekan atau trauma dalam kehidupannya.

Resiliensi ialah salah satu konsep dalam ilmu psikologi positif untuk memahami dan mengukur ketangguhan individu untuk bertahan, pulih, dan berkembang pada saat mengalami kejadian yang membuat dirinya merasa tertekan (McCubbin, 2001). Grothberg (1999) memaparkan bahwa resiliensi ialah kapasitas ketangguhan yang dimiliki individu dalam mencegah atau meminimalisir dampak negatif dari peristiwa yang menyebabkan *adversity* (kesengsaraan) dan dapat memecahkan suatu masalah.

Menurut Siebert (2005) yang dimaksud dengan resiliensi merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi dengan perubahan hidup, bertahan ketika mendapati masalah tanpa melakukan kekerasan, dan kembali bangkit dari trauma atau kesengsaraan (Deslyana, 2021). Kemampuan resiliensi yang dimiliki oleh

individu menjadi salah satu pendukung dalam melakukan adaptasi positif dan coping yang efektif terhadap suatu kesulitan hidup (Lazarus, 1993; Tugade & Fredrickson, 2004).

Adapun menurut gagasan yang dikemukakan oleh Richardson (2002), menyatakan bahwa resiliensi merupakan proses coping dalam menghadapi adanya pemicu stres, kesukaran, maupun tantangan. Resiliensi menggambarkan tingkat ketangguhan dan ketahanan pada dalam diri individu. Individu yang resilien akan memaksimalkan kemampuan dirinya dan dukungan eksternal yang diterima untuk bertahan, melewati, dan bangkit dari berbagai peristiwa negatif yang dialaminya (Block & Kremen, 1996; Tugade & Fredrickson, 2004).

Resiliensi bukanlah merupakan suatu sifat menetap yang dibawa individu sejak lahir (Meichenbaum, 2007), melainkan merupakan kemampuan yang terbentuk seiring berjalannya kehidupan dengan didukung kekuatan dari dalam maupun luar individu. Resiliensi meliputi adaptasi terhadap situasi menkan yang menyebabkan kesengsaraan atau menyebabkan hambatan dalam aktivitas kehidupan sehari-hari (Luthar & Zelazo, 2003).

Pada perspektif Al-Qur'an, pengajaran Islami mendukung individu dalam menyelesaikan permasalahan yang dialami, segera bangkit, dan memulihkan semangat guna tetap mampu menjalankan fase kehidupan selanjutnya. Sejatinnya, Allah SWT. memberikan ujian atau persoalan yang sesuai dengan kapasitas setiap individu. Barangsiapa yang mampu resilien dalam menghadapi ujian tersebut akan mendapatkan balasan berupa kebaikan yang setara dari Allah SWT. Karakteristik individu yang resilien dalam pandangan Al-Qur'an ialah individu

yang tabah, sabar, optimis, berjiwa besar, serta pantang menyerah (Wahidah, 2020).

Berdasarkan pengertian dari beberapa ahli di atas, dapat dinyatakan resiliensi merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi, bertahan, dan memecahkan masalah sehingga dapat bangkit kembali dalam menghadapi kondisi yang sulit atau tertekan di dalam kehidupannya.

2. Aspek-Aspek Resiliensi

Connor & Davidson (2003) menyebutkan bahwa dalam resiliensi terdapat lima aspek antara lain sebagai berikut:

a. Kompetensi pribadi

Terdiri dari kompetensi individu dalam menerapkan standar tujuan hidup yang tinggi, dan sikap gigih dalam menjalani kehidupan. Kompetensi pribadi mencakup kemampuan gigih, teguh, dan tangguh ketika berjuang mencapai tujuannya meskipun mendapati situasi yang sulit. Standar tujuan yang tinggi menunjukkan ketekunan dalam menggapai tujuan sekali pun kondisi yang dihadapi menekan atau traumatik.

b. Kepercayaan diri

Pada aspek ini menggambarkan individu yang percaya terhadap dirinya sendiri bahwa dirinya memiliki toleransi terhadap emosi negatif sehingga mampu kuat dan tahan terhadap stres. Individu yang resilien menunjukkan kekuatan untuk tetap tenang menghadapi masalah, fokus dalam mengerjakan tugas, dan berpikir jernih meskipun dalam situasi yang menekan sehingga tingkat stres dapat diminimalisir.

c. Penerimaan positif

Aspek penerimaan positif menggambarkan individu yang mampu menerima segala perubahan dalam hidupnya yang menyebabkan kesulitan dan tetap mampu menjalin hubungan sosial yang baik dengan orang-orang yang ada di sekitarnya.

d. Kontrol diri

Individu yang resilien mampu melakukan kontrol terhadap dirinya baik pada segi emosi maupun perilaku. Pada aspek kontrol diri terdapat keterkaitan antara kemampuan mengelola emosi dengan bagaimana individu mengarahkan perilakunya ketika menghadapi masalah. Individu yang resilien akan mampu mengendalikan perasaan dan perilakunya untuk memecahkan masalah agar dapat mencapai tujuan dari kehidupannya. Individu mampu memecahkan masalah dengan cara mengatur emosi, meminta bantuan orang lain, dan mengoptimalkan kemampuan dirinya.

e. Spiritualitas

Aspek pengaruh spiritual mencakup hubungan antara individu dengan Tuhannya. Individu yang resilien memiliki kepercayaan bahwa ada Tuhan yang akan membantu dirinya melewati setiap permasalahan dan terdapat hikmah atau pelajaran dari kondisi sulit yang dialami.

3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Resiliensi

Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi individu, antara lain (Reivich & Shatte, 2002; Krause *et al.*, 2019):

a. Regulasi emosi

Regulasi emosi merupakan kemampuan individu dalam mengatur emosi pada kondisi yang menekan sehingga perhatian dan perilaku yang dimunculkan mampu mengatasi suatu permasalahan. Regulasi emosi menjadi salah satu faktor pembentuk resiliensi, keberhasilan tugas, mempertahankan kesehatan fisik, psikis, dan menjalin hubungan interpersonal yang baik.

b. Pengendalian impuls

Pengendalian impuls merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk mengontrol keinginan, harapan, dukungan, maupun hambatan yang muncul dalam kehidupan sehari-hari. Individu yang mampu mengendalikan impuls dengan baik akan memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik pula.

c. Optimisme

Optimisme merupakan keyakinan individu bahwa dirinya dapat menyelesaikan suatu permasalahan, berubah menjadi lebih baik, memandang segala persoalan secara positif, memiliki harapan terhadap masa depan sehingga tujuan yang telah direncanakan dapat tercapai. Individu yang optimis menunjukkan kesehatan fisik, mental, dan tingkat produktivitas yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang pesimis.

d. Analisis penyebab

Analisis penyebab menggambarkan kemampuan individu dalam mengartikan secara tepat mengenai penyebab timbulnya permasalahan yang terjadi pada dirinya. Kemampuan analisis penyebab mampu efektif meningkatkan resiliensi karena individu tidak menyalahkan diri sendiri atau orang lain atas

kejadian yang diterima melainkan lebih fokus pada upaya memecahkan masalah. Energi pada dirinya akan dimaksimalkan untuk bangkit dari keterpurukan dan meraih kesuksesan.

e. Empati

Empati diartikan sebagai kemampuan memahami kondisi psikologis dan emosional orang lain dengan cara membaca isyarat perilaku orang tersebut. Individu dengan kemampuan empati yang rendah akan menghambat terciptanya resiliensi karena individu tidak memiliki hubungan sosial positif yang mampu menunjang keberhasilan dalam menghadapi permasalahan atau peristiwa merugikan.

f. Efikasi diri

Efikasi diri menandakan individu yang yakin bahwa dirinya mampu mengatasi suatu permasalahan yang dialaminya hingga meraih keberhasilan. Dengan efikasi diri, individu menjadi pantang menyerah untuk terus mencari cara untuk bangkit dari kesengsaraan yang dirasakannya.

g. *Reaching out*

Reaching out mencerminkan individu yang mampu menggapai tujuan dan aspek positif sesudah mendapati peristiwa negatif. Individu tidak memandang permasalahan sebagai suatu ancaman atau hambatan, melainkan sebagai suatu tantangan. Oleh karena itu, individu mampu resilien ketika menghadapi situasi penuh tekanan.

h. *Attachment*

Attachment (kelekatan) sejak awal kehidupan individu dengan orang tua akan berpengaruh pada hubungan selanjutnya, terutama pada tingkat depresi dalam sepanjang rentang kehidupan. *Insecure attachment* (kelekatan yang tidak aman) merupakan faktor risiko timbulnya depresi, keparahan penyakit, dan kekambuhan. Adapaun *secure attachment* (kelekatan yang aman) mampu menurunkan reaktivitas stres dan meningkatkan resiliensi (Krause *et al.*, 2019).

B. *Parent Attachment*

1. Pengertian *Parent Attachment*

Menurut Armsden & Greenberg (1987) *parent attachment* merupakan suatu persepsi anak terhadap perasaan dan ikatan emosional yang terjalin dengan orang tua selama kehidupan anak. Selaras dengan pengertian dari Santrock (2012) bahwa *attachment* ialah suatu hubungan dan ikatan emosional yang erat antara dua atau lebih individu. *Attachment* menunjukkan perilaku yang cenderung ingin selalu dekat dengan figur lekatnya (Anapratwi & Handayani, 2013).

Menurut Ainsworth (2006) *parent attachment* ialah ikatan emosional yang terbangun melalui interaksi intens dan terus-menerus antara yang dirasakan oleh anak terhadap orang tuanya. *Parent attachment* mampu mendukung kemampuan setiap individu untuk adaptif dalam kemampuan sosial pada tahap perkembangan selanjutnya. Ciri ikatan emosional yang membangun *attachment* adalah bersifat timbal balik, artinya di antara anak dan orang tua saling menghadirkan rasa aman dan kasih sayang yang mengikat keduanya. Sekali pun orang tua tidak berada

dalam jangkauan anak, akan tetapi anak tetap merasakan rasa aman dan kasih sayang dari orang tuanya.

Parent attachment juga dapat diartikan sebagai suatu ikatan emosional yang terjalin dengan kuat akibat adanya interaksi antara orang tua dan anak. Ikatan emosional yang dimaksud meliputi kehangatan, kenyamanan, keintiman, dan hubungan aman yang berkelanjutan semasa hidup anak. *Attachment* yang kuat akan memunculkan kebahagiaan, kepuasan, dan keamanan pada individu yang menjalin hubungan (Bowlby, 1979; Bowlby & Ainsworth, 2013).

Kualitas *parent attachment* yang dirasakan individu pada masa kecil dapat mempengaruhi bagaimana individu akan membangun ikatan atau hubungan dengan orang lain di masa mendatang (Fraley & Davis, 1997). Artinya, individu yang telah merasakan *attachment* yang kuat, akan menciptakan pola *attachment* yang sama di masa mendatang. Sebaliknya, individu dengan pengalaman *attachment* yang lemah kurang mampu menjalin *attachment* dengan orang-orang di sekitarnya.

Attachment mulai berkembang sejak awal kehidupan anak dan akan terus berlanjut selama orang tua dan anak saling berinteraksi (Berlin *et al.*, 2008). Teori psikologi perkembangan Erikson (2010) menyatakan bahwa pada setahun awal kehidupan anak merupakan tahap munculnya kepercayaan *versus* ketidakpercayaan. *Attachment* secara fisik serta emosional berperan penting dalam tahap perkembangan tersebut. Kenyamanan fisik dan perawatan responsif yang dirasakan anak akan memunculkan pondasi kepercayaan pada anak. Kepercayaan yang dirasakan individu pada masa bayi merupakan dasar

terciptanya keyakinan individu bahwa dirinya mampu membangun *attachment* dengan orang lain dan mampu melalui kesulitan dalam kehidupan mendatang dengan baik.

Perspektif ajaran Islam pun telah lebih dahulu membahas mengenai *parent attachment*. Pada sebuah hadist pada kitab Riyadhus Sholihin, Rasulullah SAW. bersabda: “Barangsiapa tidak menyayangi maka ia tidak akan diberi kasih sayang atau disayangi.” (An-Nawawi, 2006). Penjelasan dari hadits tersebut menganjurkan para orang tua untuk mengasuh anak-anaknya dengan pengasuhan terbaik. Orang tua diharapkan dapat menerapkan *parent attachment* yang aman dan kuat dengan anaknya.

Seorang ayah dan ibu memiliki kontribusi peranan yang seimbang dalam menciptakan *parent attachment* (Siregar & Siregar, 2018). Sejak awal kehidupannya, anak membutuhkan peran *mother attachment* untuk memberikan rasa aman, nyaman, dan ibu juga memiliki hormon oksitosin yang berperan penting dalam menjalin ikatan antara ibu dan anak (Santrock, 2012). Seorang ayah juga memiliki peranan penting dalam memberikan perlindungan dan kasih sayang kepada anaknya. Perkembangan sosial remaja seorang anak dapat ditentukan dari *father attachment* yang dibangun interaksi intens, komunikasi dua arah, mengasihi, dapat diandalkan, dan memberikan perlindungan fisik (Purnama & Wahyuni, 2017).

Berdasarkan pemaparan para ahli tersebut, maka *parent attachment* dapat diartikan sebagai persepsi anak terhadap ikatan emosional yang terjalin kuat antara orang tua dan anak yang memberikan rasa aman, nyaman, dan mendukung

adaptasi diri anak dengan lingkungan. *Parent attachment* memiliki kontribusi bagi anak untuk melewati tahap perkembangan selanjutnya dengan baik.

2. Pola *Parent Attachment*

Pola *parent attachment* terbagi menjadi dua, yaitu kelekatan aman atau *secure attachment* dan kelekatan tidak aman atau *insecure attachment* (Contreras, 2016). *Secure attachment* mencakup rasa cinta, kasih sayang, perlindungan, dan perawatan yang diberikan oleh orang tua kepada anaknya. Orang tua yang menciptakan *secure attachment* pada anak akan mampu memahami dan memenuhi kebutuhan anaknya. Anak merasa orang tua selalu hadir dan memperhatikan di setiap aktivitas atau perkembangannya. Oleh karena itu, antara anak dan orang tua muncul rasa nyaman dan aman sehingga keduanya senang menghabiskan waktu bersama.

Sebaliknya, *insecure attachment* menggambarkan orang tua yang tidak berperan dalam menumbuhkan ikatan baik secara fisik maupun emosional. Orang tua cenderung tidak memahami kebutuhan anak, mengabaikan, dan tidak peduli dengan kehadiran anak. Anak akan merasa figur lekatnya tidak memberikan rasa aman ketika dibutuhkan. Hal tersebut dapat memberikan dampak negatif pada hadirnya emosi tidak stabil dan perilaku maladaptif pada anak terutama saat mengalami permasalahan di masa mendatang. Anak juga akan merasa kesulitan untuk membangun *attachment* dengan orang-orang di sekitarnya.

3. Aspek-Aspek *Parent Attachment*

Berdasarkan teori Armsden & Greenberg (2009) di dalam *parent attachment* mencakup tiga aspek antara lain:

a. Komunikasi (*communication*)

Salah satu aspek yang mencerminkan ikatan emosional yang kuat antara anak dan orang tua adalah terciptanya komunikasi dua arah yang efektif dan harmonis. Komunikasi mencakup tentang bagaimana respon, penilaian, dan persepsi orang tua terhadap keadaan emosional anak serta tingkat keterlibatan komunikasi antara orang tua dan anak. *Parent attachment* dapat terbentuk mulai dari sejak awal masa kehidupan anak. Pada masa bayi, anak membutuhkan kedekatan dan rasa nyaman dari orang tuanya terutama saat merasakan bahaya. Menginjak masa remaja, anak membutuhkan kedekatan dalam bentuk nasihat dan dukungan. Oleh sebab itu, komunikasi menjadi hal yang penting untuk mewujudkan *parent-child attachment*.

b. Kepercayaan (*trust*)

Aspek kepercayaan pada *parent attachment* diartikan sebagai perasaan yakin dan aman pada anak bahwa keberadaan orang tua akan membimbing dan membantu memenuhi kebutuhan sang anak. Rasa percaya terhadap *figure attachment* dapat terbentuk dari adanya pengalaman-pengalaman positif yang telah dirasakan oleh anak terhadap orang tuanya. Aspek ini mengukur tingkat kepercayaan anak terhadap orang tua, bahwa *figure attachment* tersebut mengerti dan memenuhi kebutuhannya. Mengukur persepsi subjek bahwa orang tua dapat memahami dan responsif terhadap situasi emosi dirinya. Aspek kepercayaan juga mengukur tingkat rasa saling menghormati dan memahami antara anak dan orang tua. Kepercayaan merupakan perwujudan nyata dari *attachment* yang telah terjalin kuat.

c. Keterasingan (*alienation*)

Aspek keterasingan yaitu keadaan anak yang memiliki emosi negatif berupa kemarahan, penolakan, dan penghindaran serta tidak adanya *attachment* dengan orang tua. Aspek ini mengukur *deattachment*, kemarahan, dan keterasingan pada hubungan interpersonal yang dirasakan oleh anak terhadap *figure attachment*-nya. Keterasingan akan muncul ketika orang tua tidak memberikan rasa aman, nyaman, dan tidak hadir ketika anak membutuhkan perannya.

4. Faktor-Faktor yang Memengaruhi *Parent Attachment*

Adapun faktor yang dapat mempengaruhi pembentukan *parent attachment* yaitu (Ainsworth, 2006):

a. Faktor Internal

1) Pengalaman masa lalu

Pengalaman yang dirasakan oleh individu ini berasal dari perlakuan orang tua atau orang-orang sekitar yang didapatkan di masa lalu sebelum individu memasuki masa dewasa. Pengalaman tersebut akan mempengaruhi bagaimana individu membangun dan menerapkan *attachment* di kemudian hari. Individu yang telah merasakan *attachment* tinggi dan aman, akan membangun pola *attachment* yang sama di masa mendatang. Sebaliknya, individu dengan pengalaman *attachment* yang rendah akan kesulitan ketika membangun *attachment* dengan orang-orang terdekatnya.

2) Faktor keturunan

Keturunan dapat menjadi faktor penentu terwujudnya suatu *parent attachment*. Hal tersebut dikarenakan anak cenderung akan meniru perilaku

orang tuanya. Perbedaan individu berdasarkan kualitas *attachment* berasal dari perbedaan karakteristik anak karena adanya pengaruh dari perilaku *figure attachment*-nya.

3) Pengasuhan yang tidak konsisten

Pengasuhan orang tua secara tidak konsisten diartikan sebagai perlakuan pola asuh tidak selaras yang cenderung mengabaikan dalam mendidik anak. Pola pengasuhan dan sikap orang tua tersebut akan membuat anak merasa kurang nyaman, tidak aman, bingung, dan sulit untuk mempercayai orang tuanya. Hal ini dapat menghambat dan mempersulit terwujudnya *attachment* secara emosional dan fisik antara orang tua dengan anak.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yaitu seringnya orang tua dan anak berpindah tempat terutama saat anak masih balita sehingga anak kesulitan ketika menyesuaikan diri dengan orang-orang baru yang ada di lingkungan sekitarnya. Situasi ini akan semakin terasa sulit bagi anak apabila orang tua tidak mendampingi dan memberikan rasa aman pada anak. Tanpa adanya respon positif dari orang tua, *attachment* tidak stabil dan memungkinkan munculnya pola emosional atau tingkah laku negatif di masa mendatang.

Adapun Santrock (2012) menjelaskan tiga faktor yang berpengaruh terhadap *parent attachment* yaitu:

1) Peran orang tua

Orang tua yang saling mengisi peran dan berkesinambungan dalam mendidik anak mampu meningkatkan attachment antara keduanya. Sejak awal kehidupannya, anak membutuhkan peran *mother attachment* untuk memberikan rasa aman, nyaman, dan ibu juga memiliki hormon oksitosin yang berperan penting dalam menjalin ikatan antara ibu dan anak. Seorang ayah juga memiliki peranan penting dalam memberikan perlindungan dan kasih sayang kepada anaknya. Perkembangan sosial remaja seorang anak dapat ditentukan dari *father attachment* yang dibangun interaksi intens, komunikasi dua arah, mengasihi, dapat diandalkan, dan memberikan perlindungan fisik.

2) Komunikasi

Komunikasi yang terjalin antara anak dan orang tua sangat dibutuhkan dalam interaksi keduanya di kehidupan sehari-hari. Terutama saat anak memasuki fase remaja, komunikasi akan menentukan *secure attachment* yang dirasakan anak terhadap orang tuanya. *Parent attachment* dengan anak tidak akan terjalin jika tidak diiringi komunikasi dua arah yang efektif.

3) Konflik antara orang tua dengan anak

Pada proses membina dan menjalin hubungan antara anak dan orang tua, munculnya konflik menjadi hal yang sangat wajar terjadi. Pemicu timbulnya suatu konflik dapat terjadi karena adanya salah paham, perbedaan pendapat, perbedaan kepentingan terutama pada saat terjadinya perubahan fungsi kognitif remaja yang lebih rasional setelah masa pubertas. Sejatinya, tidak selamanya konflik memberikan dampak yang negatif, melainkan juga dapat memberikan dampak yang positif jika diselesaikan dengan baik. Dari adanya konflik, orang

tua dapat mempererat *attachment* dan mengajarkan cara penyelesaian masalah sehingga remaja dapat tumbuh mandiri serta tidak ketergantungan dengan orang tua.

C. Regulasi Emosi

1. Pengertian Regulasi Emosi

Gratz & Roemer (2004) memaparkan definisi dari regulasi emosi adalah kemampuan individu dalam menerima dan memahami respon emosional yang dirasakan sehingga dapat mengendalikan munculnya tingkah laku maladaptif. Regulasi emosi juga dapat diartikan sebagai keterampilan individu dalam mengelola dan mengekspresikan emosi untuk mencapai suatu kestabilan emosional (Gross, 1999). Kemampuan mengelola emosi yang baik akan mendukung individu untuk mampu menghadapi kesulitan dalam kehidupannya. Regulasi emosi tidak terbatas pada pengurangan emosi negatif seperti stres, takut, cemas melainkan mencakup pengaturan naik turun emosi baik positif maupun negatif (McRae & Gross, 2020).

Thompson (1994) mengatakan bahwa regulasi emosi mencakup proses mengendalikan reaksi emosi dan tingkah laku yang ditampilkan individu agar sesuai tuntutan lingkungan sekitarnya. Individu yang memiliki kemampuan regulasi emosi tinggi mampu menentukan kapan dan bagaimana mengekspresikan respon emosional yang tepat dan tidak merugikan dirinya serta orang di sekitarnya (Frijda, 1993; Jin, 2020).

Gottman & Katz (2002) menjelaskan bahwa dalam menghadapi munculnya intensitas emosi positif atau negatif yang berlebihan, individu membutuhkan

kemampuan meregulasi emosi agar dapat kembali menenangkan dirinya dan mengantisipasi terjadinya perilaku yang tidak tepat. Dengan demikian individu dapat kembali memusatkan perhatian dan mengorganisir perilaku yang tepat untuk menjalankan tugas dalam kehidupan sehari-hari. Hurlock (2014) menyatakan bahwa regulasi emosi berkaitan dengan pengendalian emosi dan pola perilaku yang bermanfaat serta dapat diterima di lingkungan sosial.

Menurut Reivich & Shatte (2003) individu dengan kemampuan regulasi emosi yang tinggi akan mencerminkan sikap tetap tenang dalam kondisi penuh tantangan dan mampu memfokuskan pikiran pada rencana penyelesaian masalah dan mengurangi tingkat stres. Individu dengan pengendalian emosi yang baik akan mendatangkan kebahagiaan, kesehatan fisik, psikis, tingkah laku yang baik, serta jalinan hubungan sosial yang positif (Gross, 2015). Pengendalian emosi berupa memahami dan menguasai emosi tersebut dapat membantu individu menyesuaikan diri dengan situasi di lingkungan sekitarnya (Ahmad, 2022).

Menurut Garnefski *et al.* (2001) terdapat beberapa macam strategi-strategi untuk meregulasi emosi, yaitu:

- a. *Self-blame* ialah pemikiran dan perilaku menyalahkan diri sendiri. Individu yang melakukan *self-blame* lebih rentan mengalami kecemasan dan gangguan stres.
- b. *Blaming others* meliputi pemikiran dan perilaku menyalahkan orang lain atas kejadian negatif yang dialami dan merugikan dirinya.

- c. *Acceptance* merupakan pola pikir menerima dan pasrah atas peristiwa kehidupan yang dialami individu. *Acceptance* termasuk salah satu strategi regulasi emosi yang dapat mengurangi kecemasan.
- d. *Refocus on planning* ialah pemikiran yang mengacu pada rencana yang harus dilakukan untuk mengatasi dan melalui peristiwa negatif yang dialami individu. Sama halnya dengan *acceptance*, *refocusing on planning* juga dapat mengurangi kecemasan.

2. Aspek-Aspek Regulasi Emosi

Gratz & Roemer (2004) menjelaskan adanya empat aspek dalam regulasi emosi yaitu:

- a. *Strategies*, yaitu kemampuan individu untuk mencari cara dalam mengatasi permasalahan yang dialaminya, mengurangi emosi berlebihan, serta dapat kembali menenangkan diri setelah mendapati peristiwa negatif.
- b. *Goals*, ialah kemampuan individu untuk tetap berpikir rasional dan fokus pada tujuan hidup tanpa terpengaruh oleh emosi negatif yang dirasakannya.
- c. *Impulse*, ialah gambaran individu yang mampu mengendalikan respon emosional, tingkah laku, dan nada suaranya ketika mengalami emosi yang berlebihan.
- d. *Acceptance*, mencerminkan individu yang dapat menerima peristiwa yang menimbulkan emosi negatif tanpa merasa malu untuk merasakan emosi tersebut.

Aspek-aspek tersebut berkembang menjadi enam aspek kesukaran dalam meregulasi emosi yaitu (Gratz & Roemer, 2004):

a. *Nonacceptance of emotional responses (non-acceptance)*

Sulit menerima dan memberikan respon emosi secara wajar ketika menghadapi permasalahan. *Non-acceptance* menyebabkan individu memunculkan respon emosional yang negatif dan selalu menyangkal situasi menyedihkan dalam hidupnya.

b. *Difficulties engaging in goal directed behavior (goals)*

Mencerminkan individu yang mengalami hambatan untuk berkonsentrasi dan menyelesaikan tugas ketika sedang berada dalam emosi yang berlebihan.

c. *Impulse control difficulties (impulse)*

Menggambarkan individu yang sulit mengontrol keinginan, harapan, dukungan, maupun hambatan yang muncul dalam kehidupan sehari-hari ketika mengalami emosi negatif.

d. *Lack of emotional awareness (awareness)*

Rendahnya kemampuan individu dalam menyadari dan mengartikan respon emosional yang dirasakannya. Individu tidak mampu memahami emosi yang sesungguhnya dirasakan, apakah emosi sedih, bingung, kecewa, atau marah.

e. *Limited acces to emotion regulation strategies (strategies)*

Keyakinan individu bahwa ketika dirinya dihadapkan pada situasi sulit, dirinya memiliki keterbatasan kemampuan untuk mengelola emosi dengan baik. Misalnya, seseorang yang larut dalam kesedihan mengaku tidak percaya bahwa dirinya mampu menemukan solusi dari suatu permasalahan.

f. *Lack of emotional clarity (clarity)*

Kurangnya kemampuan individu dalam menjelaskan respon emosi yang sedang dirasakannya. Misalnya, seseorang yang diabaikan oleh temannya merasa bingung dengan keadaan dan perasaan dirinya.

3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Regulasi Emosi

Berikut ini beberapa faktor yang dapat mempengaruhi regulasi emosi individu antara lain sebagai berikut:

a. Perbedaan jenis kelamin

Laki-laki lebih mampu melakukan regulasi emosi terhadap emosi cemas, sedih, dan takut, sedangkan perempuan lebih mampu meregulasi emosi marah dan bangga. Perbedaan tersebut berkaitan dengan perbedaan tujuan antara laki-laki dan perempuan dalam menampilkan emosinya. Laki-laki mengendalikan emosi cemas, sedih, dan takut untuk mempertahankan dan memperlihatkan dominasi pada emosi marah dan bangga. Sebaliknya, perempuan lebih mengekspresikan emosi cemas, sedih, dan takut untuk menunjukkan dirinya tidak berdaya sehingga mendapat dukungan dari hubungan sosial (Fischer *et al.*, 2011).

b. Usia

Calkins *et al.* (2008) menyatakan bahwa respon emosional yang dimunculkan oleh individu akibat stimulus yang ada dimainkan oleh peran lobus frontalis. Kemampuan ini semakin berkembang seiring bertambahnya usia. Kemampuan regulasi emosi individu di awal kehidupannya lebih dipengaruhi oleh pihak eksternal yaitu pengasuh atau figur lekat yang meregulasi emosinya. Seiring bertambahnya usia, bentuk regulasi emosi

dilakukan secara mandiri. Oleh sebab itu, individu dapat semakin mengontrol ekspresi emosi dengan baik seiring bertambahnya usia.

c. Religiusitas

Pada setiap keyakinan dan agama mengajarkan individu untuk mengontrol emosinya dengan baik sehingga tidak muncul emosi yang berlebihan. Dengan demikian individu dengan tingkat religiusitas tinggi lebih mampu meregulasi emosi pada dirinya dibandingkan dengan individu dengan tingkat religiusitas yang rendah (Krause, 1992; Krause *et al.*, 2019;).

d. Sosial

Thompson *et al.* (2010) menyebutkan bahwa regulasi emosi dapat dipengaruhi oleh faktor keluarga dan teman sebaya. Pada faktor keluarga, kualitas *secure attachment* yang dirasakan anak terhadap orang tua akan menunjang keberhasilan anak dalam menyadari, memahami, dan mengatur emosi yang tepat di lingkungannya. Sebaliknya, anak dengan *insecure attachment* akan mengalami kesulitan dalam menyampaikan respon emosi dengan baik, sulit meregulasi emosi terutama dalam kondisi stres.

e. Budaya

Cultural models theory yang dikemukakan oleh Mesquita & Markus (2004) menyatakan bahwa budaya dan keyakinan yang lahir dalam suatu kelompok masyarakat dapat mempengaruhi bagaimana cara individu melakukan regulasi emosi dan berinteraksi dengan orang lain.

D. Hubungan *Parent Attachment* dan Regulasi Emosi dengan Resiliensi

1. Hubungan antara *Parent Attachment* dengan Resiliensi

Parent attachment merupakan perasaan dan ikatan emosional dengan intensitas kuat yang dirasakan oleh anak terhadap orang tuanya (Armsden & Greenberg, 1987). Anak dengan *parent attachment* yang tinggi merasa bahwa kebutuhan fisik dan emosionalnya terpenuhi sehingga lebih mudah menyesuaikan diri dengan keadaan sekitar. Orang tua dan anak memiliki kecenderungan untuk menciptakan *attachment* antara satu dengan lainnya. *Attachment* yang tercipta tersebut dapat meningkatkan daya tahan hidup bagi anak (Papalia *et al.*, 2010)

Perilaku anak dengan *secure attachment* ditandai dengan menunjukkan kenyamanan dengan orang tua, mematuhi arahan orang tua untuk meminimalisir konflik, mampu mandiri, tidak membutuhkan kendali berlebihan dari orang tua, dan memanfaatkan peran orang tua jika membutuhkan dukungan, bantuan, dan kenyamanan saat anak mengalami masalah atau kegelisahan (Armsden & Greenberg, 2009).

Sejumlah penelitian sebelumnya telah mengkaji hubungan antara *parent attachment* dengan resiliensi pada anak. Ditemukan perbedaan hasil penelitian, terdapat penelitian yang menunjukkan bahwa *parent attachment* tidak berhubungan secara signifikan dengan resiliensi, sedangkan penelitian lain menunjukkan di antara *parent attachment* dan resiliensi terdapat hubungan positif yang signifikan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Qomariah (2019) menyatakan bahwa *secure parent attachment* tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap resiliensi anak dari Pekerja Migran Indonesia di Ponorogo.

Peneliti lain yaitu Tamura (2019) telah mengkaji hubungan *attachment* pada ibu dengan resiliensi. Subjek dalam penelitian tersebut adalah beberapa remaja di Jepang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa persepsi positif individu tentang *attachment* dengan ibu sejak masa kanak-kanak memiliki pengaruh positif pada resiliensi di masa remaja. Senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Juliana (2019), terhadap resiliensi mahasiswa di Jakarta yang dipengaruhi oleh *attachment* dengan ayah. Penelitian tersebut memberikan hasil bahwa antara *attachment* dengan ayah dan resiliensi mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir memiliki hubungan positif dan signifikan.

Berdasarkan kedua hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa *parent attachment* berhubungan positif dengan resiliensi pada remaja. Apabila orang tua membangun *attachment* yang kuat dengan sentuhan kasih sayang, rasa aman, dan memenuhi kebutuhan maka saat anak memasuki fase remaja akan lebih tangguh serta resilien dalam menghadapi tantangan hidupnya (Sroufe & Fleeson, 2013). *Secure attachment* dapat melindungi individu dari kecemasan, depresi, atau tekanan emosional akibat permasalahan yang muncul pada masa remaja menuju dewasa (Atwool, 2006).

2. Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Resiliensi

Terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi resiliensi individu, yaitu kemampuan meregulasi emosi. Gratz & Roemer (2004) memaparkan regulasi emosi ialah kemampuan individu dalam menerima emosi sehingga dapat mengontrol munculnya perilaku maladaptif. Aspek dalam regulasi emosi meliputi strategi untuk mengurangi emosi berlebihan, mencari cara dalam mengatasi

permasalahan yang dialaminya, tidak terpengaruh oleh emosi berlebihan, mampu mengendalikan emosi yang dirasakan dan diekspresikan (Gratz & Roemer, 2004).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Laura (2020), mengkaji hubungan antara regulasi emosi dengan resiliensi pada santri remaja yang tinggal di panti asuhan Lampung. Menunjukkan hasil bahwa remaja yang mampu meregulasi emosi dengan baik akan memiliki resiliensi tingkat tinggi. Sejalan dengan riset Santi dkk. (2022) yang mengikutsertakan santri remaja di pesantren Probolinggo sebagai subjek penelitian mengenai resiliensi. Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa regulasi emosi berkorelasi positif dan signifikan dengan resiliensi santri selama pandemi COVID-19.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu di atas, regulasi emosi dapat menjadi salah satu faktor dalam diri individu yang dapat dikembangkan untuk meningkatkan resiliensi masing-masing individu. Reivich & Shatte (2002) menyebutkan bahwa kemampuan regulasi emosi sangat dibutuhkan oleh individu untuk dapat mengelola emosinya terutama pada saat menghadapi situasi yang penuh dengan tekanan. Individu dengan keterampilan regulasi emosi yang tinggi mampu tetap tenang dalam melalui peristiwa negatif di kehidupannya. Resiliensi individu dapat ditumbuhkan apabila dirinya mampu mengeluarkan respon emosional secara tepat dan stabil.

3. Hubungan *Parent Attachment* dan Regulasi Emosi dengan Resiliensi

Menurut Murphy *et al.* (2017), remaja dengan *parent attachment* yang aman lebih mudah menyesuaikan diri, memiliki kepercayaan dan harga diri yang tinggi, serta menunjukkan kepuasan hidup yang lebih tinggi. Remaja mampu

mengembangkan kemampuan mengatasi masalah secara kognitif maupun emosional karena bantuan dari *parent attachment* (Setyawati & Rusmawati, 2017).

Kualitas *parent attachment* akan meningkatkan kerja pada mental diri individu yang disebut dengan *internal working model* pada anak. *Internal working model* merupakan gambaran pandangan anak mengenai kapasitas dirinya dan harapan reaksi orang lain terhadap dirinya (Bowlby & Ainsworth, 2013). Mekanisme mental tersebut erat kaitannya dan menjadi dasar bagi anak untuk menjalin relasi dengan orang lain, meregulasi emosi, dan mengatasi suatu permasalahan. Maka dari itu, *internal working model* berkaitan erat dengan *attachment* yang dirasakan individu sepanjang kehidupannya dengan figur lekatnya seperti orang tua (Muraru & Turliuc, 2013).

Masten & Coatsworth (1998) telah mengidentifikasi tugas perkembangan remaja antara lain memiliki kompetensi sosial dengan teman sebaya, terlibat dalam aktivitas atau pekerjaan yang sesuai secara sosial, dan mengembangkan prestasi akademik maupun non-akademik. Terdapat tiga faktor pelindung yang dapat dikembangkan agar anak mampu tangguh dan resilien ketika menghadapi kesulitan yaitu *attachment* dan kepedulian dari orang tua, perkembangan kognitif yang baik, dan pengelolaan diri terhadap emosi, perhatian, dan perilaku.

Attachment yang terjalin sejak awal kehidupan antara individu dengan orang tua akan berpengaruh pada tingkat depresi anak dalam sepanjang rentang kehidupannya. *Insecure attachment* (kelekatan yang tidak aman) merupakan faktor risiko timbulnya depresi, stres, dan kesengsaraan. Adapaun *secure*

attachment (kelekatan yang aman) mampu mencegah stres dan meningkatkan resiliensi (Krause *et al.*, 2019).

Individu dengan keterampilan meregulasi emosi yang tinggi akan mampu mengelola emosinya sehingga dapat menerima peristiwa negatif dan mencari jalan keluar dari permasalahan yang dialaminya. Regulasi emosi dapat berperan membantu individu untuk tetap bertahan, melewati, bahkan bangkit setelah mengalami kesengsaraan, kemampuan tersebut dinamakan resiliensi (Uyun, 2012).

Berdasarkan pemaparan di atas terkait hubungan antara *parent attachment* dan regulasi emosi dengan resiliensi, maka dapat diartikan bahwa individu dengan *parent attachment* dan regulasi emosi yang baik lebih mampu mencapai tingkat resiliensi yang tinggi serta mampu bertahan bahkan bangkit dari peristiwa sulit yang dialaminya.

E. Kerangka Teoritik

Resiliensi merupakan salah satu kajian dalam psikologi positif. Resiliensi dapat diartikan sebagai suatu kemampuan individu dalam mengatasi kecemasan, stres, dan depresi sehingga mampu bertahan serta bangkit ketika menghadapi kondisi yang sulit dalam kehidupannya (Connor & Davidson, 2003). Resiliensi dapat terbentuk apabila individu mampu memandang sisi positif dari setiap permasalahan, mampu beradaptasi terhadap perubahan, merespon masalah dengan tetap tenang dan optimis (Reivich & Shatte, 2002). Dengan demikian individu mampu tangguh, memecahkan masalah, dan bangkit dari kesengsaraan (Grothberg, 1999).

Resiliensi menjadi suatu kemampuan yang menunjang keberhasilan individu dalam melewati masa-masa sulit di kehidupannya. Terutama pada remaja korban *bully*, meskipun remaja korban *bully* jelas berisiko terpapar dampak negatif, namun tidak semua korban mengalami keterpurukan yang berlarut. Claudia & Sudarji (2019) menyatakan bahwa remaja korban *bullying* dengan resiliensi tinggi mampu bangkit dari keterpurukan akibat perilaku *bullying* yang diterima dan mampu bertahan menghadapi permasalahan dengan cara yang positif.

Resiliensi dapat dibentuk oleh beberapa faktor, salah satunya ialah *parent attachment* (Krause *et al.*, 2019). Menurut Ainsworth (2006) *parent attachment* ialah ikatan emosional yang terbangun melalui interaksi intens dan terus-menerus sepanjang kehidupan yang dirasakan oleh anak terhadap orang tuanya. *Parent attachment* mampu mendukung kemampuan individu untuk adaptif dalam kemampuan sosial pada tahap perkembangan selanjutnya. *Parent attachment* meliputi tiga aspek yaitu komunikasi, kepercayaan, dan keterasingan.

Life-course theories of resilience menempatkan hubungan positif dengan orang tua dan teman sebaya sebagai penentu resiliensi di masa remaja (Rutter, 1999; Sapouna & Wolke, 2013). Rasmussen *et al.* (2019) menjelaskan bahwa *parent attachment* berfungsi untuk menurunkan risiko negatif setelah individu mengalami kesulitan karena orang tua dianggap sebagai basis yang aman ketika mendapatkan tekanan. Senada dengan hasil penelitian Bowes *et al.* (2010) menunjukkan bahwa korban *bully* yang memiliki tingkat konflik yang rendah

dengan orang tuanya melaporkan tingkat depresi yang lebih rendah setelah mendapat perlakuan *bullying*.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi resiliensi adalah regulasi emosi yang diartikan sebagai kapasitas individu menerima emosi sehingga dapat memunculkan perilaku yang adaptif (Gratz & Roemer, 2004). Regulasi emosi memiliki beberapa aspek antara lain strategi mengurangi emosi berlebihan dan menyelesaikan masalah, tidak terpengaruh negatif oleh emosi berlebihan, serta mampu mengendalikan respon emosional yang ditampilkan.

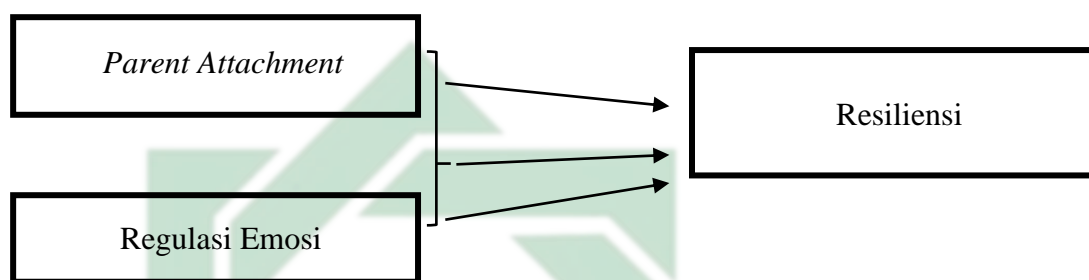
Berdasarkan *the broaden and build theory of positive emotions* dalam kajian psikologi positif, kemampuan resilien individu dapat dikembangkan oleh adaptasi dan pengelolaan dari pengalaman emosi negatif berubah menjadi emosi yang lebih positif (Fredrickson, 2001; Utami, 2020). Kemampuan untuk mengerti, mengontrol, dan mengungkapkan emosi secara tepat tersebut disebut regulasi emosi (Greenberg, 2002; Kiranadevi, 2022). Individu lebih mampu segera bangkit dari keterpurukannya apabila dirinya memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik (Goleman & Hermaya, 2002; Ulum, 2018).

Individu yang resilien identik dengan serangkaian keterampilan untuk mengendalikan emosi, perhatian, dan tingkah lakunya. Kemampuan regulasi emosi yang dimiliki remaja berperan penting dalam mencapai tugas tahap perkembangannya yaitu menjalin hubungan sosial, menyelesaikan tugas sehari-hari, menjaga kesehatan fisik dan emosional, serta membentuk resiliensi ketika menghadapi kesulitan dalam kehidupannya (Reivich & Shatte, 2002).

Berdasarkan paparan teori di atas, remaja korban *bully* sangat memerlukan kemampuan resiliensi dalam dirinya untuk tetap bertahan, melewati masa sulit, bangkit dari keterpurukannya dan kembali mengejar impiannya. Faktor yang dapat membentuk resiliensi pada remaja korban *bully* ialah *parent attachment* dan regulasi emosi. Individu yang memiliki *parent attachment* yang aman akan lebih mudah terhindar dari tekanan emosional dan depresi akibat *bully* yang dialami karena dirinya merasa aman dan disayangi oleh orang tuanya (Sroufe & Fleeson, 2013). Kemampuan regulasi emosi yang dimiliki remaja korban *bully* juga akan menunjang dirinya untuk dapat mengelola emosi berlebihan sehingga mampu bertahan ketika mendapat perlakuan *bully*, tetap berpikir rasional, dan mampu mencari jalan keluar dari permasalahannya (Thompson, 1994; Gratz & Roemer, 2004).

Pernyataan di atas didukung oleh beberapa temuan dari peneliti sebelumnya yang menyatakan adanya hubungan antara *parent attachment* dan regulasi emosi dengan resiliensi. Menurut Muarifah dkk. (2020), *parent attachment* memiliki hubungan positif dengan resiliensi, artinya semakin tinggi *parent attachment* maka resiliensi individu juga akan semakin tinggi. Aji & Kristinawati (2022) menyatakan bahwa regulasi emosi juga memiliki hubungan dengan resiliensi di mana semakin tinggi kemampuan regulasi emosi individu maka resiliensi yang dimiliki juga akan semakin tinggi. Adapun penelitian Latifah (2021) memaparkan bahwa *parent attachment* dan regulasi emosi secara berbarengan memiliki kolerasi positif terhadap resiliensi.

Tujuan pada penelitian ini ialah untuk menguji dan menganalisis pengaruh antara *parent attachment* dan regulasi emosi secara bersama-sama terhadap resiliensi pada remaja korban *bully*. Kerangka teori dalam penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1. Kerangka Teori

Gambar 1. di atas menjelaskan bahwa *parent attachment* berpengaruh terhadap resiliensi, individu dengan *parent attachment* tinggi, akan memiliki resiliensi yang tinggi pula. Selanjutnya, kemampuan meregulasi emosi yang dimiliki individu juga berpengaruh terhadap resiliensi, individu dengan regulasi emosi tinggi, maka resiliensi yang dirasakan individu juga tinggi. Individu dengan *parent attachment* dan regulasi emosi yang tinggi, maka akan memiliki resiliensi yang tinggi

F. Hipotesis

Berdasarkan kajian teoritik dan asumsi yang telah disampaikan, maka dirumuskan hipotesis antara lain sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh *parent attachment* terhadap resiliensi remaja korban *bully*.
2. Terdapat pengaruh regulasi emosi terhadap resiliensi remaja korban *bully*.

3. Terdapat pengaruh *parent attachment* dan regulasi emosi terhadap resiliensi remaja korban *bully*.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

Dalam penelitian ini terdapat tiga variabel yang akan diteliti, di antaranya dua variabel bebas (X) dan satu variabel terikat (Y):

1. Variable Bebas (X1) : *Parent Attachment*
2. Variable Bebas (X2) : Regulasi Emosi
3. Variabel Terikat (Y) : Resiliensi

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Resiliensi

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk beradaptasi, bertahan, dan memecahkan masalah sehingga dapat bangkit kembali dalam menghadapi kondisi yang sulit atau tertekan di dalam kehidupannya. Kemampuan resiliensi individu dapat diukur dari beberapa aspek yaitu kompetensi pribadi, kepercayaan diri, penerimaan positif, kontrol diri, dan spiritualitas.

2. *Parent Attachment*

Parent attachment adalah persepsi anak terhadap ikatan emosional yang terjalin kuat antara orang tua dan anak yang memberikan rasa aman, nyaman, dan mendukung adaptasi diri anak dengan lingkungan. *Parent attachment* dapat diukur dari beberapa aspek yaitu komunikasi, kepercayaan, dan keterasingan.

3. Regulasi Emosi

Regulasi emosi adalah kemampuan individu untuk mengelola dan mengurangi emosi berlebihan sehingga mampu menghadapi kesulitan dalam hidup, menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar, dan menjalin hubungan sosial dengan baik. Regulasi emosi dapat diukur dari beberapa aspek yaitu *non-acceptance, goals, impulse, awareness, strategies*, dan *clarity*.

C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di Komunitas Rehabilitasi Korban Kekerasan dan *Bullying* di Surabaya dan Lembaga Bimbingan Belajar (LBB) dan Pembentukan Karakter "Griya Talenta Bunda" Surabaya. Jumlah korban di Komunitas Rehabilitasi Korban Kekerasan dan *Bullying* adalah 130 orang. Adapun berikut ini ialah data jumlah populasi siswa remaja di LBB "Griya Talenta Bunda" Surabaya yang berjumlah 302 siswa.

Tabel 1. Data Siswa LBB Griya Talenta Bunda Surabaya

No.	Jenjang Kelas	Jumlah
1.	SD (Sekolah Dasar)	83 siswa
2.	SMP (Sekolah Menengah Pertama)	102 siswa
3.	SMA (Sekolah Menengah Atas)	117 siswa
TOTAL		302 siswa

2. Sampel

Sampel diartikan sebagai bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh sebuah populasi (Sugiyono, 2017). Sampel merupakan sebagian subjek dari populasi yang memenuhi karakteristik sebagai responden penelitian. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 220 orang. Peneliti

memiliki karakteristik dalam hal pemilihan sampel agar dapat mewakili dan menggambarkan populasi sebenarnya. Karakteristik pemilihan sampel pada penelitian ini sebagai berikut:

- a. Pernah mengalami *bully* verbal (dihina, diejek, dimaki, dijuluki, difitnah, diancam, atau dipermalukan di depan umum) atau *bully* fisik (dipukul, ditendang, ditampar, didorong, diludahi, atau dicekik). Korban *bully* lebih rentan menghasilkan trauma dan gangguan stres (Idsoe *et al.*, 2021).
- b. Pernah mengalami *bully* secara berulang-ulang saat duduk di bangku SMP atau SMA. Perlakuan yang dialami dapat dikatakan sebagai *bully* apabila terjadi secara berulang-ulang (Olweus *et al.*, 2019). Pemilihan subjek remaja disebabkan oleh urgensi remaja agar tidak menghasilkan dampak negatif pada tahap usia perkembangannya di kemudian hari.
- c. Remaja di Komunitas Rehabilitasi Korban Kekerasan dan *Bullying* serta LBB "Griya Talenta Bunda" Surabaya berusia 12-18 tahun yang diyakini lebih rentan menjadi korban *bully*. Dikatakan demikian karena pada tahap tugas perkembangannya terkait dengan kemampuan sosial yang meliputi beradaptasi, menjalin hubungan dengan orang lain, dan memecahkan masalah (Pragholapati dkk., 2020).

3. Teknik Sampling

Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini ialah *purposive sampling* yang merupakan teknik penentuan sampel dengan memperhatikan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2017). Pada penelitian ini, peneliti membutuhkan karakteristik subjek remaja korban *bully*. Oleh karena itu, teknik

sampling berupa *purposive sampling* sangat tepat untuk digunakan dalam memilih sampel.

D. Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis metode korelasional. Menurut Creswell (2015), penelitian kuantitatif korelasional adalah penelitian yang menggunakan metode statistik dengan tujuan untuk mengukur pengaruh antara dua variabel bebas atau lebih terhadap satu variabel terikat.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) oleh Connor & Davidson (2003), *Inventory of Parents and Peer Attachment* (IPPA) oleh Armsden & Greenberg (1987), dan *Difficulties in Emotion Regulation Scales* (DERS) oleh Gratz & Roemer (2004).

1. Instrumen Pengukuran Resiliensi

Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) merupakan skala yang dikembangkan oleh Connor & Davidson (2003) untuk mengukur resiliensi individu. Skala ini terdiri dari 25 aitem yang meliputi lima aspek yaitu kompetensi diri, kepercayaan diri, penerimaan positif, kontrol diri, dan spiritualitas. Instrumen pengukuran resiliensi milik Connor Davidson memiliki nilai reliabilitas *cronbach* sebesar 0,89.

Tabel 2. Blue Print Skala Resiliensi Connor-Davidson

No.	Aspek	No Aitem		Jumlah
		F	UF	
1.	Kompetensi Pribadi	10, 11, 12, 16, 17, 23, 24, 25	-	8
2.	Kepercayaan Diri	6, 7, 14, 15, 19, 20	18	7
3.	Penerimaan Positif	1, 2, 4, 5, 8	-	5
4.	Kontrol Diri	13, 21, 22	-	3
5.	Spiritualitas	3, 9	-	2
Total				25

Terdapat empat alternatif jawaban dalam skala resiliensi yang berkisar 5 poin (1-5) yaitu, “Sangat Tidak Setuju” (skor = 1), “Tidak Setuju” (skor = 2), “Netral” (skor = 3), “Setuju” (skor = 4), dan “Sangat Setuju” (skor = 5). Semakin tinggi skor, maka semakin tinggi tingkat resiliensi yang dimiliki individu.

2. Instrumen Pengukuran *Parent Attachment*

Instrumen yang akan digunakan untuk mengukur tingkat *parent attachment* pada remaja korban *bully* adalah *The Inventory of Parent and Peer Attachment* (IPPA) yang dikembangkan oleh Armsden & Greenberg (1987). IPPA dikembangkan untuk mengukur persepsi remaja terkait dimensi afektif atau kognitif positif dan negatif dari hubungan dengan orang tua, terutama seberapa baik *attachment* berperan sebagai sumber keamanan psikologis. Aitem dalam instrumen IPPA terdiri dari 25 aitem di masing-masing bagian ibu dan ayah dengan nilai reliabilitas *cronbach* 0,87 pada *mother attachment* dan 0,89 pada *father attachment*.

Tabel 3. Blue Print Skala Parent Attachment IPPA

No.	Aspek	No Aitem		Jumlah
		F	UF	
1.	Kepercayaan	1, 2, 4, 12, 13, 20, 21, 22	3, 9	10
2.	Komunikasi	5, 7, 15, 16, 19, 24, 25	6, 14	9
3.	Keterasingan	8	10, 11, 17, 18, 23	6
Total				25

Instrumen IPPA menerapkan skala likert lima poin yang terdiri dari “Sangat Tidak Setuju” (skor = 1), “Tidak Setuju” (skor = 2), “Netral” (skor = 3), “Setuju” (skor = 4), dan “Sangat Setuju” (skor = 5).

3. Instrumen Pengukuran Regulasi Emosi

Pada penelitian ini, instrumen yang digunakan ialah *Difficulties in Emotion Regulation Scale* (DERS) yang dikembangkan oleh Gratz & Roemer (2004). DERS merupakan instrumen yang digunakan untuk mengukur kemampuan regulasi emosi subjektif pada masing-masing individu. Instrumen regulasi emosi menerapkan skala likert lima poin yang terdiri dari Sangat Setuju (SS) bernilai 5, Setuju (S) bernilai 4, Netral (N) bernilai 3, Tidak Setuju (TS) bernilai 2, dan STS (Sangat Tidak Setuju) bernilai 1. Aitem dalam instrumen regulasi emosi terdiri dari 36 aitem yang mencakup aspek *non-acceptance*, *goals*, *impulse*, *awareness*, *strategies* dan *clarity* dengan nilai reliabilitas *cronbach* 0,94.

Tabel 4. Blue Print Skala Regulasi Emosi DERS

No.	Aspek	No Aitem		Jumlah
		F	UF	
1.	<i>Non-acceptance</i>	11, 12, 21, 23, 25, 29	-	6
2.	<i>Goals</i>	13, 18, 26, 33	20	5
3.	<i>Impulse</i>	3, 14, 19, 27, 32	24	6
4.	<i>Awareness</i>	-	2, 6, 8, 10, 17, 34	6
5.	<i>Strategies</i>	15, 16, 28, 30, 31, 35, 36	22	8
6.	<i>Clarity</i>	4, 5, 9	1, 7	5
Total				36

F. Validitas dan Realibilitas

Dalam penelitian ini akan dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas dengan penjelasan sebagai berikut:

a. Uji Validitas

Validitas dapat didefinisikan sebagai ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melaksanakan fungsi ukurnya. Pada penelitian ini, koefisien yang dijadikan batasan apabila suatu aitem memiliki nilai di atas 0,30. Suatu aitem dapat dikatakan valid apabila memiliki nilai koefisien lebih besar atau sama dengan 0,30 (Saifuddin Azwar, 2016).

b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan uji yang dilakukan untuk mengetahui sejauh mana suatu hasil pengukuran dapat dipercaya. Pengujian reliabilitas pada penelitian ini akan menggunakan batasan koefisien *Cronbach's Alpha*. Suatu alat ukur yang memiliki nilai reliabilitas yang baik apabila menunjukkan nilai koefisien $> 0,60$, begitu pun sebaliknya, ketika suatu alat ukur memiliki nilai reliabilitas yang rendah apabila menunjukkan nilai koefisien $< 0,60$ (Azwar, 2016).

G. Analisis Data

Pada penelitian ini, uji analisis data yang digunakan ialah analisis regresi berganda. Analisis regresi berganda bertujuan untuk menguji signifikansi pengaruh antara variabel bebas dan variabel terikat. Terdapat tiga variabel pada uji analisis regresi berganda dalam penelitian ini. Dua variabel bebas yaitu *parent attachment* dan regulasi emosi, serta satu variabel terikat yaitu resiliensi. Untuk dapat melakukan uji analisis regresi berganda, maka sebelumnya diperlukan uji asumsi klasik terlebih dahulu sebagai persyaratan analisis. Data penelitian yang diperoleh akan dianalisis menggunakan SPSS *for windows*.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

Persiapan penelitian dilakukan dengan mengamati dan mengidentifikasi permasalahan yang sedang marak terjadi dan urgen untuk diteliti. Fenomena yang diamati adalah tingginya angka *bullying* pada remaja di luar maupun dalam negeri. Korban *bully* membutuhkan kemampuan resiliensi yang tinggi agar mampu tetap bertahan, bangkit dari peristiwa yang merugikan, tetap mengembangkan tugas-tugas pada tahap perkembangannya, serta mencapai impiannya di masa depan.

Peneliti melakukan kajian literatur untuk mengumpulkan *grand theory* terkait teori, penelitian terdahulu, dan faktor-faktor yang dapat memengaruhi resiliensi. *Parent attachment* dan regulasi emosi dapat memengaruhi resiliensi, sehingga penelitian ini bertujuan untuk menguji dan menganalisis pengaruh *parent attachment* dan regulasi emosi terhadap resiliensi remaja korban *bully*.

Berdasarkan kajian literatur yang telah dilakukan, peneliti mengajukan *concept note* ke bagian akademik. Setelah disetujui, peneliti melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing untuk menyusun proposal. Selanjutnya, peneliti mengadakan seminar proposal skripsi untuk mengajukan konsep penelitian dan meminta saran kepada dosen penguji terkait rancangan penelitian yang telah dibuat.

Penelitian dimulai dengan menyusun kuesioner yang berisikan alat ukur *parent attachment* (*mother attachment* dan *father attachment*), regulasi emosi, dan resiliensi.

Pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner melalui *google form* sejak tanggal 22 Desember 2022-4 Januari 2023. Kuesioner diisi oleh remaja korban bully yang ada di Komunitas Rehabilitasi Korban Kekerasan dan *Bullying* di Surabaya serta LBB "Griya Talenta Bunda" Surabaya. Data yang diperoleh sebanyak 220 subjek dianalisis menggunakan analisis regresi linear berganda menggunakan aplikasi SPSS *for Windows*.

2. Deskripsi Hasil Penelitian

a. Deskripsi Subjek

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 220 remaja korban *bully* di LBB Griya Talenta Bunda Surabaya dan Komunitas Rehabilitasi Korban Kekerasan dan *Bullying* di Surabaya. Berikut pemaparan gambaran subjek berdasarkan perbedaan demografi:

1) Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia

Subjek yang dipilih dalam penelitian ini adalah remaja dengan kisaran usia 12-18 tahun. Hal ini diterapkan karena remaja terbukti lebih rentan mengalami *bully* pada tahap perkembangannya terutama saat membangun hubungan sosial dengan orang lain dan menyelesaikan masalah. Adapun tabel subjek penelitian berdasarkan usia sebagai berikut:

Tabel 5. Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase
12 tahun	13	5,9%
13 tahun	30	13,6%
14 tahun	39	17,7%
15 tahun	28	12,7%
16 tahun	45	20,5%
17 tahun	45	20,5%
18 tahun	20	9,1%
Total	220	100%

Berdasarkan tabel 5 di atas, usia dari keseluruhan 220 subjek didapatkan dari 13 orang berusia 12 tahun dengan persentase 5,9%, 30 orang berusia 13 tahun dengan persentase 13,6%, 39 orang berusia 14 tahun dengan persentase 17,7%, 28 orang berusia 15 tahun dengan persentase 12,7%, 45 orang berusia 16 tahun dengan persentase 20,5%, 45 orang berusia 17 tahun dengan persentase 20,5%, dan 20 orang berusia 18 tahun dengan persentase 9,1%. Berikut tabel statistik deskriptif mean resiliensi berdasarkan usia:

Tabel 6. Statistik Deskriptif Resiliensi Berdasarkan Usia

Variabel	Usia	Mean	Std. Deviation
Resiliensi	12 tahun	94,00	9,110
	13 tahun	92,80	18,832
	14 tahun	93,79	12,319
	15 tahun	94,11	10,962
	16 tahun	92,76	12,224
	17 tahun	93,33	8,573
	18 tahun	92,40	10,102
	Total		93,28

Tabel 6 di atas menunjukkan nilai mean dan standar deviasi dari resiliensi subjek berdasarkan usia. Mean resiliensi tertinggi diperoleh

dari subjek yang berusia 15 tahun yaitu sebesar 94,11 dengan standar deviasi 10,962. Adapun subjek berusia 12 tahun memiliki mean resiliensi sebesar 94,00 dengan standar deviasi 9,110, subjek berusia 13 tahun memiliki mean resiliensi sebesar 92,80 dengan standar deviasi 18,832, subjek berusia 14 tahun memiliki mean resiliensi sebesar 93,79 dengan standar deviasi 12,319, subjek berusia 16 tahun memiliki mean resiliensi sebesar 92,76 dengan standar deviasi 12,224, subjek berusia 17 tahun memiliki mean resiliensi sebesar 93,33 dengan standar deviasi 8,573, dan subjek berusia 18 tahun memiliki mean resiliensi sebesar 92,40 dengan standar deviasi 10,102. Berikut tabel statistik deskriptif mean *mother attachment* berdasarkan usia:

Tabel 7. Statistik Deskriptif *Mother Attachment* Berdasarkan Usia

Variabel	Usia	Mean	Std. Deviation
<i>Mother Attachment</i>	12 tahun	98,15	6,878
	13 tahun	93,63	23,992
	14 tahun	97,36	14,613
	15 tahun	93,57	10,939
	16 tahun	87,82	18,003
	17 tahun	91,42	15,241
	18 tahun	89,05	18,138
Total		92,50	16,829

Berdasarkan tabel 7 di atas, diperoleh data bahwa subjek berusia 12 tahun memiliki mean *mother attachment* terbesar yaitu 98,15 dengan standar deviasi 6,878, subjek berusia 13 tahun memiliki mean *mother attachment* sebesar 93,63 dengan standar deviasi 23,992, subjek berusia 14 tahun memiliki mean *mother attachment* sebesar 97,36 dengan standar deviasi 14,613, subjek berusia 15 tahun memiliki mean *mother attachment* sebesar 93,57 dengan standar deviasi 10,939, subjek berusia

16 tahun memiliki mean *mother attachment* sebesar 87,82 dengan standar deviasi 18,003, subjek berusia 17 tahun memiliki mean *mother attachment* sebesar 91,42 dengan standar deviasi 15,241, dan subjek berusia 18 tahun memiliki mean *mother attachment* sebesar 89,05 dengan standar deviasi 18,138. Berikut tabel statistik deskriptif mean *father attachment* berdasarkan usia:

Tabel 8. Statistik Deskriptif *Father Attachment* Berdasarkan Usia

Variabel	Usia	Mean	Std. Deviation
<i>Father Attachment</i>	12 tahun	89,77	14,956
	13 tahun	89,23	23,982
	14 tahun	89,26	19,950
	15 tahun	89,43	15,550
	16 tahun	81,84	18,657
	17 tahun	81,47	17,447
	18 tahun	80,15	23,609
	Total	85,37	19,568

Tabel 8 di atas memaparkan data deskriptif mean dan standar deviasi dari *father attachment* ditinjau dari perbedaan usia. Subjek penelitian yang berusia 12 tahun memiliki mean *father attachment* terbesar yaitu 89,77 dengan standar deviasi 14,956. Subjek yang berusia 13 tahun menunjukkan mean *father attachment* sebesar 89,23 dengan standar deviasi 23,982. Subjek yang berusia 14 tahun memaparkan mean *father attachment* sebesar 89,26 dengan standar deviasi 19,950. Subjek yang berusia 15 tahun memiliki mean *father attachment* sebesar 89,43 dengan standar deviasi 15,550.

Subjek yang berusia 16 tahun menunjukkan mean *father attachment* sebesar 81,84 dengan standar deviasi 18,657. Subjek yang berusia 17

tahun memiliki mean *father attachment* sebesar 81,47 dengan standar deviasi 17,447. Subjek yang berusia 18 tahun menunjukkan mean *father attachment* sebesar 80,15 dengan standar deviasi 23,609. Berikut tabel statistik deskriptif mean kesukaran regulasi emosi berdasarkan usia:

Tabel 9. Statistik Deskriptif Kesukaran Regulasi Emosi Berdasarkan Usia

Variabel	Usia	Mean	Std. Deviation
Kesukaran Regulasi Emosi	12 tahun	97,46	15,946
	13 tahun	99,10	22,175
	14 tahun	97,67	15,020
	15 tahun	101,04	18,662
	16 tahun	109,00	17,359
	17 tahun	99,24	17,647
	18 tahun	101,55	25,312
	Total		101,27

Berdasarkan tabel 9 di atas, diperoleh data bahwa subjek berusia 12 tahun memiliki mean kesukaran regulasi emosi 97,46 dengan standar deviasi 15,946, subjek berusia 13 tahun memiliki mean kesukaran regulasi emosi sebesar 99,10 dengan standar deviasi 22,175, subjek berusia 14 tahun memiliki mean kesukaran regulasi emosi sebesar 97,67 dengan standar deviasi 15,020, subjek berusia 15 tahun memiliki mean kesukaran regulasi emosi sebesar 101,04 dengan standar deviasi 18,662, subjek berusia 16 tahun memiliki mean kesukaran regulasi emosi sebesar 109,00 dengan standar deviasi 17,359, subjek berusia 17 tahun memiliki mean kesukaran regulasi emosi sebesar 99,24 dengan standar deviasi 17,647, dan subjek berusia 18 tahun memiliki mean kesukaran regulasi emosi sebesar 101,55 dengan standar deviasi 25,312.

2) Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Berikut ini tabel deskripsi subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin:

Tabel 10. Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-Laki	85	38,6%
Perempuan	135	61,4%
Total	220	100%

Pada tabel 10 menunjukkan jumlah keseluruhan subjek adalah 220 orang yang terdiri dari 85 remaja laki-laki dengan persentase 38,6% dan 135 remaja perempuan dengan persentase 61,4%. Subjek penelitian lebih didominasi oleh jenis kelamin perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini selaras dengan temuan Utomo (2019) yang menyatakan bahwa remaja perempuan lebih rentan menjadi korban *bully* daripada remaja laki-laki. Perilaku *bullying* yang diterima individu lebih memberikan dampak negatif dan membuat perempuan tersakiti, adapun laki-laki lebih merasa tersakiti apabila *bully* yang diperoleh secara fisik. Berikut ini tabel deskripsi mean resiliensi berdasarkan jenis kelamin:

Tabel 11. Statistik Deskriptif Resiliensi Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Jenis Kelamin	Mean	Std. Deviasi
Resiliensi	Laki-Laki	96,56	12,854
	Perempuan	91,21	11,175
	Total	93,28	12,109

Tabel 11 menunjukkan statistik deskriptif dari perolehan mean resiliensi yang dimiliki subjek berdasarkan perbedaan jenis kelamin.

Subjek penelitian berjenis kelamin laki-laki memiliki mean resiliensi yang lebih tinggi dibandingkan dengan subjek berjenis kelamin perempuan. Resiliensi subjek korban *bully* laki-laki memperlihatkan mean senilai 96,56 dengan standar deviasi 12,854. Adapun resiliensi yang dimiliki oleh subjek korban *bully* berjenis kelamin perempuan memiliki nilai mean 91,21 dengan standar deviasi 11,175. Total mean resiliensi yang dimiliki subjek ialah 93,28 dengan standar deviasi 12,109. Berikut ini tabel deskripsi mean *mother attachment* berdasarkan jenis kelamin:

Tabel 12. Statistik Deskriptif *Mother Attachment* Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Jenis Kelamin	Mean	Std. Deviasi
<i>Mother</i>	Laki-Laki	96,28	13,594
<i>Attachment</i>	Perempuan	90,11	18,226
	Total	92,50	16,829

Menurut tabel 12 yang telah disajikan di atas, subjek berjenis kelamin laki-laki memiliki mean pada variabel *mother attachment* sebesar 96,28 dengan standar deviasi 13,594, sedangkan mean *mother attachment* pada subjek berjenis kelamin perempuan senilai 90,11 dengan standar deviasi 18,226. Pada penelitian ini, subjek laki-laki lebih memiliki persepsi *mother attachment* yang lebih tinggi dibandingkan dengan subjek perempuan. Dari kedua mean tersebut, diperoleh total mean *mother attachment* dengan nilai 92,50 dan standar deviasi 16,829. Berikut ini tabel deskripsi mean *father attachment* berdasarkan jenis kelamin:

Tabel 13. Statistik Deskriptif *Father Attachment* Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Jenis Kelamin	Mean	Std. Deviasi
<i>Father</i>	Laki-Laki	90,16	17,811
<i>Attachment</i>	Perempuan	82,35	20,078
	Total	85,37	19,568

Keseluruhan mean yang didapatkan subjek penelitian pada variabel *father attachment* adalah 85,37 dengan standar deviasi 19,568. Perolehan total mean tersebut didapatkan dari gabungan mean *father attachment* dari dua jenis kelamin, laki-laki bernilai 90,16 dengan standar deviasi 17,811, dan perempuan bernilai 82,35 dengan standar deviasi 20,078. Apabila dibandingkan, dapat diketahui bahwa subjek korban *bully* laki-laki memiliki mean *father attachment* yang lebih tinggi dibandingkan dengan subjek korban *bully* perempuan. Berikut ini tabel deskripsi mean kesukaran regulasi emosi berdasarkan jenis kelamin:

Tabel 14. Statistik Deskriptif Kesukaran Regulasi Emosi Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Jenis Kelamin	Mean	Std. Deviasi
Kesukaran	Laki-Laki	96,81	15,660
Regulasi Emosi	Perempuan	104,08	20,219
	Total	101,27	18,888

Berdasarkan tabel 14 memperlihatkan mean kesukaran regulasi emosi yang dimiliki oleh masing-masing subjek laki-laki dan perempuan. Subjek laki-laki menunjukkan mean kesukaran regulasi emosi sebesar 96,81 dengan standar deviasi 15,660. Subjek perempuan

memiliki mean kesukaran regulasi emosi senilai 104,08 dengan standar deviasi 20,219. Secara keseluruhan total mean kesukaran regulasi emosi yang dimiliki subjek laki-laki dan perempuan adalah 101,27 dengan standar deviasi 18,888.

3) Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Bully yang Dialami

Berikut ini disajikan tabel deskripsi jenis bully yang dialami oleh subjek dalam penelitian antara lain:

Tabel 15. Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis *Bully* yang Dialami

Jenis <i>Bully</i>		Jumlah	Persentase
<i>Bully</i> verbal	Dihina/diejek/dimaki	46	21%
	Dipermalukan di depan umum	15	6,8%
	Dijuluki	64	29,1%
	Diancam	23	10,5%
	Difitnah	30	13,6%
<i>Bully</i> fisik	Ditendang	15	6,8%
	Dipukul	9	4,1%
	Dicekik	4	1,8%
	Diludahi	2	0,9%
	Ditampar	4	1,8%
	Didorong	8	3,6%
Total		220	100%

Pada tabel 15 memaparkan kategorisasi jenis *bully* yang dialami oleh subjek penelitian. Sebesar 21% atau 46 subjek mengalami *bully* verbal yaitu dihina/diejek/dimaki. Sebesar 6,8% atau 15 subjek mengalami *bully* verbal yaitu dipermalukan di depan umum. Sebesar 29,1% atau 64 subjek mengalami *bully* verbal yaitu dijuluki perkataan negatif. Sebesar 10,5% atau 23 subjek mengalami *bully* verbal yaitu diancam. Sebesar 13,6% atau 30 subjek mengalami *bully* verbal yaitu difitnah.

Subjek yang mengalami *bully* secara fisik terdiri dari 15 subjek yang ditendang dengan persentase 6,8%, 9 subjek yang dipukul dengan persentase 4,1%, 4 subjek yang dicekik dengan persentase 1,8%, 2 subjek yang diludahi dengan persentase 0,9%, 4 subjek yang ditampar dengan persentase 1,8%, dan 8 subjek yang didorong dengan persentase 3,6%.

B. Deskripsi Data

1. Deskripsi Data

Sebelum uji hipotesis, dilakukan uji deskripsi data terlebih dahulu untuk mengetahui penjabaran dari jumlah subjek (N), nilai minimal (Min.), nilai maksimal (Max.), nilai rata-rata (Mean) dan standar deviasi (Std. Deviation). Berikut adalah tabel deskripsi data statistik variabel:

Tabel 16. Deskripsi Data Statistik Variabel

	N	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation
Resiliensi	220	42	125	93,28	12,109
<i>Mother Attachment</i>	220	37	125	92,50	16,829
<i>Father Attachment</i>	220	25	124	85,37	19,568
Kesukaran Regulasi Emosi	220	62	152	101,27	18,888

Berdasarkan tabel 16 memperlihatkan keseluruhan subjek berjumlah 220 orang. Pada variabel resiliensi diperoleh nilai minimal sebesar 42, nilai maksimal sebesar 125, nilai mean 93,28, dan standar deviasi 12,109. Selanjutnya, variabel *mother attachment* didapatkan nilai minimal sebesar 37, nilai maksimal sebesar 125, nilai mean 92,50, dan standar deviasi 16,829. Variabel *father attachment* menunjukkan

data bahwa nilai minimal 25, nilai maksimal 124, nilai mean 85,37, dan standar deviasi 19,568. Adapun pada variabel kesukaran regulasi emosi didapatkan nilai minimal 62, nilai maksimal 152, nilai mean 101,27, dan standar deviasi 18,888. Pada variabel kesukaran regulasi emosi, semakin rendah nilai kesukaran yang diperoleh menunjukkan kemampuan regulasi emosi yang semakin baik.

Tahapan selanjutnya ialah melakukan kategorisasi pada data masing-masing variabel yang diperoleh. Kategorisasi terdiri dari tiga tingkatan yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Kategorisasi penilaian setiap variabel berdasarkan pada rumus model distribusi normal (S Azwar, 2013). Berikut ini adalah tabel kategorisasi resiliensi:

Tabel 17. Kategori Resiliensi

Variabel	Kategori	Nilai	Jumlah	Persentase
Resiliensi	Rendah	$x < 81$	25	11,4%
	Sedang	$81 \leq x < 105$	172	78,2%
	Tinggi	$x \geq 105$	23	10,5%
Total			220	100%

Remaja korban *bully* yang memiliki resiliensi rendah sebanyak 25 orang dengan persentase 11,4%. Persentase resiliensi terbanyak berada pada tingkat sedang dengan nilai 78,2% atau sebanyak 172 orang.

Adapun sisanya, sebanyak 23 orang berada pada resiliensi kategori tinggi dengan persentase 10,5%. Berikut ini adalah tabel kategorisasi *mother attachment*:

Tabel 18. Kategori *Mother Attachment*

Variabel	Kategori	Nilai	Jumlah	Persentase
<i>Mother Attachment</i>	Rendah	$x < 76$	34	15,5%
	Sedang	$76 \leq x < 109$	157	71,4%
	Tinggi	$x \geq 109$	29	13,2%
Total			220	100%

Berdasarkan tabel 18 di atas, diketahui bahwa subjek yang menjawab aitem *mother attachment* pada kategori rendah sebanyak 34 orang dengan persentase 15,5%. Sebanyak 157 subjek atau setara dengan 71,4% berada pada kategori *mother attachment* tingkat sedang. Sebanyak 29 orang memiliki tingkat *mother attachment* yang tinggi dengan persentase 13,2%. Berikut ini adalah tabel kategorisasi *father attachment*:

Tabel 19. Kategori *Father Attachment*

Variabel	Kategori	Nilai	Jumlah	Persentase
<i>Father Attachment</i>	Rendah	$x < 66$	35	15,9%
	Sedang	$66 \leq x < 105$	159	72,3%
	Tinggi	$x \geq 105$	26	11,8%
Total			220	100%

Pada tabel 19 menggambarkan kategorisasi variabel *father attachment* di atas, diperoleh data tingkat *father attachment* rendah sebanyak 15,9%, sedang sebanyak 72,3%, dan tinggi sebanyak 11,8%. Artinya, dari total keseluruhan 220 subjek, sebanyak 35 orang memiliki tingkat *father attachment* pada kategori rendah, 159 orang dengan kategori sedang, dan 26 orang dengan kategori tinggi. Berikut ini adalah tabel kategorisasi kesukaran regulasi emosi:

Tabel 20. Kategori Kesukaran Regulasi Emosi

Variabel	Kategori	Nilai	Jumlah	Persentase
Kesukaran Regulasi Emosi	Rendah	$x < 82$	32	14,5%
	Sedang	$82 \leq x < 120$	146	66,4%
	Tinggi	$x \geq 120$	42	19,1%
Total			220	100%

Berdasarkan tabel 20 tentang kategorisasi kesukaran regulasi emosi di atas, diperoleh data bahwa sebanyak 32 orang atau 14,5% memiliki kesukaran regulasi emosi dengan tingkat rendah, sebanyak 146 orang atau 66,4% memiliki kesukaran regulasi emosi dengan tingkat sedang, dan sebanyak 42 orang atau 19,1% memiliki kesukaran regulasi emosi dengan tingkat tinggi.

Alat ukur yang digunakan ialah kesukaran dalam meregulasi emosi, sehingga terdapat hubungan berbanding terbalik dari perolehan nilai dan kemampuan regulasi emosi. Artinya, sebanyak 32 orang di kategori rendah memiliki kemampuan meregulasi emosi yang tinggi. Adapun 42 subjek yang memiliki kesukaran regulasi emosi pada tingkat tinggi, maka kemampuan regulasi emosi yang dimiliki semakin rendah.

C. Pengujian Hipotesis

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dengan tujuan untuk menguji dan menganalisis pengaruh *parent attachment* dan regulasi emosi terhadap resiliensi remaja korban *bully* di Surabaya. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisis regresi linier berganda. Hasil perhitungan secara parsial dapat dilihat pada tabel 22 berikut:

Tabel 21. Uji T Analisis Regresi Linear Berganda

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	89,299	7,820		11,420	0,000
<i>Mother Attachment</i>	0,121	0,051	0,169	2,395	0,017
<i>Father Attachment</i>	0,150	0,043	0,242	3,454	0,001
Kesukaran Regulasi Emosi	-0,198	0,042	-0,308	-4,655	0,000

Berdasarkan perhitungan t-tabel diperoleh nilai 1,971 dengan taraf signifikansi 0,05. Hasil analisis uji T pada tabel 22 menunjukkan hasil bahwa nilai signifikansi untuk pengaruh *mother attachment* terhadap resiliensi adalah sebesar $0,017 < 0,05$ dan nilai t-hitung $2,395 > t$ -tabel 1,971, sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima yang berarti bahwa variabel *mother attachment* berpengaruh secara parsial terhadap resiliensi. Semakin tinggi *mother attachment* maka resiliensi yang dimiliki juga akan semakin tinggi. Hal ini ditinjau dari perolehan koefisien yang bersifat positif (+).

Selanjutnya, diperoleh nilai signifikansi untuk pengaruh *father attachment* terhadap resiliensi adalah sebesar $0,001 < 0,05$ dan nilai t-hitung $3,454 > t$ -tabel 1,971, sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima yang berarti terdapat pengaruh *father attachment* terhadap resiliensi secara parsial. Koefisien t-hitung bernilai positif (+) sehingga dapat diartikan bahwa semakin tinggi *father attachment* maka semakin tinggi resiliensi yang dimiliki individu. Dengan demikian, hipotesis pertama (H1) diterima artinya terdapat pengaruh *parent attachment* terhadap resiliensi remaja korban *bully*.

Pada pengujian hipotesis kedua (H2) diperoleh nilai signifikansi untuk pengaruh regulasi emosi terhadap resiliensi adalah sebesar $0,000 < 0,05$ dan nilai t-hitung $4,655 > t\text{-tabel } 1,971$, sehingga dapat disimpulkan bahwa H3 diterima artinya variabel regulasi emosi berpengaruh secara parsial terhadap resiliensi. Koefisien t-hitung pada variabel regulasi emosi bernilai negatif (-) yang mengartikan bahwa hasil alat ukur kesukaran regulasi emosi memiliki hubungan negatif dengan resiliensi. Dengan demikian, semakin rendah kesukaran dalam meregulasi emosi maka semakin tinggi kemampuan resiliensi yang dimilikinya.

Pada hipotesis ketiga (H3) penelitian yang diajukan juga terdapat pengaruh antara *parent attachment* dan regulasi emosi secara simultan (bersama-sama) terhadap resiliensi, sehingga dilakukan uji F (ANOVA) dan mencari koefisien determinasi (*R square*). Berikut ini sajian tabel uji F (ANOVA):

Tabel 22. Uji F (ANOVA)

Variabel	F	Sig.	Keterangan
<i>Mother Attachment, Father Attachment, Regulasi Emosi</i>	39,871	0,000	Hipotesis diterima

Dari tabel 23 di atas memperlihatkan perolehan F-hitung senilai 39,871 dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, sehingga keterangan yang didapatkan ialah hipotesis diterima. Oleh sebab itu, dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh variabel *parent attachment* yang terdiri dari *mother attachment* dan *father attachment* serta regulasi emosi secara simultan (bersama-sama) terhadap resiliensi pada remaja korban *bully*.

Adapun penjabaran hasil koefisien determinasi (*R square*) yang menggambarkan besarnya nilai sumbangan variabel independen terhadap variabel dependen adalah sebagai berikut:

Tabel 23. Koefisien Determinasi (*R square*)

Model Summary			
R	R Square	Adjusted R Square	Keterangan
0,597	0,356	0,347	Hipotesis diterima

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 24, diperoleh hasil *R square* sebesar 0,356 yang artinya variabel *parent attachment* (*mother attachment* dan *father attachment*), dan regulasi emosi memberi pengaruh sebesar 35,6% terhadap resiliensi. Adapun sisanya sebesar 64,4% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti. Dengan demikian, hipotesis diterima sehingga diperoleh hasil bahwa terdapat pengaruh antara *parent attachment* dan regulasi emosi terhadap resiliensi pada remaja korban *bully*.

Berdasarkan hasil analisis regresi dan perhitungan sumbangan efektif masing-masing variabel bebas (X) terhadap variabel (Y), maka dapat diperoleh nilai sebagai berikut:

Tabel 24. Sumbangan Efektif Variabel Bebas

Variabel	Sumbangan Efektif (SE)
<i>Mother Attachment</i>	7,8%
<i>Father Attachment</i>	12%
Regulasi Emosi	15,8%
Total	35,6%

Pada tabel 25 memperlihatkan bahwa sumbangan efektif terbesar terhadap resiliensi adalah regulasi emosi senilai 15,8%, selanjutnya *father attachment*

senilai 12%, dan terendah pada variabel *mother attachment* dengan sumbangan 7,8%.

D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji dan menganalisis pengaruh *parent attachment* dan regulasi emosi terhadap resiliensi remaja korban *bully*. Subjek pada penelitian ini berjumlah 220 orang yang diperoleh dari remaja korban *bully* yang ada di Komunitas Rehabilitasi Korban Kekerasan dan *Bullying* di Surabaya serta LBB "Griya Talenta Bunda" Surabaya. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisis regresi linear berganda menggunakan SPSS *for windows*.

Berdasarkan hasil pengujian statistik yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *mother attachment* terhadap resiliensi remaja korban *bully*. Semakin tinggi *mother attachment* yang dimiliki individu maka semakin tinggi pula resiliensinya. Hasil penelitian ini didukung oleh beberapa penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa *mother attachment* dapat memengaruhi resiliensi yang dimiliki individu. Temuan Tyas & Dian (2013) menunjukkan bahwa semakin tinggi *mother attachment* maka resiliensi yang remaja *quasi broken home* di Lamongan juga akan semakin tinggi, Sejalan dengan hasil penelitian Wang *et al.* (2020) yang membuktikan bahwa *mother attachment* memiliki hubungan positif dengan resiliensi anak-anak kurang mampu di China.

Remaja dengan *mother attachment* yang tinggi akan mempersepsikan ibunya sebagai basis yang aman untuk mencari kenyamanan saat mendapati

situasi yang menekan (Rasmussen *et al.*, 2019). Sama halnya dengan remaja korban *bully* pada subjek penelitian ini semakin tinggi *mother attachment* maka resiliensi yang dimiliki juga akan semakin tinggi. Berdasarkan teori *attachment*, *mother attachment* yang *secure* dapat menjadi faktor protektif bagi kesehatan psikologis anak di masa remaja. Hal ini dikarenakan ibu dapat memberikan rasa nyaman, dukungan, dan kehangatan saat anak mendapatkan masalah yang membuat stres seperti halnya perilaku *bully* sehingga anak mampu bangkit dan resilien (Zolkoski & Bullock, 2012).

Selanjutnya, pada variabel *father attachment* hipotesis diterima. Dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh *father attachment* terhadap resiliensi pada remaja korban *bully*. Koefisien yang diperoleh bernilai positif sehingga dapat dikatakan apabila *father attachment* semakin tinggi, maka tingkat resiliensi yang dimiliki individu juga akan semakin tinggi.

Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Guo (2019) yang menyatakan bahwa *attachment* yang tinggi pada ayah membantu remaja mempelajari cara mengatasi masalah sehingga pada remaja dengan keluarga yang bercerai mampu memiliki resiliensi yang baik. Sebagaimana penelitian Purnama & Wahyuni (2017) menyebutkan bahwa remaja yang mempersepsikan *father attachment* dengan rasa aman, maka dirinya akan mempercayai figur ayah, merasa nyaman, dan aman bersama ayah, sehingga perasaan tersebut tetap ada ketika mereka berinteraksi dengan lingkungan sosial.

Hasil pada penelitian ini berkaitan dengan teori *attachment* yang dikemukakan oleh Armsden & Greenberg (1987) menyatakan bahwa individu

yang mempersepsikan perasaan dan ikatan emosional yang tinggi pada orang tuanya akan memberikan dampak positif pada penyesuaian diri ketika mengembangkan kemampuan sosial. Remaja korban *bully* yang memaknai kualitas *parent attachment* akan memunculkan *internal working model* sehingga dirinya mampu gigih, yakin terhadap kompetensi diri, dan menerima reaksi harapan positif dari figur lekat terhadap dirinya untuk resilien (Bowlby & Ainsworth, 2013).

Temuan yang menarik pada penelitian ini menghasilkan pernyataan bahwa *father attachment* lebih memberikan sumbangan secara efektif bagi resiliensi remaja korban *bully* dibandingkan dengan *mother attachment*. Artinya, remaja korban *bully* yang mempersepsikan *father attachment* tinggi lebih berdampak pada terbentuknya resiliensi. Hal ini sejalan dengan peran yang dikembangkan oleh setiap ayah kepada anaknya yaitu membimbing anak untuk tumbuh mandiri secara fisik maupun psikologis (Ekasari & Bayani, 2009).

Remaja yang menganggap sosok ayah memberikan perlindungan, pengasuhan, dan rasa aman yang tinggi akan menjadi pribadi yang memiliki keberanian dalam menghadapi masalah, sikap mandiri, dan berprestasi (Nasir *et al.*, 2011). Berdasarkan hasil riset terdahulu menyebutkan bahwa *father attachment* dapat meningkatkan adaptasi positif ketika individu mengalami kesulitan, tahan banting terhadap stres, memiliki hubungan sosial yang positif (Aini, 2020). Kompetensi sosial yang berkembang tersebut menjadi prediktor bagi resiliensi remaja (Reskyani, 2019).

Ayah sebagai seorang laki-laki juga lebih mampu menunjukkan regulasi emosi yang tinggi ketika menghadapi masalah dibandingkan dengan ibu. Sebagaimana hasil riset yang menunjukkan bahwa laki-laki lebih mudah meregulasi emosi dibandingkan perempuan, sehingga perempuan lebih rentan terkena gangguan psikologis meliputi stres, depresi, cemas, dan *eating disorder* (Else-Quest & Hyde, 2018). Ibu lebih rentan stres dibanding ayah dalam pengasuhan anak karena kepeduliannya yang tinggi terutama apabila anak mengalami masalah seperti *bullying* (Fitriani dkk., 2021). Dengan demikian, remaja yang mengalami *bully* lebih memaknai perlindungan dari *father attachment* guna membangun resiliensi dibandingkan dengan kepedulian dan kekhawatiran dari *mother attachment*.

Berikutnya pada analisis regresi linier berganda yang telah dilakukan, memperlihatkan bahwa pada variabel regulasi emosi hipotesis diterima yang artinya regulasi emosi dapat memengaruhi resiliensi pada remaja korban *bully*. Nilai koefisien bersifat negatif karena alat ukur yang digunakan kesukaran regulasi emosi, sehingga dapat diartikan bahwa semakin rendah kesukaran regulasi emosi maka semakin tinggi resiliensi yang dimiliki individu.

Hasil penelitian ini didukung oleh temuan terdahulu yang menyatakan bahwa regulasi emosi dapat memengaruhi resiliensi pada siswa remaja yang menuntut ilmu di sekolah berasrama berbasis semi militer (Sukmaningpraja & Santhoso, 2016). Temuan Anshori (2017) juga menyebutkan adanya hubungan positif antara regulasi emosi dan resiliensi remaja atlet basket di Karanganyar.

Artinya semakin tinggi regulasi emosi maka resiliensi yang dimiliki juga akan semakin tinggi.

Hasil riset Kay (2016) terhadap karyawan di Inggris memberikan temuan bahwa karyawan yang memperoleh peristiwa menekan hingga menyebabkan stres akan mampu bangkit kembali ketika dirinya memiliki kemampuan memahami emosi dan mencari cara untuk mengatasi emosi berlebihan, serta menyelesaikan permasalahannya. Individu yang resilien menunjukkan kemampuan yang baik dalam mengontrol emosi, tingkah laku dan perhatiannya dalam menghadapi masalah. Sebaliknya, individu yang memiliki kesulitan dalam regulasi emosi akan sulit menyesuaikan diri dengan perubahan, menjalin relasi, dan mempertahankan hubungan baik dengan orang lain (Ridwan, 2020).

Pada penelitian ini membuahkan hasil yang menunjukkan bahwa regulasi emosi mencakup aspek yakin pada kemampuan diri sendiri dalam mengatasi masalah, gigih dalam menghadapi kesulitan, serta mampu mengatur reaksi emosional dan atensi. Dengan demikian individu tidak menampilkan perilaku yang maladaptif ketika mengalami peristiwa menekan yang merugikan. Oleh sebab itu, individu yang memiliki kemampuan regulasi emosi tinggi maka resiliensi yang dimiliki juga akan tinggi.

Berdasarkan hasil analisis *R square* menunjukkan bahwa variabel *parent attachment* (*mother attachment* dan *father attachment*), dan regulasi emosi memberi pengaruh sebesar 35,6% terhadap resiliensi. Adapun sisanya sebesar 64,4% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti. Dengan demikian, hipotesis diterima sehingga diperoleh hasil bahwa terdapat pengaruh antara

parent attachment dan regulasi emosi terhadap resiliensi pada remaja korban *bully*.

Hasil penelitian di atas sejalan dengan *life-course theories of resilience* yang menempatkan *attachment* positif dengan orang tua merupakan penentu resiliensi di masa remaja (Rutter, 1999; Sapouna & Wolke, 2013). Meta-analisis Spruit *et al.* (2020) menyebutkan bahwa *parent attachment* berperan untuk mengurangi tingkat depresi remaja saat mengalami permasalahan yang beresiko menyebabkan stres. Dengan demikian, remaja korban *bully* mampu resilien apabila dirinya mendapatkan dan memaknai *parent attachment* secara baik sebagai basis keamanan.

Adapun kemampuan regulasi emosi yang dimiliki setiap individu juga dapat menentukan terciptanya resiliensi. Sejalan dengan *the broaden and build theory of positive emotions* yang menyatakan bahwa kapasitas resilien individu dapat dikembangkan pengelolaan emosi secara positif (Fredrickson, 2001; Utami, 2020). Remaja korban *bully* dengan kemampuan regulasi emosi yang baik mencakup aspek pada resiliensi yaitu dapat menenangkan emosi dirinya setelah mendapatkan peristiwa negatif, tetap berpikir rasional, mampu mengendalikan perilaku dengan cara tetap menghargai diri sendiri dan orang lain, bercerita dengan figur lekat, mencari penyelesaian masalah, serta berfokus untuk mengembangkan kapasitas dirinya (Gratz & Roemer, 2004; Pramintari dkk., 2022).

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini memberikan hasil antara lain sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh *parent attachment* secara parsial terhadap resiliensi remaja korban *bully*.
2. Terdapat pengaruh regulasi emosi secara parsial terhadap resiliensi remaja korban *bully*
3. Terdapat pengaruh *parent attachment* dan regulasi emosi secara simultan terhadap resiliensi remaja korban *bully*.

B. Saran

Berdasarkan pemaparan dari hasil penelitian, saran yang dapat diberikan antara lain sebagai berikut:

1. Bagi Orang Tua

Diharapkan kedua orang tua tidak hanya ibu melainkan juga ayah dapat memberikan kasih sayang, perlindungan, dan dukungan positif bagi remaja korban *bully* karena *father attachment* dapat lebih memberikan dampak positif bagi terbentuknya resiliensi. Dengan demikian, remaja korban *bully* tetap memiliki tempat bercerita, mampu menghadapi, dan menyelesaikan masalah, serta mengembangkan kemampuan resiliensinya.

2. Bagi Sekolah/Lembaga

Pihak sekolah maupun lembaga dapat mengadakan seminar yang membahas mengenai pola *parent attachment* yang tepat bagi orang tua dan regulasi emosi bagi siswa guna membantu meningkatkan resiliensi yang dimiliki oleh remaja korban *bully*.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian secara kualitatif dan menambahkan variabel lain untuk meneliti resiliensi pada remaja korban *bully*.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, H. (2022). Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Realita: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(2).
- Aini, D. K. (2020). Positive Attachment, Mindfulness dan Resiliensi Remaja di Era Tatanan Baru. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 2, 210–225.
- Ainsworth, M. D. S. (2006). Attachments and Other Affectional Bonds Across the Life Cycle. In *Attachment across the life cycle* (pp. 41–59). Routledge.
- Aji, S. D., & Kristinawati, W. (2022). Hubungan antara Regulasi Emosi dan Resiliensi pada Karyawan Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Indonesia*, 7(1).
- An-Nawawi, I. (2006). Syarah Hadits Arba'in Imam Nawawi. *Yogyakarta: Media Hidayah*.
- Anapratwi, D., & Handayani, S. S. D. (2013). Hubungan antara Kelekatan Anak pada Ibu dengan Kemampuan Sosialisasi Anak Usia 4-5 tahun (Studi pada RA Sinar Pelangi dan RA Al Iman Kecamatan Gunungpati, Semarang). *Indonesian Journal of Early Childhood Education Studies*, 2(2).
- Andriyani, J. (2021). Resiliensi dan Kecemasan pada Keluarga di Era New Normal (Studi di Kota Banda Aceh). *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 4(1), 19–33.
- Anshori, Y. I. (2017). *Hubungan Regulasi Emosi dengan Resiliensi pada Atlet Basket Karanganyar*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ante-Contreras, D. (2016). *Distracted Parenting: How Social Media Affects Parent-Child Attachment*.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual Differences and Their Relationship to Psychological Well-Being in Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427–454.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (2009). *The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual Differences and Their Relationship to Psychological Well-Being in Adolescence*.
- Aryanti, Z. (2017). Kelekatan dalam Perkembangan Anak. *Tarbawiyah: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 12(02), 245–258.
- Atwool, N. (2006). Attachment and Resilience: Implications for Children in Care. *Child Care in Practice*, 12(4), 315–330.
- Azwar, S. (2013). Penyusunan Skala Psikologi (Psychological Scale Preparation). *Yogyakarta, Indonesia: Pustaka Belajar*.
- Azwar, Saifuddin. (2016). Dasar-Dasar Psikometri. *Yogyakarta: Pustaka Pelajar*, 199.
- Belinda, Y. (2020). Elon Musk hingga Kate Middleton, 9 Orang Sukses Ini

- Ternyata Korban Bully. *Liputan6*.
<https://www.liputan6.com/global/read/4258647/ellon-musk-hingga-kate-middleton-9-orang-sukses-ini-ternyata-korban-bully>
- Berlin, L. J., Cassidy, J., & Appleyard, K. (2008). *The Influence of Early Attachments on Other Relationships*.
- Block, J., & Kremen, A. M. (1996). IQ and Ego-Resiliency: Conceptual and Empirical Connections and Separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 349.
- Bowes, L., Maughan, B., Caspi, A., Moffitt, T. E., & Arseneault, L. (2010). Families Promote Emotional and Behavioural Resilience to Bullying: Evidence of an Environmental Effect. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 51(7), 809–817.
- Bowlby, J. (1979). The Bowlby-Ainsworth Attachment Theory. *Behavioral and Brain Sciences*, 2(4), 637–638.
- Bowlby, J., & Ainsworth, M. (2013). The Origins of Attachment Theory. *Attachment Theory: Social, Developmental, and Clinical Perspectives*, 45(28), 759–775.
- Calkins, S. D., Thompson, R. A., & Lewis, M. D. (2008). Reassessing Emotion Regulation. *Child Development Perspectives*, 2(3), 124–131.
- Carroll, A., Hattie, J. A., Durkin, K., & Houghton, S. (2009). *Adolescent Reputations and Risk: Developmental Trajectories to Delinquency*. Springer.
- Claudia, F., & Sudarji, S. (2019). Sumber-Sumber Resiliensi Pada Remaja Akhir Yang Mengalami Kekerasan Dari Orangtua Pada Masa Kanak-Kanak. *Psibernetika*, 11(2).
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82.
- Creswell, J. (2015). *Riset pendidikan: Perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi riset kualitatif & kuantitatif*.
- Darling Rasmussen, P., Storebø, O. J., Løkkeholt, T., Voss, L. G., Shmueli-Goetz, Y., Bojesen, A. B., Simonsen, E., & Bilenberg, N. (2019). Attachment as a core feature of resilience: A systematic review and meta-analysis. *Psychological Reports*, 122(4), 1259–1296.
- Databoks. (2019). *PISA: Murid Korban "Bully" di Indonesia Tertinggi Kelima di Dunia*.
- Deslyana, A. (2021). *Gambaran Resiliensi Pada Remaja Yang Mengalami Broken Home*. Universitas Islam Riau.
- Ekasari, A., & Bayani, I. (2009). Attachment pada Ayah dan Penerimaan Peer-Group dengan Resiliensi" Studi Kasus pada Siswa Laki-laki di Tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP). *SOUL: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian*

- Psikologi*, 2(2), 33–61.
- Else-Quest, N. M., & Hyde, J. S. (2018). *The Psychology of Women and Gender: Half the Human Experience*. Sage Publications.
- Erdem, S. (2017). Attachment to Parents and Resilience among High School Students. *Journal of Positive Psychology and Wellbeing*, 1(1), 22–33.
- Erikson, E. H. (2010). *Childhood and Society*. Pustaka Pelajar.
- Fischer, A. H., Evers, C., & Manstead, A. S. R. (2011). Gender and Emotion Regulation: A Social Appraisal Perspective on Anger. In *Emotion regulation and well-being* (pp. 211–222). Springer.
- Fitriani, Y., Gina, F., & Perdhana, T. S. (2021). Gambaran Parenting Stress pada Ibu Ditinjau dari Status Pekerjaan dan Ekonomi serta Bantuan Pengasuhan. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 10(2), 98–107.
- Fraley, R. C., & Davis, K. E. (1997). Attachment Formation and Transfer in Young Adults Close Friendships and Romantic Relationships. *Personal Relationships*, 4(2), 131–144.
- Fredrickson, B. L. (2001). The Role of Positive Emotions in Positive Psychology: The Broaden-and-Build Theory of Positive Emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218.
- Frijda, N. H. (1993). *Moods, Emotion Episodes, and Emotions*.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative Life Events, Cognitive Emotion Regulation and Emotional Problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311–1327.
- Goleman, D., & Hermaya, T. (2002). *Emotional Intelligence (Kecerdasan emosional): Mengapa EI lebih penting daripada IQ*.
- Gottman, J. M., & Katz, L. F. (2002). Children's emotional reactions to stressful parent-child interactions: The link between emotion regulation and vagal tone. *Marriage & Family Review*, 34(3–4), 265–283.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of The Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54.
- Greeff, A. P., & Van den Berg, E. (2013). Resilience in Families in Which a Child is Bullied. *British Journal of Guidance & Counselling*, 41(5), 504–517.
- Greenberg, L. S. (2002). *Emotion-focused therapy: Coaching clients to work through their feelings*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Leichsenring, F., & Leibing, E. (2003). The effectiveness of psychodynamic therapy and cognitive behavior therapy in the treatment. *American Journal of Psychiatry*, 160, 1223–1232.
- Gross, J. J. (1999). Emotion and Emotion Regulation. *Handbook of Personality: Theory and Research*, 2, 525–552.

- Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26.
- Grothberg, E. H. (1999). *Tapping Your Inner Strength: How to Find the Resilience to Deal with Anything*. New Harbinger.
- Guo, X. (2019). Coping as a Mediator between Parental Attachment and Resilience: An Examination of Differential Effects between Chinese Adolescents from Single Parent Families versus Those from Intact Families. *Psychological Reports*, 122(2), 506–524.
- Hasya, N. (2022). *Pengaruh Kelekatan Orang Tua dan Kelekatan Teman Sebaya terhadap Resiliensi pada Santri di Pondok Modern Al-Aqsha*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Hasyim, B. Bin, Anggorowati, A., & Dewi, N. S. (2021). Resiliensi Remaja Putri Korban Bullying di Semarang: Studi Deskriptif. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 1–8.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi psikologis: sebuah pengantar*. Kencana.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2010). Bullying, cyberbullying, and suicide. *Archives of Suicide Research*, 14(3), 206–221.
- Holaday, M., & McPhearson, R. W. (1997). Resilience and Severe Burns. *Journal of Counseling & Development*, 75(5), 346–356.
- Hurlock, E. (2014). *Psikologi Perkembangan Pengantar*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Husni, R. N., Rozali, Y. A., & Unggul, F. P. U. E. (2016). Pengaruh self efficacy terhadap resiliensi pada anggota korp sukarela-Palang Merah Indonesia di Jakarta Barat dalam penanggulangan bencana banjir.(skripsi tidak diterbitkan). *Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul, Kebon Jeruk, Jakarta Barat*.
- Idsoe, T., Vaillancourt, T., Dyregrov, A., Hagen, K. A., Ogden, T., & Nærde, A. (2021). Bullying Victimization and Trauma. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 480353.
- Jin, Y. (2020). *Leader Interpersonal Emotion Regulation, LMX and Followers Outcomes: A Three-Wave Examination*. Manchester Business School.
- Juliana, E. (2019). *Hubungan antara Kelekatan pada Ayah dengan Resiliensi Mahasiswa Fakultas Psikologi Kelas Reguler yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir di Universitas Mercu Buana Jakarta*. Universitas Mercu Buana.
- Kay, S. A. (2016). Emotion Regulation and Resilience: Overlooked Connections. *Industrial and Organizational Psychology*, 9(2), 411–415.
- Kemenpppa. (2022). *Stop Bullying*.
- Kiranadevi, S. Y. (2022). The Correlation Between Emotional Regulation and Aggressive Behavior in Inmates at The Class IIA Correctional Institution Ambarawa. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 13(1).

- Krause, B., Laird, K. T., Funes, C., & Lavretsky, H. (2019). Psychobiological Factors of Resilience and Depression in Late Life. *Translational Psychiatry*, 9(1), 1–18.
- Krause, N. (1992). Stress, Religiosity, and Psychological Well-Being among Older Blacks. *Journal of Aging and Health*, 4(3), 412–439.
- Latifah, M. (2021). Investigasi Online Resilience Remaja: Eksplanasi Peranan Karakteristik Remaja, Karakteristik Keluarga, Kelekatan Remaja-Orang Tua, Regulasi Emosi, dan Hubungan Persahabatan. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, 14(3), 270–281.
- Laura, S. (2020). *Hubungan Antara Self Efficacy dan Regulasi Emosi Dengan Resiliensi Pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan*. UIN Raden Intan Lampung.
- Lazarus, R. S. (1993). *From Psychological Stress to The Emotions: A History of Changing Outlooks*.
- Lin, L.-Y., Chien, Y.-N., Chen, Y.-H., Wu, C.-Y., & Chiou, H.-Y. (2022). Bullying Experiences, Depression, and The Moderating Role of Resilience Among Adolescents. *Frontiers in Public Health*, 10.
- Luthar, S. S., & Zelazo, L. B. (2003). Research on resilience: An integrative review. *Resilience and Vulnerability: Adaptation in the Context of Childhood Adversities*, 2, 510–549.
- Luu, T. T. (2021). Worker Resilience during the COVID-19 Crisis: The Role of Core Beliefs Challenge, Emotion Regulation, and Family Strain. *Personality and Individual Differences*, 179, 110784.
- Magfiroh, A. L. (2019). *Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Resiliensi pada Remaja Binaan Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Klas IA Blitar*.
- Martin, R. A., Noviekayati, I., & Rina, A. P. (2021). *Hubungan antara Adversity Quotient dan Resiliensi pada Remaja dengan Orangtua yang Bercerai di Surabaya*. Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1998). The Development of Competence in Favorable and Unfavorable Environments: Lessons from rResearch on Successful Children. *American Psychologist*, 53(2), 205.
- Maximo, S. I., & Carranza, J. S. (2016). Parental Attachment and Love Language as Determinants of Resilience among Graduating University Students. *Sage Open*, 6(1), 2158244015622800.
- McCubbin, L. (2001). *Challenges to the Definition of Resilience*.
- McLanahan, S. S., & Carlson, M. J. (2002). Welfare Reform, Fertility, and Father Involvement. *The Future of Children*, 147–165.
- McRae, K., & Gross, J. J. (2020). Emotion Regulation. *Emotion*, 20(1), 1.
- Meichenbaum, D. (2007). Important Facts about Resilience: A Consideration of Research Findings about Resilience and Implications for Assessment and

- Treatment. *Melissa Institute: Miami, FL, USA.*
- Menesini, E., & Salmivalli, C. (2017). Bullying in schools: the state of knowledge and effective interventions. *Psychology, Health & Medicine*, 22(sup1), 240–253.
- Mesquita, B., & Markus, H. R. (2004). Models of Agency as Sources of Cultural. *Feelings and Emotions: The Amsterdam Symposium*, 341.
- Mestre, J. M., Núñez-Lozano, J. M., Gómez-Molinero, R., Zayas, A., & Guil, R. (2017). Emotion Regulation Ability and Resilience in a Sample of Adolescents from a Suburban Area. *Frontiers in Psychology*, 8, 1980.
- Muarifah, A., Fauziah, M., Nanda, W., & Saputra, E. (2020). Kontribusi Parent-Child Attachment terhadap Regulasi Emosi, Harga Diri, Konformitas dan Resiliensi Siswa. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 5(2), 63–71.
- Muraru, A. A., & Turliuc, M. N. (2013). Predictors of Marital Adjustment: Are there any Differences between Women and Men? *Europe's Journal of Psychology*, 9(3).
- Murphy, T. P., Laible, D., & Augustine, M. (2017). The Influences of Parent and Peer Attachment on Bullying. *Journal of Child and Family Studies*, 26(5), 1388–1397.
- Nasir, R., Mustaffa, M. B., Wan Shahrazad, W. S., Khairudin, R., & Syed Salim, S. S. (2011). Parental Support, Personality, Self-Efficacy as Predictors for Depression among Medical Students. *Pertanika J. Soc. Sci. & Hum*, 9–15.
- Olweus, D., Limber, S. P., & Breivik, K. (2019). Addressing Specific forms of Bullying: A Large-Scale Evaluation of the Olweus Bullying Prevention Program. *International Journal of Bullying Prevention*, 1(1), 70–84.
- Ong, A. D., Bergeman, C. S., Bisconti, T. L., & Wallace, K. A. (2006). Psychological Resilience, Positive Emotions, and Successful Adaptation to Stress in Later Life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(4), 730.
- Palinggi, N. P., Dewi, E. M. P., & Ridfah, A. (2022). Gambaran Resiliensi Korban Fat Shaming. *Jurnal Talenta Mahasiswa*, 1(3).
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2010). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*.
- Pragholapati, A., Muliani, R., & Aryanti, F. L. (2020). Hubungan Bullying dengan Kemampuan Sosial pada Remaja di SMK X Kota Bandung. *JPPP-Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 9(1), 34–40.
- Pramintari, R. D., Amalia, H., & Nurhidayah, S. (2022). Hubungan Religiusitas dan Regulasi Emosi terhadap Resiliensi pada Dewasa Awal Korban Ghosting. *Psychopedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 7(2), 48–59.
- Purnama, R. A., & Wahyuni, S. (2017). Kelekatan (Attachment) pada Ibu dan Ayah dengan Kompetensi Sosial pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 13(1), 30–40.

- Qomariah, N. (2019). *Hubungan Secure Attachment dan Pemenuhan Kebutuhan Afeksi dengan Resiliensi pada Anak Keluarga Pekerja Migran Indonesia (PMI) di Desa Pomahan, Kabupaten Ponorogo*. UNTAG Surabaya.
- Rachmadifa, C. F., & Borualogo, I. S. (2020). Studi Deskriptif Perbedaan Resiliensi pada Siswa SD dan SMP Korban Perundungan. *Prosiding Psikologi Http://Dx. Doi. Org, 10(v6i2)*, 22305.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. Broadway books.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2003). *The resilience factor: 7 keys to finding your inner strength and overcoming life's hurdles*. Harmony.
- Reskyani, K. (2019). *Analisis Dimensi Kelekatan Ayah Sebagai Prediktor Resiliensi Akademik Terhadap Mahasiswi di Kota Makassar*. UNIVERSITAS BOSOWA.
- Richardson, G. E. (2002). The Metatheory of Resilience and Resiliency. *Journal of Clinical Psychology, 58(3)*, 307–321.
- Ridwan, G. A. S. (2020). Pengaruh Tingkat Regulasi Emosi Dan Tingkat Resiliensi Pada Taruna Tahun Pertama. *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial, 7(3)*, 565–572.
- Rutter, M. (1999). Resilience Concepts and Findings: Implications for Family Therapy. *Journal of Family Therapy, 21(2)*, 119–144.
- Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology, 24(2)*, 335–344.
- Sakdiyah, F., Febriana, B., & Setyowati, W. E. (2020). Resiliensi dan Kejadian bullying pada remaja SMP Di Demak. *Bima Nursing Journal, 1(2)*, 119–125.
- Samsami, T., Safari, M., Ghasemabadi, F., Taherkhani, S., Javedani, M., Kazemi, S. A. H., Azadmehr, F., Harati, N. S., & Khodadadi, F. R. (2022). The Effectiveness Of Emotion Regulation Training On Resilience And General Health Of Bullied Students. *Journal of Positive School Psychology, 6(8)*, 9361–9367.
- Santi, D. E., Arifiana, I. Y., Ubaidillah, F. A., No, J. S., Pumpungan, M., SBY, K., & Sukorejo, S. (2022). Religiusitas, Regulasi Emosi dan Resiliensi Santri selama Pandemi COVID-19 dengan Dukungan Sosial sebagai Variabel Mediator. *Briliant: Jurnal Riset Dan Konseptual, 7(1)*, 123–133.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: perkembangan remaja*.
- Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan Masa-Hidup, Edisi ketiga belas*. Jakarta: Erlangga.
- Sapouna, M., & Wolke, D. (2013). Resilience to Bullying Victimization: The Role of Individual, Family and Peer Characteristics. *Child Abuse & Neglect, 37(11)*, 997–1006.
- Sari, D. Ii., Wahyudi, A., & Kurniawan, S. J. (2022). Layanan Bimbingan

- Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Resiliensi Diri Siswa Korban Bullying. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 135–145.
- Setyawati, I., & Rusmawati, D. (2017). Attachment pada Ibu dan Adversity Intelligence pada Remaja. *Jurnal Empati*, 5(1), 81–84.
- Shintaningtyas, A., & Wibawa, D. S. (2020). Gambaran Faktor-Faktor Resiliensi Pada Remaja Perempuan Yang Tinggal Di Panti Asuhan. *MANASA*, 9(2), 1–15.
- Shintia, S., & Maharani, W. (2021). Kemampuan Resiliensi Individu dalam Menghadapi Psychological Distress Siswa-Siswi SMA Jakarta di Masa Pandemi Covid-19. *UNUSIA CONFERENCE*, 1(1), 45–54.
- Siebert, A. (2005). *The Resiliency Advantage: Master Change, Thrive Under Pressure, and Bounce Back from Setbacks*. Berrett-Koehler Publishers.
- Siregar, M., & Siregar, N. I. (2018). Hubungan antara Kelekatan Orang Tua pada Anak dengan Kecerdasan Emosional Remaja di SMA Kemala Bhayangkari 1 Medan.
- Spruit, A., Goos, L., Weenink, N., Rodenburg, R., Niemeyer, H., Stams, G. J., & Colonna, C. (2020). The Relation Between Attachment and Depression in Children and Adolescents: A Multilevel Meta-Analysis. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 23(1), 54–69.
- Sroufe, L. A., & Fleeson, J. (2013). Attachment and The Construction of Relationships. In *Relationships and development* (pp. 51–71). Psychology Press.
- Sugiyono, S. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sujadi, E., Yandri, H., & Juliawati, D. (2021). Perbedaan Resiliensi Siswa Laki-laki dan Perempuan yang Menjadi Korban Bullying. *Psychocentrum Review*, 3(2), 174–186.
- Sukmaningpraja, A., & Santhoso, F. H. (2016). Peran Regulasi Emosi terhadap Resiliensi pada Siswa Sekolah Berasrama Berbasis Semi Militer. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 2(3), 184–191.
- Swearer, S. M., & Hymel, S. (2015). Understanding the psychology of bullying: Moving toward a social-ecological diathesis–stress model. *American Psychologist*, 70(4), 344.
- Syed, N. (2018). How can School Curb Bullying. *Diakses Dari <https://www.theeducatoronline.com/asia/news/how-can-schools-curb-bullying/246896>*.
- Tampombebu, A. T. V., & Wijono, S. (2022). Resiliensi dan Stres Kerja pada Karyawan yang Bekerja di Masa Pandemi Covid-19. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 145–152.
- Tamura, T. (2019). Effect of perceived parent–child relationship in childhood on

- resilience in Japanese youth. *Psychological Reports*, 122(2), 485–505.
- Teng, Z., Griffiths, M. D., Nie, Q., Xiang, G., & Guo, C. (2020). Parent–Adolescent Attachment and Peer Attachment Associated with Internet Gaming Disorder: A Longitudinal Study of First-Year Undergraduate Students. *Journal of Behavioral Addictions*, 9(1), 116–128.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion Regulation: A Theme in Search of Definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 25–52.
- Thompson, R. A., Meyer, S., Waters, S. F., Virmani, E. A., Raikes, H. A., & Jochem, R. (2010). Emotion Regulation and Attachment: Unpacking Two Constructs and Their Association. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 32(1), 37–47.
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient Individuals use Positive Emotions to Bounce Back from Negative Emotional Experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 320.
- Tyas, C., & Dian, A. (2013). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Kualitas Attachment Pada Ibu Dengan Resiliensi Remaja Quasi Broken Home Di SMP Negeri 3 Babat. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(3).
- U.S. Department of Education. (2016). *Student Reports of Bullying: Results from the 2015 School Crime Supplement to the National Crime Victimization Survey*.
- Ulum, A. S. (2018). *Hubungan Religiusitas Dan Kecerdasan Emosi Dengan Perilaku Agresif Santri Remaja Di Pondok Pesantren*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Utami, L. H. (2020). Bersyukur dan Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Nathiqiyah*, 3(1), 1–21.
- Utomo, K. D. M. (2019). Cognitive Behavioral Therapy untuk Meningkatkan Self-Efficacy Akademis pada Siswa SMA Korban Bullying Relasional. *Solution: Journal of Counselling and Personal Development*, 1(1), 40–50.
- Uyun, Z. (2012). *Resiliensi dalam Pendidikan Karakter*.
- Wahidah, E. Y. (2020). Resiliensi Perspektif Al-Qur'an. *Jurnal Islam Nusantara*, 2(1), 105–120.
- Wang, S., Li, A., Cai, M., Su, J., & Liu, X. (2020). Mother-Child Attachment and Resilience in Chinese Impoverished Children: a Moderated Mediation Model of Psychological Needs Satisfaction and Perceived Teacher Support. *Current Psychology*, 1–10.
- Wasahua, S. S., Pattiselanno, A. E., & Puttileihalat, P. M. (2019). Resiliensi Nafkah Rumah Tangga Masyarakat Pesisir Di Negeri Tawiri Kecamatan Teluk Ambon Kota Ambon. *Agrilan: Jurnal Agribisnis Kepulauan*, 6(3), 299–314.
- Yoanna, C. (2021). *Hubungan Antara Secure Attachment dan Resiliensi pada Remaja*. Universitas Katholik Soegijapranata Semarang.

- Yu, Y., Liu, S., Song, M., Fan, H., & Zhang, L. (2020). Effect of Parent–child Attachment on College Students’ Social Anxiety: A Moderated Mediation Model. *Psychological Reports, 123*(6), 2196–2214.
- Zahidah, U., Afifa, F. R., Trisia, E., Sari, S. N., & Putri, Y. F. (2022). Program Parenting: Konsep dan Tahapan Pembentukan Program Parenting. *JIMR: Journal Of International Multidisciplinary Research, 1*(01 Juni), 175–183.
- Zakiyah, E. Z., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Faktor yang Mempengaruhi Remaja dalam Melakukan Bullying. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat, 4*(2).
- Zhu, Y., Li, W., O’Brien, J. E., & Liu, T. (2021). Parent–child Attachment Moderates the Associations between Cyberbullying Victimization and Adolescents’ Health/Mental Health Problems: An Exploration of Cyberbullying Victimization among Chinese Adolescents. *Journal of Interpersonal Violence, 36*(17–18), NP9272–NP9298.
- Zolkoski, S. M., & Bullock, L. M. (2012). Resilience in Children and Youth: A Review. *Children and Youth Services Review, 34*(12), 2295–2303.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A