

Hubungan Dukungan Sosial dengan Resiliensi pada Dewasa Awal Pasca Kematian Orang Tua

Maysah Angelina Hutabarat¹, Winanti Siwi Respati²¹²Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Esa Unggulmasyahangelina@student.esaunggul.ac.id**Abstract**

The death of a parent is a life event that can have a significant psychological impact on emerging adults, including affecting their resilience in coping with the grieving process and adjustment. This study aimed to determine the relationship between social support and resilience among emerging adults aged 18-25 years who experienced the death of one or both parents in Indonesia. A quantitative correlational design was used, involving 100 emerging adults selected through purposive sampling. Data were collected using two standardized instruments, the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) to measure social support and the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) to measure resilience, with Cronbach's Alpha reliability of 0.929 and 0.934, respectively. Because the data were not normally distributed, hypothesis testing was conducted using Spearman's Rho correlation. Results showed a significance value of 0.000 ($p < 0.05$) with a correlation coefficient of 0.521, so H1 was accepted and H0 was rejected. This finding indicates a positive and significant relationship between social support and resilience, with the strength of the relationship falling into the moderate to fairly strong category: the higher the social support received, the higher the resilience of emerging adults following the death of a parent. These results affirm the importance of social support as a factor associated with resilience in this group, while also opening avenues for further research into other contributing factors.

Keyword: Social Support; Resilience; Emerging Adulthood; Parental Death; Grief

Abstrak

Kematian orang tua merupakan peristiwa kehidupan yang dapat menimbulkan dampak psikologis signifikan bagi dewasa awal, termasuk memengaruhi kemampuan resiliensi dalam menghadapi proses berduka dan penyesuaian diri. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada dewasa awal berusia 18-25 tahun yang mengalami kematian salah satu atau kedua orang tua di Indonesia. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional, melibatkan 100 dewasa awal yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan dua instrumen baku, yaitu *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) untuk mengukur dukungan sosial dan *Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) untuk mengukur resiliensi, dengan reliabilitas *Cronbach's Alpha* masing-masing sebesar 0,929 dan 0,934. Karena data tidak berdistribusi normal, pengujian hipotesis dilakukan

Article History

Received: Agustus 2026

Reviewed: Agustus 2026

Published: Agustus 2026

Plagiarism Checker No 77

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

menggunakan uji korelasi *Spearman's Rho*. Hasil penelitian menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi sebesar 0,521, sehingga H_1 diterima dan H_0 ditolak. Temuan ini menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi, dengan keeratan hubungan berada pada kategori sedang hingga cukup kuat: semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, semakin tinggi pula resiliensi yang dimiliki dewasa awal pasca kematian orang tua. Hasil ini menegaskan pentingnya dukungan sosial sebagai salah satu faktor yang berkaitan dengan resiliensi pada kelompok ini, sekaligus membuka ruang bagi kajian lebih lanjut mengenai faktor-faktor lain yang turut berperan.

Kata kunci: *Dukungan Sosial; Resiliensi; Dewasa Awal; Kematian Orang Tua; Keduakaan*

1. Pendahuluan

Masa dewasa awal, yang secara umum mencakup rentang usia 18 hingga 25 tahun, merupakan periode transisi penting menuju kemandirian penuh, baik secara emosional, sosial, maupun finansial (Arnett, 2015). Meskipun individu pada fase ini semakin dituntut untuk mandiri, kehadiran orang tua tetap menjadi hal yang krusial; orang tua menjadi tempat berbagi cerita, pemberi nasihat, dan sumber rasa aman ketika individu menghadapi berbagai tekanan hidup, sekaligus turut membantu dalam pengambilan keputusan penting terkait pendidikan, pekerjaan, maupun arah hidup ke depan (Santrock, 2019). Oleh karena itu, kehilangan figur tersebut akibat kematian berpotensi menimbulkan tekanan psikologis yang besar bagi individu yang berada dalam fase transisi ini.

Fenomena kematian orang tua pada masa dewasa awal bukan merupakan peristiwa yang jarang terjadi. Data dari *Childhood Bereavement Estimation Model* menunjukkan bahwa jumlah individu yang mengalami kematian orang tua meningkat hampir dua kali lipat ketika memasuki usia 25 tahun dibandingkan sebelum usia 18 tahun (Burns dkk., 2020), yang berarti kematian orang tua tidak hanya dialami pada masa kanak-kanak dan remaja, tetapi juga banyak terjadi pada masa dewasa awal. Meski demikian, perhatian terhadap pengalaman kematian orang tua pada kelompok usia ini masih relatif terbatas karena peristiwa tersebut lebih sering dikaitkan dengan pengalaman anak-anak dan remaja (Calsum & Purwandari, 2024), padahal dewasa awal sedang berada pada fase perkembangan yang penuh tuntutan dan perubahan sehingga kematian orang tua berpotensi menimbulkan beban emosional yang cukup besar. Dalam konteks Indonesia, Badan Pusat Statistik (2023) mencatat 935.842 kematian yang teregistrasi sepanjang tahun 2023; meskipun data ini tidak secara spesifik menggambarkan jumlah dewasa awal yang mengalami kematian orang tua, angka tersebut menegaskan bahwa peristiwa kematian anggota keluarga masih sering dialami dalam kehidupan masyarakat dan dapat terjadi pada berbagai kelompok usia, termasuk dewasa awal.

Secara lebih spesifik, kematian orang tua pada dewasa awal tidak hanya menimbulkan kesedihan dan duka, tetapi juga dapat memengaruhi kemampuan seseorang menjalani kehidupan sehari-hari, menjalankan tanggung jawab, serta menghadapi perubahan peran dalam keluarga, berkurangnya dukungan emosional, meningkatnya tanggung jawab pribadi, hingga tekanan dalam aktivitas akademik maupun pekerjaan. Dalam menghadapi kematian orang tua, individu umumnya melalui proses keduakaan (*grief*) yang bersifat bertahap dan

membutuhkan waktu; Stroebe dan Schut (2010) menjelaskan bahwa proses kedukaan yang sehat umumnya berlangsung selama enam hingga dua belas bulan pertama setelah kematian, ketika individu mengalami fluktuasi antara menghadapi rasa duka secara langsung dan beradaptasi dengan perubahan hidup. Worden (2018) melalui teori *tasks of mourning* menyatakan bahwa individu perlu menyelesaikan empat tugas psikologis secara bertahap, yaitu menerima kenyataan kematian, memproses rasa sakit akibat duka, menyesuaikan diri dengan kehidupan tanpa kehadiran orang tua, dan menemukan cara untuk tetap melanjutkan kehidupan sambil menyimpan kenangan orang tua; proses ini secara umum membutuhkan waktu satu hingga dua tahun untuk mencapai penyesuaian yang relatif stabil, tergantung pada faktor pendukung yang tersedia bagi individu.

Rentang waktu pascakematian turut menjadi pertimbangan penting dalam menentukan kriteria subjek penelitian ini. Menurut Stroebe dan Schut (2010), enam hingga dua belas bulan pertama setelah kematian umumnya masih diwarnai fase kedukaan yang intens, sehingga respons yang diberikan pada periode ini berisiko lebih mencerminkan gejala duka sesaat ketimbang gambaran resiliensi yang sesungguhnya telah terbentuk. Atas pertimbangan tersebut, penelitian ini menetapkan syarat minimal enam bulan sejak kematian orang tua bagi setiap calon responden. Namun demikian, tidak semua individu mampu melalui proses kedukaan dalam rentang waktu tersebut; Lundorff dkk. (2017) menjelaskan bahwa apabila intensitas duka yang melumpuhkan masih sangat dominan setelah dua belas bulan pasca kematian, kondisi tersebut dapat diklasifikasikan sebagai *prolonged grief disorder* (PGD). Bonanno (2021) menambahkan bahwa sekitar 10 hingga 20 persen individu yang kehilangan orang yang dicintai berisiko mengalami *prolonged grief*, sementara mayoritas individu, sekitar 65 persen, menunjukkan lintasan resiliensi dalam dua belas bulan pertama pasca kematian. Perbedaan lintasan adaptasi ini menunjukkan bahwa terdapat faktor-faktor tertentu yang memengaruhi kemampuan individu untuk pulih setelah kematian orang tua.

Kemampuan seseorang untuk tetap bertahan dan menyesuaikan diri setelah menghadapi kematian orang tua mencerminkan kapasitas adaptasi psikologis yang dikenal sebagai resiliensi, yaitu kemampuan untuk bangkit dan menyesuaikan diri secara adaptif ketika menghadapi situasi sulit atau menekan (Masten, 2021). Connor dan Davidson (2003) secara lebih spesifik mendefinisikan resiliensi sebagai kualitas personal yang memungkinkan individu berkembang, beradaptasi, dan bangkit kembali ketika menghadapi tekanan, perubahan, maupun pengalaman hidup yang sulit, mencakup lima dimensi utama: *personal competence, high standards, and tenacity; trust in one's instincts, tolerance of negative affect, and strengthening effects of stress; positive acceptance of change and secure relationships; control; dan spiritual influences*. Definisi dan kelima dimensi ini digunakan sebagai acuan utama dalam penelitian ini karena mencakup kemampuan individu tidak hanya untuk bertahan, tetapi juga untuk mempertahankan fungsi psikologis yang positif dan memanfaatkan pengalaman sulit sebagai bagian dari proses pembelajaran dan pengembangan diri. Dewasa awal dengan tingkat resiliensi yang baik cenderung lebih mampu mengelola emosi negatif, mempertahankan harapan terhadap masa depan, serta menyesuaikan diri terhadap perubahan kehidupan pasca kematian (Bonanno & Burton, 2013).

Resiliensi ini dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal; Grotberg (1995) mengidentifikasi tiga sumber utama resiliensi yang dikenal dengan formula *I Have, I Am, I Can*, di mana dukungan dari lingkungan (*I Have*) dapat memperkuat kekuatan diri individu (*I Am*),

yang pada akhirnya meningkatkan kemampuan individu untuk bertindak secara adaptif (*I Can*) (Hertinjung dkk., 2022).

Salah satu faktor eksternal yang paling berperan dalam membentuk resiliensi adalah dukungan sosial, yaitu perhatian, bantuan, penerimaan, dan kepedulian yang diberikan oleh keluarga, teman, maupun orang terdekat (Zimet dkk., 1988). Zimet dkk. mengonsepsi dukungan sosial melalui tiga dimensi sumber dukungan, yaitu keluarga (*family*), teman (*friends*), dan orang yang dianggap bermakna (*significant other*), yang mencerminkan sejauh mana individu merasa diperhatikan, dicintai, dan dihargai oleh lingkungan sosialnya. Cohen dan Wills (1985) menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat berfungsi sebagai faktor protektif yang membantu individu mengurangi dampak negatif dari peristiwa yang menimbulkan stres, sedangkan Zahra dan Kustanti (2021) menemukan bahwa individu yang memperoleh dukungan sosial baik dari keluarga, teman, maupun lingkungan sekitar cenderung memiliki tingkat resiliensi yang lebih tinggi. Setelah mengalami kematian orang tua, dewasa awal tidak hanya menghadapi tekanan emosional, tetapi juga perubahan kehidupan akibat berkurangnya sumber dukungan utama, sehingga keberadaan dukungan dari lingkungan sekitar menjadi sangat penting dalam membantu proses penyesuaian diri dan membangun resiliensi pasca kematian. Berbagai penelitian menunjukkan pola ini secara konsisten: Hanımoğlu (2025) menemukan bahwa dukungan sosial berhubungan positif dengan resiliensi individu secara longitudinal, sementara Rasouli dkk. (2022) menemukan bahwa dukungan sosial yang baik berkaitan dengan tingkat *prolonged grief* yang lebih rendah pada individu dewasa muda yang mengalami kedukaan akibat kehilangan anggota keluarga.

Dalam konteks masyarakat Indonesia, dukungan sosial menjadi aspek yang sangat penting untuk diperhatikan karena budaya Indonesia memiliki karakteristik kolektivistik yang menekankan nilai kekeluargaan, kedekatan emosional, serta keterlibatan sosial dalam menghadapi berbagai peristiwa kehidupan. Ketika individu mengalami kematian orang tua, keluarga besar, kerabat, teman, maupun lingkungan sekitar umumnya turut memberikan dukungan emosional maupun bantuan sosial; namun demikian, kualitas dukungan sosial yang diterima setiap individu tidak selalu sama, sehingga perbedaan ini diduga dapat memengaruhi kemampuan individu dalam membangun resiliensi pasca kematian. Meskipun hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi pasca kematian orang tua telah mulai diteliti dalam beberapa tahun terakhir, baik pada kelompok remaja (Calsum & Purwandari, 2024) maupun pada *emerging adulthood* (Manalu & Kusumiati, 2025), penelitian dengan topik ini masih relatif sedikit jumlahnya, dan hasil dari satu konteks atau kelompok sampel tertentu belum dapat digeneralisasikan secara luas pada populasi dewasa awal di Indonesia yang beragam secara geografis, sosial, dan budaya. Oleh karena itu, replikasi dan perluasan pada sampel dewasa awal usia 18 hingga 25 tahun dengan latar belakang berbeda masih diperlukan untuk memperkuat bukti empiris mengenai konsistensi hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi pada populasi ini.

Kerangka berpikir penelitian ini beranjak dari pemahaman bahwa kehilangan orang tua pada masa dewasa awal menimbulkan berbagai tekanan psikologis, sementara kemampuan menghadapi dan menyesuaikan diri terhadap tekanan tersebut berkaitan dengan resiliensi, yang memungkinkan individu tetap berfungsi secara adaptif, mengelola tekanan emosional, serta mempertahankan harapan terhadap masa depan meskipun berada dalam situasi sulit. Kemampuan tersebut tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal, tetapi juga oleh faktor eksternal yang berasal dari lingkungan sosial. Dukungan keluarga diduga memberikan rasa aman, penerimaan, dan bantuan emosional yang membantu individu menghadapi perubahan setelah kehilangan orang tua; dukungan teman diduga berperan sebagai sumber kebersamaan, tempat berbagi pengalaman, serta membantu mengurangi perasaan kesepian yang muncul selama proses penyesuaian diri; sementara dukungan dari orang yang bermakna diduga dapat

memberikan penguatan emosional, dorongan positif, dan keyakinan bahwa individu tetap memiliki figur yang dapat diandalkan ketika menghadapi kesulitan. Persepsi bahwa dukungan tersedia dari berbagai sumber tersebut diduga membantu individu mengelola emosi negatif, meningkatkan kepercayaan diri dalam menghadapi masalah, serta memperkuat kemampuan untuk bangkit dari pengalaman yang menekan, sehingga semakin tinggi dukungan sosial yang dipersepsikan individu, semakin besar pula peluang individu untuk menunjukkan kemampuan adaptasi yang positif setelah mengalami kehilangan orang tua.

Sejumlah penelitian terdahulu memberikan dasar empiris bagi asumsi tersebut. Rasouli dkk. (2022) menemukan bahwa dukungan sosial berhubungan dengan tingkat resiliensi yang lebih tinggi pada *young -adults* yang mengalami kehilangan, di mana individu yang memperoleh dukungan dari lingkungan sosial menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi tekanan emosional dan menjalani proses adaptasi setelah kehilangan. Hasil serupa juga diperoleh Hanımoğlu (2025), yang menunjukkan bahwa dukungan yang diterima individu dari orang-orang di sekitarnya membantu meningkatkan kemampuan menghadapi stres, mengurangi kerentanan psikologis, serta memperkuat kemampuan adaptasi ketika menghadapi situasi yang menantang. Temuan yang paling relevan dengan konteks penelitian ini diperoleh Manalu dan Kusumiati (2025), yang secara khusus meneliti *emerging adulthood* yang mengalami kehilangan orang tua dan menemukan bahwa individu dengan tingkat dukungan sosial yang lebih tinggi cenderung menunjukkan tingkat resiliensi yang lebih tinggi pula. Meskipun demikian, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan dukungan sosial dan resiliensi pada dewasa awal pasca kematian orang tua masih tergolong terbatas, terutama pada konteks masyarakat Indonesia, sehingga penelitian ini dilakukan untuk memperdalam pemahaman mengenai hubungan tersebut serta memberikan kontribusi empiris pada kajian psikologi perkembangan dan psikologi kehilangan.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, meskipun penelitian mengenai hubungan dukungan sosial dan resiliensi pasca kehilangan orang tua telah mulai dilakukan, kajian yang secara spesifik menyoroti dewasa awal usia 18-25 tahun di Indonesia masih terbatas. Perbedaan kemampuan adaptasi yang nyata di antara individu yang mengalami kondisi serupa menunjukkan perlunya pemahaman lebih mendalam mengenai faktor yang berkaitan dengan resiliensi pada kelompok usia ini. Berdasarkan hal tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada dewasa awal yang mengalami kehilangan orang tua akibat kematian? Sejalan dengan rumusan masalah tersebut, penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada dewasa awal yang mengalami kematian salah satu atau kedua orang tua di Indonesia, dengan hipotesis yang diajukan yaitu terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada kelompok tersebut (H1).

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya bidang psikologi perkembangan dan psikologi klinis, terkait hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi pada dewasa awal pasca kematian orang tua, sekaligus memperkaya kajian ilmiah mengenai pentingnya dukungan sosial dalam membantu individu menghadapi pengalaman kehilangan. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi dewasa awal yang mengalami kehilangan, keluarga, teman sebaya dan lingkungan sosial, konselor dan psikolog, lembaga pendidikan, maupun peneliti selanjutnya, khususnya sebagai bahan pertimbangan dalam memahami kondisi psikologis dewasa awal pasca kehilangan serta

merancang bentuk pendampingan atau intervensi yang berfokus pada penguatan dukungan sosial dan peningkatan resiliensi individu.

2. Hasil dan Pembahasan

Untuk menjawab rumusan masalah tersebut, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional (Sugiyono, 2023), yang bertujuan mengetahui ada atau tidaknya hubungan serta arah dan kekuatan hubungan antara dukungan sosial (variabel bebas/X) dan resiliensi (variabel terikat/Y) tanpa melakukan manipulasi terhadap variabel yang diteliti. Subjek penelitian dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria: berusia 18-25 tahun; mengalami kehilangan salah satu atau kedua orang tua akibat kematian; kematian terjadi minimal 6 bulan sebelum pengisian kuesioner; masih menjalani kehidupan sehari-hari secara aktif; dan bersedia mengisi *informed consent*. Berdasarkan perhitungan sampel menggunakan program GPower 3.1 dengan *effect size* sedang ($r = 0,30$), signifikansi $\alpha = 0,05$, dan *power* 0,80 (Cohen, 1988), diperoleh sampel minimum 84 responden; penelitian ini menggunakan teknik *try out terpakai*, di mana 32 responden dari tahap uji coba turut disertakan dalam data akhir, sehingga total subjek yang dianalisis berjumlah 100 responden.

Dukungan sosial diukur menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang dikembangkan Zimet dkk. (1988) dan diadaptasi ke Bahasa Indonesia oleh Sulistiani dkk. (2022), terdiri atas 12 aitem pada tiga dimensi (*significant other, family, friends*) dengan tujuh kategori respons; seluruh aitem dinyatakan valid setelah uji coba (*corrected item-total correlation* $\geq 0,30$), dengan reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,929. Resiliensi diukur menggunakan *Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) yang dikembangkan Connor dan Davidson (2003), mengacu pada adaptasi Listiyandini dan Akmal (2015) dengan modifikasi redaksi aitem sesuai konteks kehilangan orang tua; dari 25 aitem awal, 24 aitem dinyatakan valid setelah uji coba, dengan reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,934. Data dianalisis melalui statistik deskriptif, uji normalitas (Kolmogorov-Smirnov), uji linieritas (*Test for Linearity*), dan uji hipotesis menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* apabila data normal dan linier, atau *Spearman's Rho* sebagai alternatif nonparametrik apabila data tidak berdistribusi normal (Muhammad, 2013), dengan pedoman interpretasi kekuatan hubungan mengikuti Sugiyono (2023): 0,00-0,199 sangat rendah; 0,20-0,399 rendah; 0,40-0,599 sedang; 0,60-0,799 kuat; 0,80-1,000 sangat kuat.

Gambaran Umum Subjek Penelitian

Subjek penelitian berjumlah 100 dewasa awal yang mengalami kehilangan salah satu atau kedua orang tua akibat kematian. Karakteristik demografis responden disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1 Karakteristik Demografis Responden (N = 100)

Variabel	Kategori	n	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	29	29,0
	Perempuan	71	71,0

Variabel	Kategori	n	%
Usia	18-21 tahun	29	29,0
	22-25 tahun	71	71,0
Pendidikan Terakhir	SMA/Sederajat	59	59,0
	Diploma	9	9,0
	S1	31	31,0
	S2	1	1,0
Pekerjaan	Pelajar/Mahasiswa	36	36,0
	Karyawan Swasta	48	48,0
	PNS / Wiraswasta / Freelancer / Lainnya	16	16,0
Orang Tua Meninggal	Ayah	64	64,0
	Ibu	28	28,0
	Keduanya	8	8,0

Variabel	Kategori	n	%
Lama Waktu Kehilangan	6 bulan - 2 tahun	28	28,0
	> 2 - 5 tahun	33	33,0
	> 5 tahun	39	39,0
Sistem Dukungan	Memiliki sahabat dekat yang diandalkan	81	81,0
	Merasa memiliki sistem dukungan	90	90,0

Catatan. N = jumlah keseluruhan responden; n = jumlah responden.

Mayoritas subjek berjenis kelamin perempuan (71,0%) dan berada pada rentang usia dewasa awal akhir, yaitu 22-25 tahun (71,0%), menunjukkan bahwa sebagian besar subjek telah melewati fase transisi awal menuju kemandirian. Dari segi latar belakang pendidikan dan pekerjaan, subjek relatif beragam, dengan mayoritas berpendidikan terakhir SMA/Sederajat (59,0%) dan bekerja sebagai karyawan swasta (48,0%). Terkait pengalaman kehilangan, mayoritas subjek kehilangan ayah (64,0%), dengan proporsi terbesar mengalaminya lebih dari lima tahun terakhir (39,0%). Hampir seluruh subjek melaporkan memiliki sistem dukungan dari orang-orang terdekat (90,0%) dan sebagian besar memiliki sahabat dekat yang dapat diandalkan (81,0%), menunjukkan bahwa secara umum subjek penelitian memiliki akses terhadap sumber dukungan sosial yang relatif memadai di lingkungan sekitarnya, sebuah konteks penting dalam memahami hasil penelitian berikut.

Hasil Uji Validitas, Reliabilitas, dan Uji Asumsi

Tabel 2

Hasil Uji Validitas, Reliabilitas, dan Uji Asumsi

Pengujian	Dukungan Sosial	Resiliensi
Corrected Item-Total Correlation	0,631 - 0,753	0,342 - 0,733
Cronbach's Alpha	0,929	0,934
Jumlah Aitem Valid	12	24
Normalitas (K-S), Sig.	0,000 (Tidak Normal)	0,000 (Tidak Normal)

Catatan. K-S = Kolmogorov-Smirnov; α = Cronbach's alpha.

Uji Linieritas: Linearity $F(1,99) = 40,775$, Sig. = 0,000; Deviation from Linearity Sig. = 0,060 (hubungan bersifat linier).

Hasil uji validitas menggunakan nilai *corrected item-total correlation* menunjukkan bahwa seluruh aitem pada kedua variabel memiliki nilai $r \geq 0,30$, sehingga seluruh aitem dinyatakan valid, dengan reliabilitas Cronbach's Alpha yang berada jauh di atas ambang batas 0,70 untuk kedua alat ukur. Hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) pada kedua variabel, sehingga data dinyatakan tidak berdistribusi normal, sedangkan hasil uji linieritas menunjukkan nilai signifikansi *Linearity* sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan *Deviation from Linearity* sebesar 0,060 ($p > 0,05$), sehingga hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi dinyatakan linier. Karena data tidak memenuhi asumsi normalitas, pengujian hipotesis dilanjutkan menggunakan teknik nonparametrik, yaitu korelasi *Spearman's Rho*.

Hasil Uji Hipotesis

Tabel 3

Hasil Uji Korelasi Dukungan Sosial dengan Resiliensi

Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Sig. (2-tailed)	N	Keterangan
Dukungan Sosial * Resiliensi	0,521	0,000	100	Signifikan

Catatan. r = koefisien korelasi; N = jumlah responden.

Diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga H1 diterima dan H0 ditolak. Dengan demikian, terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada dewasa awal yang mengalami kehilangan salah satu atau kedua orang tua akibat kematian. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,521 menunjukkan bahwa keeratan hubungan antara kedua variabel tersebut berada pada kategori sedang menuju cukup kuat, dengan arah hubungan positif; artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima individu, semakin tinggi pula resiliensi yang dimilikinya.

Pembahasan

Penelitian ini melibatkan subjek dewasa awal yang mengalami kehilangan salah satu atau kedua orang tua akibat kematian, dengan mayoritas subjek berjenis kelamin perempuan dan berada pada rentang usia dewasa awal akhir. Dari segi latar belakang, subjek penelitian relatif beragam baik dalam hal Pendidikan maupun status pekerjaan, dengan mayoritas telah memasuki dunia kerja. Terkait pengalaman kehilangan itu sendiri, mayoritas subjek kehilangan ayah dan mengalaminya dalam rentang waktu yang bervariasi, sementara hampir seluruh subjek melaporkan memiliki sistem dukungan dari orang-orang terdekat, sebuah konteks penting dalam memahami hasil penelitian mengenai hubungan dukungan sosial dan resiliensi berikut.

Hasil uji hipotesis menggunakan korelasi *Spearman's Rho* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi sebesar 0,521, sehingga hipotesis penelitian diterima: terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi, dengan keeratan hubungan berada pada kategori sedang. Artinya, semakin besar dukungan sosial yang dirasakan responden, semakin baik pula kemampuannya untuk bangkit dan bertahan menghadapi kesulitan, dan sebaliknya. Dalam penelitian ini, hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi tampaknya tidak berjalan satu arah, melainkan saling memengaruhi: bantuan yang diterima individu meringankan beban emosional akibat kehilangan orang tua sehingga individu memiliki lebih banyak ruang untuk memproses kesedihannya dan menyesuaikan diri dengan

kehidupan yang baru, sementara seberapa besar manfaat yang dirasakan dari bantuan tersebut juga bergantung pada kesiapan individu itu sendiri dalam menerimanya, misalnya sejauh mana ia mampu mengelola emosinya dan mau percaya pada orang-orang di sekitarnya. Individu yang lebih terbuka menerima bantuan biasanya lebih kuat bertahan menghadapi kesulitan, dan sebaliknya, individu yang sudah cukup kuat bertahan justru lebih mudah menjalin serta memanfaatkan kedekatan dengan lingkungan sekitarnya. Proses saling menguatkan inilah yang kemungkinan menjelaskan mengapa hubungan antara kedua variabel dalam penelitian ini berada pada kategori sedang hingga cukup kuat, bukan sekadar hubungan yang lurus dan sederhana antara ada tidaknya dukungan dengan tinggi rendahnya resiliensi seseorang.

Dukungan dari keluarga tampak berperan sebagai fondasi utama dalam proses ini. Kehilangan orang tua tidak hanya berarti kehilangan sosok individu tertentu, tetapi juga mengguncang struktur dan keseimbangan keluarga secara keseluruhan; ketika individu merasa anggota keluarga yang tersisa sungguh-sungguh berusaha membantu, memberikan bantuan emosional, dan bersedia melibatkannya dalam pengambilan keputusan penting, ia memperoleh rasa aman dan kepastian bahwa keluarganya tetap dapat menjadi tempat berpijak dan diandalkan meskipun telah kehilangan salah satu anggotanya. Rasa aman ini menjadi krusial terutama pada masa-masa awal berduka, ketika individu berada pada titik paling rentan secara emosional. Dinamika ini sejalan dengan dimensi *positive acceptance of change and secure relationships* dalam kerangka resiliensi Connor dan Davidson (2003), yang menekankan bahwa kemampuan individu menerima perubahan besar dalam hidupnya sangat dipengaruhi oleh sejauh mana ia memiliki hubungan yang aman dan dapat diandalkan di sekitarnya.

Dukungan dari teman bekerja melalui mekanisme yang berbeda dibandingkan dukungan keluarga. Relasi pertemanan menawarkan ruang yang lebih setara, tidak dibayangi struktur hierarkis, sehingga individu merasa lebih leluasa mengekspresikan emosi negatif tanpa takut dihakimi. Dopp dan Cain (2012) menemukan bahwa kualitas relasi pertemanan memengaruhi sejauh mana individu yang berduka merasa nyaman untuk terbuka mengenai kehilangannya, sebab tidak semua teman siap atau nyaman mendengarkan cerita duka tersebut, sehingga keberadaan teman yang benar-benar dapat diandalkan menjadi faktor penting dalam proses adaptasi. Ketika seseorang mampu menceritakan kesedihan, kemarahan, rasa bersalah, atau kebingungannya kepada teman yang dapat diandalkan, ia perlahan menyadari bahwa emosi-emosi tersebut sesungguhnya wajar, dapat ditoleransi, dan tidak harus dipendam sendirian. Proses berbagi cerita dan validasi emosional dari teman ini secara perlahan memperkuat dimensi *trust in one's instincts, tolerance of negative affect, and strengthening effects of stress* dalam kerangka teori Connor dan Davidson (2003), karena individu yang terbiasa mengekspresikan emosinya secara terbuka melalui dukungan teman cenderung lebih mampu memaknai tekanan yang dialaminya sebagai bagian dari proses yang memperkuat dirinya.

Sementara itu, dukungan dari orang yang bermakna, seperti pasangan atau individu lain dengan kedekatan emosional khusus, memberikan bentuk dukungan yang lebih personal, intim, dan mendalam dibandingkan dukungan keluarga maupun teman. Kehadiran orang yang bermakna memungkinkan individu merasa dipahami secara utuh, tidak hanya pada peristiwa kehilangan yang dialami pada satu waktu tertentu, tetapi juga dalam proses adaptasi jangka panjang setelahnya, termasuk perubahan suasana hati, kemunduran emosional yang kadang muncul kembali, maupun pencapaian-pencapaian kecil dalam proses pemulihan. Dukungan jenis ini turut berkontribusi terhadap dimensi *personal competence, high standards, and tenacity* dalam kerangka Connor dan Davidson, sebab validasi yang konsisten dan berkelanjutan dari orang yang bermakna dapat meningkatkan keyakinan individu terhadap kemampuannya sendiri untuk bertahan, membuat keputusan penting dalam hidupnya, dan tetap berusaha mencapai tujuan hidup meskipun berada dalam kondisi sulit dan penuh ketidakpastian. Ketiga bentuk dukungan

tersebut tampaknya tidak bekerja secara terpisah, melainkan secara bersama-sama membentuk proses yang saling memperkuat; Schäfer dkk. (2023) menunjukkan bahwa dukungan sosial secara konsisten berhubungan positif dengan resiliensi pada berbagai kelompok usia, tanpa bergantung pada satu sumber dukungan tunggal saja: dukungan keluarga memberikan fondasi rasa aman, dukungan teman membuka ruang ekspresi emosi, dan dukungan orang bermakna memperkuat keyakinan diri individu, sehingga ketiganya saling melengkapi dalam membentuk kapasitas individu untuk bangkit.

Temuan penelitian ini juga perlu dilihat dalam konteks proses berduka yang dialami subjek. Merujuk pada kerangka *dual process model* Stroebe dan Schut (2010), individu yang berduka secara bergantian bergerak antara *loss-oriented coping*, yaitu menghadapi rasa duka secara langsung, dan *restoration-oriented coping*, yaitu berupaya menyesuaikan diri dengan tuntutan kehidupan baru. Dukungan sosial tampaknya berperan pada kedua sisi proses tersebut: pada sisi *loss-oriented*, dukungan keluarga dan teman memberi ruang bagi individu untuk mengekspresikan kesedihan tanpa harus memendamnya sendirian, sedangkan pada sisi *restoration-oriented*, dukungan praktis dan dorongan dari orang-orang terdekat membantu individu kembali menjalankan peran dan tanggung jawab sehari-hari. Keseimbangan antara kedua proses inilah yang oleh Worden (2018) dipandang sebagai penanda keberhasilan individu menuntaskan tugas-tugas kedukaan, dan dukungan sosial yang memadai tampaknya mempermudah individu bergerak secara lebih fleksibel di antara kedua orientasi tersebut, alih-alih terjebak berkepanjangan pada salah satunya.

Sehubungan dengan gambaran umum subjek yang didominasi perempuan, temuan ini relevan dengan hasil penelitian longitudinal Hanımoğlu (2025) pada *emerging adulthood*, yang menemukan bahwa gender memoderasi hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi, dengan jalur yang lebih kuat ditemukan pada kelompok perempuan dibandingkan laki-laki; meski demikian, penelitian ini belum menguji perbedaan tersebut secara statistik antarkelompok demografis, sehingga pola ini masih bersifat interpretatif berdasarkan kesesuaiannya dengan literatur terdahulu. Pola hubungan yang sama juga ditemukan dalam penelitian Rasouli dkk. (2022) pada responden dewasa muda yang mengalami kehilangan, serta didukung oleh penelitian Surzykiewicz dkk. (2022) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial yang dipersepsikan berhubungan positif dengan resiliensi melalui peningkatan harga diri. Pola yang paling relevan ditemukan pada penelitian Manalu dan Kusumiati (2025) yang secara khusus meneliti *emerging adulthood* yang mengalami kehilangan orang tua dan menemukan bahwa responden dengan tingkat dukungan sosial yang lebih tinggi cenderung menunjukkan tingkat resiliensi yang lebih tinggi pula; kesesuaian hasil penelitian ini dengan temuan tersebut memberikan kontribusi empiris tambahan pada konteks masyarakat Indonesia, mengingat penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan dukungan sosial dan resiliensi pada dewasa awal pasca kematian orang tua masih tergolong terbatas.

Penelitian ini menggunakan desain korelasional, sehingga hasil yang diperoleh hanya menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi, bukan hubungan sebab-akibat; dengan demikian, tidak dapat disimpulkan secara pasti bahwa dukungan sosial menyebabkan peningkatan resiliensi pada responden, melainkan kedua variabel tersebut saling berkaitan dan kemungkinan juga dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini. Penting pula dicatat bahwa kekuatan hubungan yang ditemukan berada pada kategori sedang, yang mengindikasikan bahwa dukungan sosial bukanlah satu-satunya faktor

yang berkaitan dengan resiliensi responden pasca kematian orang tua. Sebagaimana dijelaskan dalam kerangka teori Connor dan Davidson, resiliensi juga berkaitan dengan dimensi-dimensi lain yang bersifat lebih internal, seperti kompetensi pribadi dan keuletan, kontrol diri, serta pengaruh spiritual; dengan kata lain, selain dukungan dari lingkungan sosial, kekuatan yang berasal dari dalam diri responden itu sendiri turut berkaitan dengan kemampuannya untuk bangkit dan beradaptasi setelah mengalami kehilangan.

Dimensi *spiritual influences* dalam kerangka Connor dan Davidson (2003) juga layak dicermati dalam konteks masyarakat Indonesia yang religius. Meskipun penelitian ini tidak secara khusus mengukur peran spiritualitas, keyakinan terhadap kekuatan Tuhan dan makna di balik peristiwa kehilangan kerap menjadi sumber kekuatan tersendiri bagi individu yang berduka, dan seringkali dukungan sosial dari komunitas keagamaan (misalnya melalui doa bersama, kunjungan, atau ritual peringatan kematian) menyatu dengan penghayatan spiritual individu. Dengan demikian, dukungan sosial dan spiritualitas dalam konteks budaya Indonesia kemungkinan saling terkait dan saling memperkuat, alih-alih berdiri sebagai dua faktor yang sepenuhnya terpisah, sehingga penelitian mendatang perlu mempertimbangkan keterkaitan antarkeduanya secara lebih eksplisit.

Berdasarkan seluruh uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memiliki keterkaitan yang penting dan signifikan dalam membangun resiliensi pada dewasa awal yang mengalami kehilangan salah satu atau kedua orang tua akibat kematian. Kehadiran dukungan dari keluarga, teman, maupun orang-orang bermakna membantu responden untuk tidak menghadapi proses berduka seorang diri, sehingga responden menjadi lebih mampu bangkit, beradaptasi, dan mempertahankan keberfungsian psikologisnya secara efektif setelah mengalami pengalaman kehilangan tersebut. Namun demikian, mengingat kekuatan hubungan yang ditemukan berada pada kategori sedang, faktor-faktor lain di luar dukungan sosial turut berkaitan dengan resiliensi responden, sehingga perlu dipertimbangkan secara lebih komprehensif dalam penelitian-penelitian selanjutnya.

3. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dan resiliensi memiliki hubungan yang positif dan signifikan pada dewasa awal yang mengalami kehilangan salah satu atau kedua orang tua akibat kematian. Dengan demikian, hipotesis dalam penelitian ini diterima, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima individu, semakin tinggi pula tingkat resiliensi yang dimilikinya, dan sebaliknya. Hasil uji korelasi Spearman's Rho memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi sebesar 0,521, yang menunjukkan bahwa keeratan hubungan antara kedua variabel berada pada kategori sedang hingga cukup kuat.

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 100 dewasa awal dengan karakteristik yang didominasi oleh perempuan, berusia 22 hingga 25 tahun, berpendidikan terakhir SMA/Sederajat, dan bekerja sebagai karyawan swasta. Mayoritas subjek mengalami kehilangan ayah dan telah kehilangan orang tua dalam kurun waktu yang bervariasi, dengan proporsi terbesar lebih dari lima tahun terakhir, serta sebagian besar memiliki sistem dukungan dari orang-orang terdekat dan sahabat dekat yang dapat diandalkan. Kedua alat ukur yang digunakan, yaitu skala dukungan sosial yang diadaptasi dari MSPSS dan skala resiliensi yang diadaptasi dari CD-RISC, terbukti memiliki validitas dan reliabilitas yang baik, dengan nilai Cronbach's Alpha masing-masing sebesar 0,929 dan 0,934. Hasil uji asumsi menunjukkan bahwa data penelitian tidak berdistribusi

normal namun memenuhi asumsi linieritas, sehingga pengujian hipotesis dilakukan menggunakan teknik statistik nonparametrik, yaitu uji korelasi Spearman's Rho.

Dengan kekuatan hubungan yang ditemukan berada pada kategori sedang, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial bukan merupakan satu-satunya faktor yang memengaruhi resiliensi individu pasca kematian orang tua; masih terdapat faktor-faktor lain yang turut berperan dalam membentuk resiliensi individu. Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi empiris yang memperkuat pemahaman mengenai peran dukungan sosial terhadap resiliensi pada dewasa awal pasca kematian orang tua, khususnya dalam konteks masyarakat Indonesia, mengingat penelitian dengan fokus serupa masih tergolong terbatas.

Keterbatasan Penelitian

Meskipun penelitian ini telah dilaksanakan sesuai prosedur yang direncanakan, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu dipertimbangkan dalam menginterpretasikan hasil penelitian ini. Pertama, penelitian ini menggunakan desain korelasional, sehingga hasil yang diperoleh hanya menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi, bukan hubungan sebab-akibat, sehingga tidak dapat disimpulkan secara pasti bahwa dukungan sosial menyebabkan peningkatan resiliensi pada responden.

Kedua, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu teknik *non-probability* yang tidak memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk terpilih menjadi subjek penelitian, sehingga hasil penelitian ini belum dapat digeneralisasikan secara luas kepada seluruh dewasa awal yang mengalami kehilangan orang tua di Indonesia.

Ketiga, pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner *self-report* secara daring, sehingga jawaban responden berpotensi dipengaruhi oleh *social desirability bias* maupun kondisi emosional saat pengisian, serta peneliti tidak dapat mengontrol secara langsung situasi dan lingkungan responden ketika mengisi kuesioner tersebut.

Keempat, penelitian ini bersifat *cross-sectional*, yaitu data dikumpulkan pada satu titik waktu, padahal resiliensi dan proses berduka merupakan proses yang dapat berubah seiring waktu, sehingga desain ini belum mampu menggambarkan dinamika hubungan dukungan sosial dan resiliensi dari waktu ke waktu.

Kelima, subjek penelitian dibatasi pada rentang usia 18-25 tahun, sehingga hasil penelitian belum tentu dapat digeneralisasikan pada kelompok dewasa awal dengan rentang usia yang lebih luas.

Keenam, penelitian ini hanya berfokus pada variabel dukungan sosial sebagai faktor yang berkaitan dengan resiliensi, sementara kekuatan hubungan yang ditemukan berada pada kategori sedang mengindikasikan masih terdapat faktor lain di luar dukungan sosial, seperti kompetensi pribadi, kontrol diri, dan pengaruh spiritual, yang turut berkaitan dengan resiliensi namun belum diukur dalam penelitian ini.

Terlepas dari keterbatasan tersebut, temuan penelitian ini tetap memberikan sumbangan yang berarti bagi pemahaman mengenai dinamika psikologis dewasa awal pasca kematian orang tua di Indonesia, sebuah kelompok yang selama ini kurang mendapat perhatian dibandingkan kajian

kedukaan pada anak-anak dan remaja. Kekuatan hubungan pada kategori sedang antara dukungan sosial dan resiliensi menegaskan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor protektif yang relevan dan dapat diintervensi, sehingga upaya memperkuat jejaring dukungan di sekitar individu yang berduka tetap layak menjadi prioritas, sekalipun bukan satu-satunya jalan menuju resiliensi. Dengan demikian, temuan ini bersifat saling melengkapi, bukan bertentangan, dengan pandangan bahwa resiliensi juga ditopang oleh kekuatan-kekuatan internal individu **Saran**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kekuatan hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi berada pada kategori sedang ($r = 0,521$), yang berarti dukungan sosial bukan satu-satunya faktor yang membentuk resiliensi individu pasca kematian orang tua. Oleh karena itu, secara teoritis, peneliti selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor-faktor lain yang turut berperan dalam membentuk resiliensi, seperti kompetensi pribadi, kontrol diri, spiritualitas, atau strategi koping, baik sebagai variabel tambahan maupun sebagai variabel mediator atau moderator; memperluas jumlah dan sebaran sampel penelitian, baik dari segi wilayah maupun karakteristik demografis, agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan lebih luas; serta mempertimbangkan desain longitudinal untuk menggambarkan dinamika hubungan dukungan sosial dan resiliensi dari waktu ke waktu, mengingat penelitian ini bersifat *cross-sectional*.

Secara praktis, bagi keluarga dan lingkungan sosial di sekitar individu yang berduka, penelitian ini menekankan pentingnya kehadiran yang konsisten melalui tindakan nyata, seperti membantu keperluan sehari-hari atau menemani pada momen-momen berat, misalnya hari peringatan kematian; keluarga juga perlu memberi ruang bagi individu untuk bercerita tanpa dihakimi, serta menghindari komentar yang meragukan cara individu berduka, karena hal ini dapat membuat individu enggan terbuka. Bagi dewasa awal yang mengalami kehilangan orang tua, penelitian ini menekankan pentingnya menjaga kedekatan dengan orang-orang terdekat sebagai salah satu cara membangun resiliensi, misalnya dengan menjadwalkan komunikasi rutin bersama keluarga atau sahabat agar tidak menjalani proses berduka sendirian.

Bagi individu yang merasa dukungan sosialnya masih terbatas, bergabung dengan komunitas dukungan sebaya (*peer support group*), baik secara langsung maupun daring, dapat menjadi sumber dukungan tambahan, disertai dengan melatih kemampuan mengelola emosi, misalnya melalui jurnal harian atau konsultasi dengan psikolog, agar resiliensi yang terbentuk lebih menyeluruh. Bagi lembaga terkait, seperti fakultas psikologi, puskesmas, atau organisasi keagamaan, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk merancang program dukungan psikososial bagi dewasa awal yang kehilangan orang tua, misalnya melalui kelompok dukungan (*support group*) bulanan yang memuat sesi berbagi pengalaman dan psikoedukasi mengenai proses berduka, yang dapat dijalankan secara langsung maupun daring agar dapat menjangkau individu yang lokasinya berjauhan

Daftar Referensi

- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480.
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press.
- Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). Oxford University Press.
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Statistik Indonesia 2023*. Badan Pusat Statistik.
- Bonanno, G. A. (2021). *The end of trauma: How the new science of resilience is changing how we think about PTSD*. Basic Books.
- Bonanno, G. A., & Burton, C. L. (2013). *Regulatory flexibility: An individual differences*

- perspective on coping and emotion regulation. *Perspectives on Psychological Science*, 8(6), 591-612. <https://doi.org/10.1177/1745691613504116>
- Burns, M., Griesse, B., King, S., & Talmi, A. (2020). Childhood bereavement: Understanding prevalence and related adversity in the United States. *American Journal of Orthopsychiatry*, 90(4), 391-405. <https://doi.org/10.1037/ort0000442>
- Calsum, A. Y., & Purwandari, E. (2024). Dukungan sosial dan resiliensi pada remaja pasca kematian orang tua: Sebuah kajian literatur. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, 9(2), 139-146. <https://doi.org/10.36722/sh.v9i2.3111>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357.
- 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.
- Dopp, A. R., & Cain, A. C. (2012). The role of peer relationships in parental bereavement during childhood and adolescence. *Death Studies*, 36(1), 41-60. <https://doi.org/10.1080/07481187.2011.573175>
- Grotberg, E. H. (1995). *A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit*. Bernard van Leer Foundation.
- Hanimoğlu, E. (2025). Life satisfaction in emerging adulthood: A longitudinal study of social support, resilience, and gender differences. *Frontiers in Psychology*, 16, 1602140. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1602140>
- Hertinjung, W. S., Yuwono, S., Partini, P., Laksita, A. K., Ramandani, A. A., & Kencana, S. S. (2022). Faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi remaja di masa pandemi. *Proyeksi*, 17(2), 60-71. <https://doi.org/10.30659/jp.17.2.60-71>
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Erlangga.
- Immanuel, J. A., & Satwika, Y. W. (2026). Hubungan antara self-esteem dengan marriage readiness pada dewasa awal. *Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling (Liberosis)*, 17(2). <https://doi.org/10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027>
- Jankowiak, B., Soroko, E., Kuryś-Szyncel, K., Jaskulska, S., Hill, C. T., Sawaumi, T., Sanz-Barbero, B., Vives-Cases, C., Neves, S., Inagaki, T., Lee, J., & Watanabe, Y. (2025). Building bridges between Arnett's and Havighurst's theories: New developmental tasks in emerging adulthood across six countries. *Emerging Adulthood*, 13(3), 503-518. <https://doi.org/10.1177/21676968251322822>
- Listiyandini, R. A., & Akmal, S. A. (2015). Hubungan antara kekuatan karakter dan resiliensi pada mahasiswa. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional Psikologi*. Fakultas Psikologi Universitas Pancasila.
- Lundorff, M., Holmgren, H., Zachariae, R., Farver-Vestergaard, I., & O'Connor, M. (2017). Prevalence of prolonged grief disorder in adult bereavement: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 212, 138-149. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.01.030>
- Manalu, G. R., & Kusumiati, R. Y. E. (2025). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada emerging adulthood yang mengalami kehilangan akibat kematian orang tua. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 7(1), 28-37.
- Masten, A. S. (2021). *Ordinary magic: Resilience in development*. Guilford Press.
- Mhiri, H., Chaari, I., Mannoubi, I., Boussaid, N., Charfeddine, F., Aribi, L., Messedi, N., &

- Aloulou, J. (2025). Resilience in Tunisian women: The critical role of social support. *European Psychiatry*, 68(S1). <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2025.1615>
- Mooney, O., Lambert, V., & Gallagher, P. (2023). Self-management of long-term physical conditions during emerging adulthood: A systematic review. *Emerging Adulthood*, 11(5). <https://doi.org/10.1177/21676968231203284>
- Muhammad. (2013). Metodologi penelitian ekonomi Islam pendekatan kuantitatif. Rajawali Pers.
- Nelson, L. J. (2021). The theory of emerging adulthood 20 years later: A look at where it has taken us, what we know now, and where we need to go. *Emerging Adulthood*, 9(3), 179-188. <https://doi.org/10.1177/2167696820950884>
- Rasouli, O., Moksnes, U. K., Reinfjell, T., Hjemdal, O., & Eilertsen, M. B. (2022). Impact of resilience and social support on long-term grief in cancer-bereaved siblings: An exploratory study. *BMC Palliative Care*, 21, 93.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles. Broadway Books.
- Riva Crugnola, C. (2022). Psychoanalytic psychotherapy with emerging adults between past and future. *The Scandinavian Psychoanalytic Review*, 45(1), 74-83. <https://doi.org/10.1080/01062301.2022.2158671>
- Rianawati A P, M., Chandrasari, F., & Ma'rufah, N. N. (2022). Pengalaman quarter life crisis pada wanita dewasa awal belum menikah. *Jurnal Psikologi Mandiri*. <https://journal.unicimi.ac.id/index.php/jpm/article/view/15>
- Santrock, J. W. (2019). Life-span development (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Schäfer, S. K., Fritz, J., Sopp, M. R., Kunzler, A. M., von Boros, L., Tüscher, O., Göritz, A. S., Lieb, K., & Michael, T. (2023). Interrelations of resilience factors and their incremental impact for mental health: Insights from network modeling using a prospective study across seven timepoints. *Translational Psychiatry*, 13(1), 1-14. <https://doi.org/10.1038/s41398-023-02603-2>
- Stroebe, M., & Schut, H. (2010). The dual process model of coping with bereavement: A decade on. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 61(4), 273-289. <https://doi.org/10.2190/OM.61.4.b>
- Sugiyono. (2023). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.
- Sulistiani, W., Fajrianti, F., & Kristiana, I. F. (2022). Validation of the Indonesian version of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS): A Rasch model approach. *Jurnal Psikologi*, 21(1), 89-103. <https://doi.org/10.14710/jp.21.1.89-103>
- Surzykiewicz, J., Skalski, S. B., Solbut, A., Rutkowski, S., & Konaszewski, K. (2022). Resilience and regulation of emotions in adolescents: Serial mediation analysis through self-esteem and the perceived social support. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(13), 8007. <https://doi.org/10.3390/ijerph19138007>
- Worden, J. W. (2018). Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner (5th ed.). Springer Publishing Company.
- Yildirim, M., & Green, Z. A. (2023). Social support and resilience mediate the relationship of stress with satisfaction with life and flourishing of youth. *British Journal of Guidance & Counselling*. <https://doi.org/10.1080/03069885.2023.2172551>
- Zahra, F., & Kustanti, E. R. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada individu yang mengalami kehilangan. *Jurnal Empati*.
- 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.