

Hubungan Dukungan Sosial dan Efikasi Diri dengan Resiliensi pada Remaja *Broken Home* di Kota Semarang

Rebecca Windy Prasetya¹, Cicilia Tanti Utami³

^{1,2}Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

E-mail: rebeccawindypras@gmail.com¹, cicil@unika.ac.id³

Article History:

Received: 22 Juli 2025

Revised: 01 Agustus 2025

Accepted: 14 Agustus 2025

Keywords: Dukungan Sosial dan Efikasi Diri, Resiliensi Remaja *Broken Home*. Kota Semarang.

Abstract: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi pada remaja dengan latar belakang keluarga *broken home*. Hasil pembahasan menunjukkan bahwa resiliensi pada remaja tersebut sangat dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu dukungan sosial dan efikasi diri. Dukungan sosial dari lingkungan terdekat, seperti teman, guru, keluarga besar, dan tokoh signifikan lainnya, mampu memberikan rasa aman, penerimaan, dan motivasi untuk menghadapi tekanan hidup. Sementara itu, efikasi diri berperan sebagai kekuatan internal yang mendorong remaja untuk percaya pada kemampuan diri sendiri, lebih mampu mengelola emosi, serta merumuskan langkah-langkah positif dalam menghadapi tantangan. Oleh karena itu, upaya penguatan resiliensi pada remaja *broken home* perlu dilakukan melalui pendekatan yang menyentuh aspek sosial dan psikologis secara terpadu.

PENDAHULUAN

Kota Semarang sebagai salah satu kota besar di Indonesia, memiliki tingkat perceraian yang cukup tinggi. Data terkini yang dilansir dari Website Mahkamah Agung Republik Indonesia Pengadilan Agama Semarang Kelas I-A (16/1/2025), pada tahun 2024 data perceraian yang tercatat mencapai 2623 perceraian yang terdiri dari 2003 perkara cerai gugat dan 620 cerai talak. Selain itu, di awal tahun 2025 telah tercatat 244 data perceraian yang terdiri dari 193 perkara cerai gugat dan 51 cerai talak. Sementara itu, data terkini yang ditunjukkan oleh Pengadilan Agama Semarang Kelas I-A (16/1/2025) juga menunjukkan bahwa terdapat tiga faktor perceraian yang paling banyak dilaporkan sejak tahun 2021-2025 yaitu 1) faktor perselisihan dan pertengkaran terus menerus; 2) faktor meninggalkan salah satu pihak; 3) faktor ekonomi.

Perceraian sering kali membawa perubahan besar dalam dinamika keluarga, seperti hilangnya stabilitas emosional, berkurangnya waktu bersama salah satu orang tua, hingga konflik berkepanjangan di antara orang tua yang bercerai (Digon, 2023). Menurut Nasution (2023) kondisi ini dapat memicu stres kronis, perasaan kehilangan, serta kebingungan dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Sementara di masa remaja akhir, individu sedang berusaha mencari arah hidup dan membangun kemandirian. Pengalaman menjadi korban perceraian dapat menambah kompleksitas tantangan yang mereka hadapi.

Dampak dari pengalaman perceraian yang dialami dapat meliputi munculnya gangguan emosional seperti kecemasan, depresi, rasa rendah diri, serta penurunan kemampuan untuk membentuk hubungan interpersonal yang sehat (Ramadhani & Krisnani, 2019). Selain itu, korban perceraian juga sering kali mengalami ketidakstabilan dalam hal dukungan finansial dan perubahan

tempat tinggal, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi akses mereka terhadap pendidikan, kegiatan sosial, serta kesejahteraan fisik dan mental (Firdausi, Hotifah & Simon, 2020). Kondisi tersebut dapat memperbesar resiko remaja mengalami keterpurukan jika tidak mendapatkan intervensi yang memadai dari lingkungan sosialnya.

Masa remaja akhir adalah periode transisi yang penting dalam perkembangan individu, yang menghubungkan masa remaja dengan dewasa awal (Suryana, Wulandari, Sagita & Harto, 2022). Batubara (2016) menjelaskan bahwa periode ini dimulai pada usia 18 tahun, ditandai dengan tercapainya maturasi fisik yang sempurna. Pendapat ini sejalan dengan Yusuf (dalam Khadijah, 2019) mengatakan fase remaja akhir berada di rentang usia 18-21 tahun. Selama masa ini, individu mengalami perubahan signifikan dalam berbagai aspek kehidupan, baik fisik, emosional, sosial, maupun kognitif. Remaja akhir juga menghadapi berbagai tantangan besar, seperti tekanan akademik, pembentukan identitas diri, persiapan memasuki dunia kerja, dan dinamika hubungan sosial yang semakin kompleks.

Pada saat yang sama, masa remaja akhir merupakan periode yang penuh perubahan, yang bisa mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Nurulita dan Susilowati (2019) menambahkan bahwa individu pada tahap ini sering kali menghadapi situasi penuh tekanan yang dapat berdampak negatif pada kesehatan mental mereka, salah satunya adalah perceraian orang tua. Perceraian merupakan peristiwa hidup yang signifikan dan dapat menimbulkan dampak psikologis yang mendalam, terutama bagi remaja yang sedang berada pada fase krusial pembentukan identitas diri.

Dalam menghadapi tantangan tersebut, resiliensi menjadi faktor penting yang membantu individu untuk bangkit dan beradaptasi secara positif terhadap tekanan atau trauma (Kusumastiti, 2024). Resiliensi tidak hanya memungkinkan individu untuk pulih dari pengalaman buruk, tetapi juga tumbuh menjadi pribadi yang lebih tangguh. Resiliensi bukan hanya tentang kemampuan untuk bertahan dalam menghadapi kesulitan, tetapi juga tentang bagaimana seseorang dapat belajar dari pengalaman tersebut dan tumbuh lebih kuat (Lete, Kusuma & Rosdiana, 2019). Individu yang resilien cenderung memiliki ketahanan mental yang tinggi serta dapat beradaptasi dengan cepat dalam menghadapi perubahan atau ketidakpastian dalam hidup.

Hunter dan Chandler (1999) mendefinisikan resiliensi sebagai sebuah konsep yang kompleks dan terdiri dari berbagai aspek, yang dapat dilihat sebagai suatu spektrum. Spektrum ini mencakup perilaku yang berfokus pada kelangsungan hidup hingga cara-cara yang lebih adaptif dalam menghadapi masalah. Pendapat lain dari Cousijn, Luijten, dan Ewing (2018) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan individu untuk mengatasi dan beradaptasi dengan tekanan atau kesulitan yang dihadapi dalam hidup. Jadi dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan suatu kemampuan diri ataupun strategi untuk beradaptasi dalam menghadapi masalah, kesulitan, serta tantangan dalam hidup.

Menurut Connor dan Davidson (dalam Utami, 2020), menyatakan bahwa resiliensi adalah proses dinamis yang melibatkan interaksi antara individu dan lingkungan mereka yang mengarah pada hasil yang adaptif dalam menghadapi tekanan. Mereka menyarankan bahwa resiliensi bukanlah sifat statis yang dimiliki oleh seseorang, melainkan kemampuan yang dapat dikembangkan melalui pengalaman dan dukungan eksternal, serta internalisasi kekuatan pribadi. Connor dan Davidson (2003) juga mengidentifikasi bahwa resiliensi dapat dibagi menjadi lima aspek yang berbeda. Aspek-aspek tersebut meliputi percaya diri, yang mencerminkan keyakinan individu terhadap kemampuan diri; kompetensi diri yang menggambarkan kemampuan diri dalam mengatasi tekanan; penerimaan positif, yang menunjukkan sikap menerima diri dan situasi dengan cara yang konstruktif; kontrol diri, yang berkaitan dengan kemampuan untuk mengatur emosi dan

perilaku; serta spiritualitas, yang mencakup dimensi kepercayaan individu dalam memaknai kehidupan.

Meskipun resiliensi pada remaja akhir merupakan hal yang penting, perhatian terhadap aspek ini masih terbatas, padahal fase ini sangat krusial. Remaja yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi cenderung lebih mampu mengelola stres dan beradaptasi dengan perubahan yang terjadi, baik dalam konteks akademik, sosial, maupun emosional (Rahayu, Kusdiyati & Borualogo, 2021). Hal ini tidak hanya berpengaruh pada kesejahteraan mereka saat ini, tetapi juga pada kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan di masa depan, baik dalam pendidikan yang lebih tinggi, kehidupan sosial, maupun dunia kerja.

Menurut penelitian Burt, Whelan, Conrod, Banaschewski, Barker, Bokde, & Imagen (2016), resiliensi pada otak remaja melibatkan interaksi kompleks antara berbagai struktur otak, dengan peran utama korteks prefrontal kanan. Peningkatan volume di area tertentu dikaitkan dengan kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi kesulitan dan menjaga fungsi adaptif otak. Sementara itu, studi oleh Xia, Fascianelli, Vishwakarma, Ghinger, Fusi & Kheirbek (2023) menunjukkan bahwa hippocampus dan amigdala memiliki peran krusial dalam menentukan respons emosional terhadap stres, sehingga individu dapat membedakan individu yang tahan terhadap stres dari mereka yang lebih rentan. Meskipun setiap individu menghadapi tantangan yang berbeda-beda, resiliensi memungkinkan individu untuk bertahan, berkembang dan mencapai potensi terbaiknya di tengah kesulitan yang ada.

Dukungan sosial dan efikasi diri merupakan dua faktor yang berkontribusi signifikan dalam membangun dan memperkuat resiliensi (Olenik-Shemesh & Heiman, 2017). Dukungan sosial tidak hanya berfungsi sebagai pelipur lara, tetapi juga sebagai buffer yang melindungi remaja dari dampak buruk stres. Canty-Mitchell & Zimet (dalam Sulistiani, Fajrianthi & Kristiana, 2022) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah dukungan yang dirasakan seseorang secara sadar dalam beberapa faktor, baik secara pribadi maupun sosial yang dapat diperoleh dari orang tua, teman dan orang-orang yang dianggap penting. Sementara itu, Harefa & Rozali (2020) menyimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan suatu kekuatan atau sumber daya yang diberikan dari orang lain untuk individu yang nantinya akan mempengaruhi kebahagiaan dan kesejahteraan individu tersebut.

Dukungan sosial dapat diteliti dari dua perspektif, yaitu *perceived social support* dan *received social support*. *Perceived social support* mengacu pada ketersediaan dan kecukupan lingkungan sosial yang dirasakan, sedangkan *received social support* berfokus pada kuantitas dan kualitas dukungan yang diberikan (Sari & Zaini, 2024). Menurut Shumaker dan Brownell (dalam Zimet, Dahlem, Zimet & Farley, 1988), dukungan sosial dapat diartikan sebagai suatu proses pertukaran sumber daya yang melibatkan setidaknya dua orang, di mana salah satu pihak memahami bahwa tujuan dari pertukaran tersebut adalah untuk memberikan bantuan. Konsep ini menekankan pada persepsi penerima dukungan bahwa interaksi tersebut dimaksudkan untuk memberi manfaat atau pertolongan kepadanya.

Untuk mengukur *perceived social support*, Zimet (dalam Laksmi, Chung, Liao & Chang, 2020) membagi tiga dimensi yang berkaitan sumber dukungan sosial, yaitu 1) *family support*, berupa bentuk dukungan sosial orang tua ke anaknya baik secara emosional, penghargaan, informasi atau nasehat; 2) *friends support*, membantu individu dalam membentuk hubungan yang suportif dalam pergaulan sehari-hari; 3) *significant other support*, memberikan efek positif dalam pembentukan mental individu karena menjadi tempat bertukar pikiran mengenai hal baru dan mendapatkan penilaian positif yang akan meminimalisir stress yang dialami individu tersebut. Zimet, dkk. (dalam Putri & Widodo, 2024) juga mengidentifikasikan beberapa komponen pembentuk *perceived social support*, yaitu penerimaan bantuan emosional, penerimaan bantuan

informasi, penerimaan bantuan instrumen dan penerimaan bantuan penilaian.

Sun & Stewart (dalam Mulia, 2014) menemukan bahwa salah satu faktor eksternal yang dapat mempengaruhi resiliensi adalah teman sebaya. Penelitian tersebut, mendukung penelitian Mulia (2014) yang menunjukkan hasil yang serupa bahwa terdapat hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat resiliensi remaja. Selain itu, dukungan sosial keluarga juga dapat berhubungan dengan tingkat resiliensi remaja (Iga & Kristinawati, 2021). Penelitian Maharani (2021) juga menunjukkan hasil yang signifikan terhadap hubungan dukungan sosial dengan resiliensi.

Selain dukungan sosial yang menjadi faktor peningkatan resiliensi di masa remaja akhir, efikasi diri juga dibutuhkan untuk menghadapi berbagai perubahan dan tantangan dalam masa kritis fase perkembangan remaja. Efikasi diri mendorong individu untuk lebih aktif mencari solusi daripada menyerah atau menghindari masalah. Ketika individu merasa yakin akan kemampuannya, individu tersebut cenderung menghadapi kesulitan dengan lebih tenang dan percaya diri, yang membuat mereka lebih mampu bertahan dan beradaptasi (Bandura, 1994).

Schwarzer dan Jerusalem (1995) mengemukakan bahwa efikasi diri secara umum merupakan suatu kepercayaan yang konsisten dan menyeluruh terhadap kapasitas seseorang dalam menangani beragam keadaan yang penuh tekanan dengan cara yang efektif. Gagasan ini menitikberatkan pada bagaimana seseorang memandang kemampuan dirinya sendiri dalam menghadapi berbagai tantangan dan tuntutan hidup yang kompleks. Luszczynska, Scholz, dan Schwarzer (2005) menyajikan sebuah konseptualisasi yang mendalam tentang efikasi diri, yang merupakan konstruk psikologis yang sangat penting dalam memahami perilaku manusia. Lebih jelasnya, efikasi diri bukan sekadar konsep sederhana, melainkan suatu keyakinan yang kompleks dan multidimensi yang tertanam dalam diri individu. konsep ini menekankan pada aspek agensi personal, di mana individu memandang dirinya sebagai agen aktif yang mampu mempengaruhi lingkungan dan situasi melalui tindakan-tindakan yang ia pilih dan lakukan (Sulastri & Uriawan, 2020).

Meydiansyah (2021) menguraikan efikasi diri sebagai suatu sistem kepercayaan yang mendalam dan personal yang dimiliki seseorang mengenai kapasitas dan kompetensi dirinya. Keyakinan ini tidak hanya terbatas pada pemahaman abstrak tentang kemampuan, namun mencakup persepsi individu tentang potensinya untuk mengaktualisasikan kemampuan tersebut ke dalam tindakan nyata yang dapat menghasilkan dampak atau perubahan yang diinginkan. Efikasi diri menjadi pondasi penting bagi motivasi, ketekunan, dan resiliensi seseorang dalam menghadapi tantangan dan mencapai tujuan (Wahyuni, 2018).

Bandura (dalam Novrianto, Maretih & Wahyudi, 2019) mengidentifikasikan tiga dimensi dari efikasi diri, yaitu 1) Magnitude / Level, berkaitan dengan tingkat kesulitan dalam menyelesaikan tugas; 2) Strength, berkaitan dengan tingkat kekuatan / keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas; 3) Generality, berkaitan dengan besarnya keyakinan individu dalam melakukan tugas tertentu. Berdasarkan tiga dimensi efikasi diri dari Bandura, Schwarzer dan beberapa tokoh ahli lainnya (dalam Novrianto, Maretih & Wahyudi, 2019) mengembangkan konsep efikasi diri seseorang secara lebih luas dan konsisten dalam menghadapi berbagai situasi dan tantangan menekan secara efektif yang disebut General Self-Efficacy.

Temuan penelitian Jaeh dan Madihie (2019) menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki korelasi positif yang kuat dengan resiliensi pada remaja akhir dalam bentuk kebermaknaan, ketekunan, kepercayaan diri, ketenangan dan kesendirian eksistensial. Sehingga hal tersebut dapat disimpulkan efikasi diri dapat mempengaruhi resiliensi terhadap kesulitan. Penelitian lain yang dilakukan oleh Anggraini, Wahyuni & Soejanto (2017) mengungkapkan bahwa efikasi diri yang tinggi pada siswa kelas XII berkorelasi positif dengan resiliensi diri dalam menghadapi ujian atau

tekanan akademik.

Dukungan sosial dan efikasi diri menjadi dua faktor krusial yang memainkan peran vital dalam membentuk resiliensi remaja dan berkontribusi signifikan terhadap pengembangan karakter mereka (Narayanan & Onn, 2016). Dukungan sosial yang mencakup interaksi positif dengan keluarga, teman sebaya dan lingkungan sekitar memberikan fondasi emosional yang kokoh bagi remaja untuk menghadapi berbagai tantangan hidup. Sementara itu, efikasi diri yang merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya sendiri, memperkuat ketahanan mental remaja dalam menghadapi kesulitan dan tekanan (Cassidy, 2015).

Penelitian Sari (2017) membuktikan bahwa terdapat korelasi antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan resiliensi. Semakin kuat keyakinan seseorang dalam menyelesaikan masalah dan semakin besar dukungan sosial yang diterimanya, maka semakin besar pula kemampuannya untuk bangkit dari kesulitan. Sejalan dengan penelitian sebelumnya, penelitian Aziz & Noviekayati (2016) juga menunjukkan hasil bahwa ada hubungan positif antara dukungan sosial dan efikasi diri terhadap resiliensi.

Berdasarkan penjabaran sebelumnya, faktor-faktor yang dapat meningkatkan resiliensi pada remaja akhir korban perceraian di kota Semarang perlu dikaji secara lebih mendalam. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial dan efikasi diri dengan resiliensi pada remaja akhir *broken home* di Kota Semarang. Diharapkan, hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan yang bermanfaat bagi praktisi pendidikan, psikolog maupun pihak-pihak terkait dalam mendukung remaja untuk mencapai resiliensi.

Hipotesis yang akan diuji dalam penelitian ini adalah:

H1: Terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan resiliensi pada remaja akhir *broken home* di Kota Semarang.

H2: Terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan resiliensi pada remaja akhir *broken home* di Kota Semarang.

H3: Terdapat hubungan positif secara simultan antara dukungan sosial dan efikasi diri dengan resiliensi pada remaja akhir *broken home* di Kota Semarang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini akan menerapkan pendekatan kuantitatif sebagai metodologi utama untuk menyelidiki dan menganalisis hubungan antara beberapa variabel kunci. Dalam penelitian ini, tiga variabel utama akan menjadi fokus pembahasan adalah dukungan sosial, efikasi diri dan resiliensi. Untuk memperoleh data yang representatif, penelitian ini akan mengadopsi teknik *accidental sampling* dalam proses pengambilan sampel. *Accidental sampling* memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data dari responden yang mudah diakses dan bersedia berpartisipasi, sehingga meningkatkan efisiensi penelitian. Kriteria partisipan yang ditetapkan dalam penelitian yaitu: 1) berlatarbelakang *broken home*; 2) remaja akhir berumur 18 - 21 tahun (Steinberg dalam Ragita & Fardana, 2021); 3) berdomisili di Kota Semarang.

Penelitian ini akan menggunakan 3 skala yang berbeda dengan skala likert 1 - 5, mulai dari “sangat tidak setuju” hingga “sangat setuju” dalam mengukur variabel penelitian. Pengukuran variabel dukungan sosial untuk mengukur persepsi dukungan sosial dari tiga sumber, yaitu keluarga, teman, serta significant other akan menggunakan adaptasi skala The Multidimensional Scale of Perceived Social Support / MSPSS yang terdiri dari 12 aitem (Zimet, Dahlem, Zimet & Farley, 1988). Selanjutnya, variabel efikasi diri akan menggunakan adaptasi skala General Self-Efficacy Scale yang terdiri dari 10 aitem dengan konstruk efikasi diri yang dirasakan mencerminkan keyakinan diri yang optimis dalam mengatasi berbagai kesulitan (Schwarzer &

Jerusalem, 1995). Skala yang akan digunakan dalam mengukur variabel resiliensi akan mengadaptasi skala CD RISC-25 (Connor & Davidson, 2003) yang terdiri atas 25 aitem pernyataan untuk mengukur ketahanan individu dalam menghadapi tekanan yang datang.

Setelah proses pengumpulan data selesai dan seluruh informasi yang diperlukan telah terhimpun secara lengkap, tahap selanjutnya adalah melakukan uji validitas item. Berdasarkan pengambilan keputusan dari Azwar (dalam dalam Nopirda, Oktivianto & Dhevi, 2020) dengan batas minimal uji validitas sebesar 0.3. Reliabilitas diukur menggunakan koefisien *Alpha Cronbach* dengan standar minimal 0.70 (Tavakol & Dennick, 2011). Data dianalisis menggunakan korelasi *product moment* untuk menguji hipotesis minor dan analisis regresi linier berganda untuk menguji hipotesis mayor. Analisis regresi linier berganda diaplikasikan untuk menguji hubungan kausal antara variabel-variabel independen (dukungan sosial dan efikasi diri) terhadap variabel dependen (resiliensi). Teknik ini memungkinkan peneliti untuk mengevaluasi sejauh mana perubahan dalam variabel-variabel independen dapat memprediksi atau menjelaskan variasi dalam variabel dependen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Data Demografi Responden

Demografi	Jumlah	Presentase
Usia		
18 tahun	10	8.3%
19 tahun	33	27.3%
20 tahun	40	33.1%
21 tahun	38	31.4%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	45	37.2%
Perempuan	76	62.8%
Status perkawinan		
Belum menikah	104	86.0%
Menikah	12	9.9%
Berceraai	5	4.1%
Status Pekerjaan		
Mahasiswa	72	59.5%
Bekerja	48	39.7%
Usaha	1	0.8%

Analisis data demografi penelitian ini mengungkapkan karakteristik komprehensif dari 121 responden remaja yang berasal dari keluarga broken home, memberikan gambaran detail tentang komposisi sampel yang menjadi subjek penelitian tentang hubungan dukungan sosial, efikasi diri, dan resiliensi. Kemudian sebelum proses analisis data, peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas.

Validitas mengacu pada kemampuan instrumen mengukur konstruk yang dimaksud secara akurat. Dalam konteks item penelitian, validitas item mengacu pada kemampuan setiap pertanyaan atau pernyataan dalam kuesioner untuk secara spesifik merepresentasikan dimensi dari variabel yang diteliti (Heale & Twycross, 2015). Menurut Azwar (dalam Nopirda, Oktivianto & Dhevi, 2020) validitas item memiliki kriteria baik jika hasil nilai *Corrected Item-Total Correlation* lebih dari 0.30.

Berdasarkan hasil uji validitas menunjukkan hasil koefisien validitas variabel dukungan

sosial *Corrected Item-Total Correlation* berada dalam rentang 0,479–0,654 (>0.30) dan dapat diambil kesimpulan bahwa semua item alat ukur dukungan sosial valid. Selanjutnya dilakukan uji validitas terhadap alat ukur variabel efikasi diri dan hasil menunjukkan *Corrected Item-Total Correlation* berada dalam rentang 0,374–0,687 (>0.30) dan dapat diambil kesimpulan bahwa semua item alat ukur efikasi diri valid. Dilakukan uji terhadap alat ukur variabel resiliensi dan didapatkan hasil 1 item gugur yaitu item nomor 25. Setelah dilakukan pengujian satu putaran lagi didapati bahwa semua item valid dengan rentang validitas bergerak diantara 0.335-0.688 (>0.30) dan dilanjutkan analisis lainnya.

Reliabilitas mengacu pada tingkat konsistensi dan stabilitas instrumen dalam menghasilkan hasil yang sama ketika digunakan berulang kali pada kondisi yang identik. Dalam konteks item, reliabilitas item menunjukkan seberapa baik item tersebut berkontribusi terhadap konsistensi internal seluruh instrumen. Penggunaan Cornbach's Alpha (α) dengan kriteria ≥ 0.70 menunjukkan konsistensi internal yang baik (Tavakol & Dennick, 2011).

Tabel 2. Tabel Hasil Uji Reliabilitas

No	Skala	Nilai Alpha Hitung	Nilai Alpha Tabel	Keterangan
1	Skala Dukungan Sosial	0,887	0,70	Reliabel
2	Skala Efikasi Diri	0,809	0,70	Reliabel
3	Skala Resiliensi	0,903	0,70	Reliabel

Uji Asumsi Klasik

Uji Normalitas

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*, diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,200. Nilai ini lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data residual terdistribusi secara normal. Dengan demikian, data memenuhi asumsi normalitas dan proses analisis lanjutan akan menggunakan metode *parametric* atau korelasi *pearson*.

Multikolinieritas

Berdasarkan tabel uji multikolinieritas pada gambar, nilai Tolerance untuk kedua variabel adalah 0,533 dan nilai VIF sebesar 1,878. Keputusan uji multikolinieritas dapat diambil dengan kriteria tidak terjadi multikolinieritas jika nilai Tolerance $> 0,10$ dan nilai VIF < 10 . Dikarenakan seluruh nilai Tolerance lebih besar dari 0,10 dan nilai VIF jauh di bawah 10, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat gejala multikolinieritas pada model regresi tersebut.

Heterokedastisitas

Berdasarkan hasil uji heteroskedastisitas menggunakan metode *Glejser* menunjukkan bahwa model regresi tidak mengalami masalah heteroskedastisitas. Hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi untuk kedua variabel independen yang berada di atas ambang batas 0,05. Variabel dukungan sosial memiliki nilai signifikansi sebesar 0,998 yang jauh melebihi batas 0,05, sementara variabel efikasi diri menunjukkan nilai signifikansi 0,068 yang juga masih di atas batas kritis.

Uji Hipotesis

Hipotesis Minor

Berdasarkan hasil analisis korelasi product moment, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan positif yang sangat signifikan terhadap resiliensi. Hal ini ditunjukkan dengan nilai $p = 0.000$ (<0.01) dan nilai koefisien korelasi $r = 0.715$. Dengan demikian, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima remaja berlatar belakang broken home, maka tingkat

resiliensi juga semakin tinggi. Selanjutnya dilakukan analisis pada variabel efikasi diri memiliki hubungan positif yang signifikan terhadap resiliensi. Hal ini ditunjukkan dengan nilai $p = 0.000$ (<0.01) dan nilai koefisien korelasi $r = 0.872$. Dapat disimpulkan, semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki remaja berlatar belakang broken home, maka tingkat resiliensi juga semakin tinggi.

Hipotesis Mayor

Berdasarkan hasil analisis regresi linier berganda, diketahui bahwa baik dukungan sosial maupun efikasi diri berpengaruh signifikan terhadap resiliensi. Hal ini ditunjukkan oleh nilai signifikansi (Sig.) untuk kedua variabel independen yang sama-sama sebesar 0,000, jauh di bawah batas signifikansi 0,05, sehingga keduanya secara statistik berpengaruh nyata. Nilai koefisien regresi (β) untuk dukungan sosial adalah 0,338 dengan nilai t-hitung 3,833, sedangkan efikasi diri memiliki koefisien sebesar 1,603 t-hitung 12,349. Ini menunjukkan bahwa efikasi diri memberikan pengaruh yang lebih besar terhadap resiliensi dibandingkan dukungan sosial.

Nilai F hitung sebesar 217,749 dengan signifikansi 0,000 menandakan bahwa model regresi secara keseluruhan atau simultan signifikan dalam memprediksi resiliensi. Selain itu, nilai R Square sebesar 0,787 mengindikasikan bahwa dukungan sosial dan efikasi diri dapat memprediksi resiliensi sebesar 78,7% dan sisanya diprediksi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Hasil analisis statistik menunjukkan kontribusi efektif masing-masing variabel terhadap resiliensi. Variabel dukungan sosial memberikan pengaruh sebesar 15,94%, sementara efikasi diri berkontribusi lebih dominan dengan persentase mencapai 62,69%. Secara kumulatif, kedua variabel tersebut menjelaskan 78,64% variasi tingkat resiliensi, yang mengindikasikan bahwa efikasi diri memainkan peran kunci dalam membentuk ketahanan individu. Sisa persentase (21,36%) dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam model penelitian ini.

Pembahasan

Dukungan sosial tidak hanya mencakup bentuk perhatian, empati serta bantuan emosional dan instrumental, tetapi juga dimaknai sebagai kehadiran fisik orang lain dari lingkungan sosial terdekat seperti keluarga, teman sebaya atau tokoh penting lainnya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan positif yang sangat signifikan terhadap resiliensi pada remaja broken home. Temuan ini sejalan dengan penelitian lain dengan subyek yang sama dari Azmy & Hartini (2021) menjelaskan bahwa dukungan sosial berperan untuk meningkatkan tingkat resiliensi pada remaja broken home atau yang orang tuanya sudah bercerai. Penelitian dari Ibda (2023) juga menyatakan bahwa keberadaan dukungan sosial yang kuat dapat menciptakan rasa aman dalam diri individu, memperkuat harga diri mereka serta membangun keyakinan bahwa mereka tidak sendiri dalam menghadapi berbagai tekanan hidup.

Selain itu penelitian Irdianti, Fakhri, Firdaus & Nurdin (2022), menjelaskan dukungan sosial sebagai salah satu faktor eksternal yang sangat berperan dalam membentuk daya tahan psikologis pada remaja, terutama bagi mereka yang mengalami krisis peran dalam keluarga atau kehilangan dukungan dari figur penting di rumah. Penelitian tersebut menemukan bahwa lingkungan sosial yang suportif dapat menjadi penyangga emosional (emotional buffer) yang dapat mengurangi dampak traumatis dari ketidakhadiran figur keluarga yang utuh. Penelitian dari Cruz (2023) juga menekankan bahwa individu yang secara konsisten menerima dukungan sosial memiliki kapasitas adaptif yang lebih tinggi dan lebih tahan terhadap stres serta memiliki tingkat keberfungsian sosial dan emosional yang lebih baik. Hal tersebut menunjukkan bahwa keberadaan jaringan sosial yang positif mampu menumbuhkan rasa optimisme, harapan dan keteguhan mental pada remaja dalam

menghadapi krisis.

Sementara itu, efikasi diri yang merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuan dalam menyelesaikan masalah hidup yang menjadi landasan psikologis penting dalam menghadapi tekanan. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa efikasi memiliki hubungan positif yang sangat signifikan terhadap resiliensi pada remaja broken home. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Indiana & Sagone (2025), remaja dengan efikasi diri tinggi cenderung memiliki harapan positif terhadap masa depan serta memiliki daya tahan yang lebih kuat dalam menghadapi tekanan baik dari lingkungan sosial, akademik, maupun internal. Mereka lebih tangguh dalam mengatur emosi, lebih strategis dalam mengambil keputusan dan memiliki kecenderungan untuk mencari solusi daripada menyerah pada keadaan. Hal ini juga dijelaskan dalam hasil penelitian dari Desyana, Handayani & Lestari (2023); Angreini, Tadjuddin & Herman (2024), bahwa efikasi diri berpengaruh terhadap tingkat resiliensi remaja khususnya pada remaja yang mengalami masalah broken home yang sama dengan penelitian ini.

Terakhir, hasil penelitian dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa dukungan sosial dan efikasi diri secara simultan berpengaruh signifikan terhadap resiliensi remaja broken home. Sejalan dengan penelitian dari Savitri (2025) yang menunjukkan bahwa efikasi diri merupakan salah satu fondasi penting dalam pengembangan resiliensi, karena membantu individu mempertahankan motivasi, menetapkan tujuan yang realistis dan menjalankan fungsi psikologis secara sehat meskipun berada dalam situasi penuh tekanan. Selain itu, temuan lain dari penelitian Sukatin, Kharisma & Safitri (2023) menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki kaitan erat dengan kestabilan emosi dan keberhasilan akademik yang dapat berkontribusi terhadap kemampuan individu dalam beradaptasi dan berkembang di tengah keterbatasan. Penelitian lain dari Murniasih & Irvan (2023) juga menyoroti pentingnya dukungan sosial untuk meningkatkan ketahanan atau tingkat resiliensi pada remaja yang latar belakang keluarganya (orang tua) sudah bercerai.

KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa resiliensi pada remaja dengan latar belakang keluarga broken home sangat dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu dukungan sosial dan efikasi diri. Dukungan sosial yang berasal dari lingkungan terdekat seperti teman, guru, keluarga besar, dan tokoh penting lainnya mampu memberikan rasa aman, penerimaan, dan semangat kepada remaja untuk tetap bertahan dalam menghadapi tekanan hidup. Ketika remaja merasa dimengerti dan diterima oleh orang-orang di sekitarnya, mereka memiliki kekuatan lebih untuk melawan perasaan terisolasi dan mampu membangun ketahanan mental yang lebih baik.

Selain itu, efikasi diri memainkan peran penting sebagai kekuatan dari dalam yang mendorong remaja untuk percaya pada kemampuan mereka sendiri. Remaja yang memiliki keyakinan terhadap potensi dan kemampuannya cenderung tidak mudah menyerah, lebih mampu mengelola emosi, serta mampu merumuskan langkah-langkah positif untuk menghadapi tantangan. Efikasi diri membantu remaja melihat masa depan dengan lebih optimis dan membangun strategi hidup yang adaptif, meskipun dalam kondisi keluarga yang tidak ideal. Dengan demikian, penguatan resiliensi pada remaja broken home sebaiknya dilakukan melalui pendekatan yang menyentuh aspek sosial dan psikologis secara bersamaan.

DAFTAR REFERENSI

- Administrator. (2025). Faktor perceraian tahun.
- Angreini, D., Tadjuddin, A., & Herman. (2024). Resilience of adolescents experienced with broken home. *IJESS International Journal of Education and Social Science*, 5(1), 166–174. <https://doi.org/10.56371/ijess.v5i1.296>
- Aziz, M. R., & Noviekayati, I. G. A. A. (2016). Dukungan sosial, efikasi diri dan resiliensi pada karyawan yang terkena pemutusan hubungan kerja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(1).
- Batubara, J. R. (2016). Adolescent development (perkembangan remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21–29.
- Burt, K. B., Whelan, R., Conrod, P. J., Banaschewski, T., Barker, G. J., Bokde, A. L., & IMAGEN Consortium. (2016). Structural brain correlates of adolescent resilience. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 57(11), 1287–1296. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12552>
- Cassidy, S. (2015). Resilience building in students: The role of academic self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, 6, 1781. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01781>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor–Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Cousijn, J., Luijten, M., & Ewing, S. W. F. (2018). Adolescent resilience to addiction: A social plasticity hypothesis. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 2(1), 69–78. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(17\)30148-7](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(17)30148-7)
- Cruz, C. J. B. C. D. (2023). The role of social support in promoting adolescents' resilience during a pandemic: Insights from Region XII, Philippines. *East Asian Journal of Multidisciplinary Research*, 2(7), 2793–2804. <https://doi.org/10.55927/eajmr.v2i7.4449>
- Desyana, C. E., Handayani, A., & Lestari, F. W. (2023). Resilience of broken home children in building self-efficacy among middle school students. *KONSELING EDUKASI: Journal of Guidance and Counseling*, 7(2), 140–150. <https://doi.org/10.21043/konseling.v7i2.23080>
- Digon, K. C. O. (2023). Behind the eyes of adolescents from broken families. *Journal of Humanities and Education Development*, 5(2), 43–48. <https://doi.org/10.22161/jhed.5.2.5>
- Harefa, P. P. P., & Rozali, Y. A. (2020). Pengaruh dukungan sosial terhadap konsep diri pada remaja korban bullying. *JCA of Psychology*, 1(1).
- Heale, R., & Twycross, A. (2015). Validity and reliability in quantitative studies. *Evidence-Based Nursing*, 18(3), 66–67. <https://doi.org/10.1136/eb-2015-102129>
- Hunter, A. J., & Chandler, G. E. (1999). Adolescent resilience. *Image: The Journal of Nursing Scholarship*, 31(3), 243–247. <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.1999.tb00488.x>
- Iga, M., & Kristinawati, W. (2021). Hubungan dukungan sosial dengan resiliensi pada remaja penyandang tunadaksa bawaan. *INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(2), 1–13.
- Indiana, M. L., & Sagone, E. (2025). Self-efficacy in life skills and psychological correlates in Sicilian adolescents: A brief report. *Adolescents*, 5(1), 2. <https://doi.org/10.3390/adolescents5010002>
- Irdianti, I., Fakhri, N. F., Firdaus, F., & Nurdin, M. N. H. (2022). Penguatan resiliensi pada remaja binaan Lembaga Rumah Zakat di Makassar. *Jurnal Abdimas Ilmiah Citra Bakti*, 3(2), 185–195. <https://doi.org/10.38048/jailcb.v3i2.976>
- Jaeh, N. S., & Madihie, A. (2019). Self-efficacy and resilience among late adolescents. *Journal of Counseling and Educational Technology*, 2(1), 27–32.

-
- Kusumastiti, F. (2024). Resilience in home broken adolescents. *Open Access Library Journal*, 11(7), 1–6. <https://doi.org/10.4236/oalib.1111728>
- Laksmi, O. D., Chung, M. H., Liao, Y. M., & Chang, P. C. (2020). Multidimensional scale of perceived social support in Indonesian adolescent disaster survivors: A psychometric evaluation. *PLoS ONE*, 15(3), e0229958.
- Lete, G. R., Kusuma, F. H. D., & Rosdiana, Y. (2019). Hubungan antara harga diri dengan resiliensi remaja di panti asuhan Bakti Luhur Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 4(1). <https://doi.org/10.33366/nn.v4i1.1436>
- Luszczynska, A., Scholz, U., & Schwarzer, R. (2005). The general self-efficacy scale: Multicultural validation studies. *The Journal of Psychology*, 139(5), 439–457.
- Maharani, P. C. D. (2021). Hubungan antara self-efficacy dan dukungan sosial dengan resiliensi siswa SMK Negeri 1 Wonosegoro Kabupaten Boyolali tahun pelajaran 2020/2021. *Empati: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 85–95.
- Meydiansyah, D. Y. (2021). Fenomena perilaku menyontek pada pelajar masa kini ditinjau dari kepercayaan diri, efikasi diri, dan prokrastinasi: Sebuah studi literatur. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 4(3), 245–253. <https://doi.org/10.33369/consilia.4.3.245-253>
- Mulia, L. O. (2014). Hubungan dukungan sosial teman sebaya terhadap tingkat resiliensi remaja di panti asuhan [Disertasi doktoral, Universitas Riau].
- Murniasih, F., & Irvan, M. (2023). Promoting resilience in adolescent from divorced family: The role of social support and self-efficacy. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 8(2), 278–293. <https://doi.org/10.33367/psi.v8i2.4346>
- Nasution, E. S. (2023). Dynamics of self-injury behavior in adolescents from a broken home family. *Nusantara Science and Technology Proceedings*, 1–7. <https://doi.org/10.11594/nstp.2023.3501>
- Nopirda, Y., Oktivianto, O., & Dhevi, N. R. (2020). Hubungan self-esteem dan orientasi masa depan bidang pendidikan pada siswa kelas XI di Palembang. *Jurnal Pendidikan Glasser*, 4(2), 107–116.
- Novrianto, R., Maretih, A. K. E., & Wahyudi, H. (2019). Validitas konstruk instrumen general self-efficacy scale versi Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 1–9.
- Nurulita, N., & Susilowati, R. K. (2019). Studi kasus tentang dinamika resiliensi remaja dengan keluarga broken home. *Academica: Journal of Multidisciplinary Studies*, 3(1), 93–108. <https://doi.org/10.22515/academica.v3i1.1998>
- Olenik-Shemesh, D., & Heiman, T. (2017). Cyberbullying victimization in adolescents as related to body esteem, social support, and social self-efficacy. *The Journal of Genetic Psychology*, 178(1), 28–43. <https://doi.org/10.1080/00221325.2016.1195331>
- Rahayu, R. A., Kusdiyati, S., & Borualogo, I. S. (2021). Pengaruh stres akademik terhadap resiliensi pada remaja di masa pandemi COVID-19. *Prosiding Psikologi*, 7(2), 398–403.
- Ramadhani, P. E., & Krisnani, H. (2019). Analisis dampak perceraian orang tua terhadap anak remaja. *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial*, 2(1), 109–119. <https://doi.org/10.24198/focus.v2i1.23126>
- Sari, C. A. K., & Zaini, A. H. (2024). Peran dukungan sosial pada penyesuaian akademik mahasiswa baru dengan resiliensi akademik sebagai mediator. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 15(1), 64–78.
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized self-efficacy scale. <http://userpage.fu-berlin.de/~health/engscal.htm>
-

- Sukatin, S., Kharisma, I. P., & Safitri, G. (2023). Efikasi diri dan kestabilan emosi pada prestasi belajar. *Educational Leadership*, 3(1), 28. <https://doi.org/10.24252/edu.v3i1.39695>
- Sulastri, L., & Uriawan, W. (2020). Pengaruh lingkungan kerja, motivasi dan efikasi diri terhadap kinerja pegawai di era industri 4.0. *Komitmen: Jurnal Ilmiah Manajemen*, 1(1), 43–49. <https://doi.org/10.15575/jim.v1i1.8288>
- Suryana, E., Wulandari, S., Sagita, E., & Harto, K. (2022). Perkembangan masa remaja akhir (tugas, fisik, intelektual, emosi, sosial dan agama) dan implikasinya pada pendidikan. *JlIP: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(6), 1956–1963.
- Tavakol, M., & Dennick, R. (2011). Making sense of Cronbach's alpha. *International Journal of Medical Education*, 2, 53–55. <https://doi.org/10.5116/ijme.4dfb.8dfd>
- Utami, L. H. (2020). Bersyukur dan resiliensi akademik mahasiswa. *Nathiqiyah*, 3(1), 1–21.
- Wahyuni, I. (2018). Pengaruh efikasi diri terhadap resiliensi diri pada guru sekolah dasar swasta di Jakarta Timur [Tesis, Universitas Negeri Jakarta].
- Wilberg, M., Culpepper, S., Janssen, R., Gonzalez, J., & Molenaar, D. (2017). *Quantitative psychology*. Springer Proceedings in Mathematics & Statistics. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-77249-3>
- Xia, F., Fascianelli, V., Vishwakarma, N., Ghinger, F. G., Fusi, S., & Kheirbek, M. A. (2023). Neural signatures of stress susceptibility and resilience in the amygdala-hippocampal network. *bioRxiv*. <https://doi.org/10.1101/2023.10.23.563652>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2