

The Effect of Social Skills and Social Support on Student Resilience in Schools

Prio Utomo*, Reza Pahlevi, Fiki Prayogi

¹Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu, Bengkulu, Indonesia.

²Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Cimahi, Siliwangi.

³Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan PGRI Bandar Lampung, Bandar Lampung, Indonesia.

*Coessponding Author, ✉ e-Mail: prio.um1990@gmail.com

Abstract

One aspect of the success of students being able to achieve self-welfare is resilience. The purpose of this study was to determine the effect of social skills and social support on student resilience. This research was conducted at SMP Negeri 10 Bengkulu. The research design used the one-short model correlation method. Data collection uses a scale of social skills, social support, and resilience. The instrument validity test uses the product-moment coefficient, and the reliability test uses the Cronbach alpha coefficient. Data analysis used prerequisite tests and hypotheses. The results showed that (1) the linear regression equation resulted in a constant value of 29.11; (b) the regression coefficient of 6.28; (2) the value of the correlation coefficient is 0.72; (3) the value of the coefficient of determination is 51.84%. The results of the analysis show that there is an influence between social skills and social support on student resilience at school (H_a is accepted and H_0 is rejected). Suggestions and recommendations, for further researchers, are expected to reveal the role of social skills and social support as factors forming student resilience.

Keywords: *Social Skills; Social Support; Resilience; Student*



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited © 2022 by author(s)

Pengaruh Keterampilan Sosial dan Dukungan Sosial terhadap Resiliensi Siswa di Sekolah

Prio Utomo*, Reza Pahlevi, Fiki Prayogi

¹Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu, Bengkulu, Indonesia.

²Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Cimahi, Siliwangi.

³Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan PGRI Bandar Lampung, Bandar Lampung, Indonesia.

*Penulis Korespondensi, ✉ Surat Elektronik: prio.um1990@gmail.com

Abstrak

Salah satu aspek keberhasilan siswa mampu mencapai kesejahteraan diri adalah resiliensi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh keterampilan sosial dan dukungan sosial terhadap resiliensi siswa. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 10 Bengkulu. Rancangan penelitian menggunakan metode korelasi model *one-short*. Pengumpulan data menggunakan skala keterampilan sosial, dukungan sosial dan resiliensi. Uji validitas instrumen menggunakan koefisien *product moment*, dan uji reabilitas menggunakan koefisien *alpha cronbach*. Analisis data menggunakan uji prasyarat dan hipotesisi. Hasil penelitian menunjukkan (1) persamaan regresi linier menghasilkan nilai konstanta sebesar 29,11; (b) koefisien regresi sebesar 6,28; (2) nilai koefisien korelasi yaitu sebesar 0,72; (3) nilai koefisien determinasi sebesar 51,84 %. Hasil analisis menunjukkan terdapat pengaruh antara keterampilan sosial dan dukungan sosial terhadap resiliensi siswa di sekolah (H_a diterima dan H_0 ditolak). Saran dan rekomendasi, bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengungkap peran keterampilan sosial dan dukungan sosial sebagai faktor-faktor pembentuk resiliensi siswa

Kata Kunci: Keterampilan Sosial; Dukungan Sosial; Resiliensi; Siswa.

PENDAHULUAN

Salah satu aspek keberhasilan siswa mampu mencapai kesejahteraan diri adalah resiliensi. Hal ini ditengarai bahwa resiliensi merupakan kemampuan diri untuk bangkit kembali dari situasi yang sulit atau peristiwa pengalaman yang dapat menyebabkan pada traumatis. Resiliensi mengacu pada perbedaan atau pengalaman hidup yang membantu individu mengatasi kesulitan secara positif, mengatasi stres dengan lebih baik, dan mencegah perkembangan gangguan mental yang disebabkan oleh stres (Reich et al, 2010). Dapat dijelaskan bahwa resiliensi adalah suatu kondisi atau situasi yang memungkinkan seseorang untuk mengatasi dan menyesuaikan diri dengan situasi sulit yang dihadapi dan bekerja untuk menyelesaikannya.

Resiliensi merupakan kemampuan menghadapi tantangan hidup dan pengalaman yang sulit, serta tahu bagaimana dalam menghadapi atau beradaptasi dengannya. Dilihat dari proses terbentuknya, terdapat tujuh aspek sebagai pembentuk resiliensi, meliputi (1) pengaturan emosi; (2) pengendalian gerak; (3) optimisme; (4) kemampuan menganalisis masalah; (5) empati; (6) efikasi diri; (7) pencapaian. Resiliensi adalah kemampuan individu untuk secara efektif mengelola dan mengatasi stres, yang dapat meningkatkan kemampuan individu untuk mengatasi stres di masa depan (Wiela & Wirawan, 2009). Tegasnya, Ketahanan adalah konsep yang mengacu pada kemampuan sistem dinamis untuk bertahan atau pulih dari gangguan (Masten, 2007).

Unjuk kerja resiliensi mengarahkan pada kemampuan atau kapasitas diri dalam menghadapi dan mengatasi kesulitan-kesulitan dalam hidup. Menurut (Murphey et al, 2013) Identifikasi ciri-ciri orang dengan resiliensi tinggi, yaitu (1) cenderung easygoing; (2) mudah bersosialisasi; (3) memiliki kemampuan berpikir yang baik; (4) memiliki orang-orang yang suportif di sekitarnya; (5) memiliki satu atau lebih Talenta atau spesialisasi; (6) Percaya pada diri sendiri dan pada kemampuan pengambilan keputusan Anda. Misalnya, orang yang dihadapkan pada berbagai kesulitan atau masalah dalam hidupnya, mereka lebih suka menyerah pada keadaan dan bahkan mengalami berbagai hambatan dalam hal kemampuan sosial, mental atau fisik. Dalam menghadapi tekanan yang kuat, mereka tidak dapat mempertahankan keseimbangan mereka, yang mengarah pada kekalahan diri sendiri.

Ketika siswa ditengarai resiliensi yang baik sudah pasti ia memiliki kemampuan untuk mengarah diri pada pola adaptasi positif selama atau sesudah menghadapi kesulitan atau resiko yang sulit dihadapi. Hasil penelitian terdahulu mengungkap bahwa seseorang dengan resiliensi tinggi mereka mampu dengan baik untuk mencegah, meminimalisasi serta mengatasi segala bentuk kesulitan dan permasalahan dalam hidup. Resiliensi sebagai bentuk kapasitas seseorang dalam menghadapi dan menyelesaikan kesulitan (permasalahan) hidup yang kemudian ditransformasikan pada langkah-langkah penyelesaiannya (Kilic et al, 2013; Raisa & Ediaty, 2017; Utami & Helmi, 2017; Setyowati et al, 2010; Cahyani & Rahmasari, 2019; Cathlin et al, 2019; Dewi & Hendriani, 2014; Rizkina, 2018).

Pertanyaannya adalah faktor-faktor apakah yang dapat memberikan pengaruh pada resiliensi siswa di sekolah?. Hal ini penting untuk diketahui mengingat bahwa siswa merupakan individu yang memerlukan perhatian lebih dalam mencapai perkembangan diri. Karena itu, menumbuhkan resiliensi siswa merupakan aspek penting dan sebagai bekal bagi siswa dalam menghadapi tantangan dan kesulitan hidup. Tegasnya, dengan meningkatkan resiliensi pada diri siswa, mereka dapat mengembangkan ketrampilan hidup seperti bagaimana berkomunikasi, berinteraksi dan bersosialisasi, mampu membuat rencana hidup dan mampu mengambil langkah yang tepat bagi hidupnya (Rojas, 2015) mengubah situasi-situasi yang penuh tekanan menjadi sebuah kesempatan untuk pengembangan diri pribadi.

Bertolak pada pertanyaan di atas, terdapat dua faktor sebagai pembentuk resiliensi siswa. *Pertama*, faktor keterampilan sosial. Pada perannya, keterampilan sosial merupakan kemampuan individu dalam mewujudkan jaringan interaktif dengan orang lain dan kemampuan menyelesaikan masalah, sehingga memperoleh aklimatisasi yang harmonis di lingkungan masyarakat (Dewanti et al, 2016). Keterampilan sosial berfungsi sebagai sarana untuk menjalin hubungan yang baik (*feedback*) dalam berinteraksi dengan orang lain dan lingkungannya. Keterampilan sosial yang perlu dimiliki siswa dalam berinteraksi dengan orang lain mencakup (1) bekerjasama, berinteraksi, toleransi, menghormati hak-hak orang lain, dan memiliki kepekaan sosial; (2) memiliki kontrol diri; (3) berbagi pendapat dan pengalaman dengan orang lain (Wahyuti et al, 2015).

Kedua, faktor dukungan sosial. Pada perannya, dukungan sosial (*social support*) merupakan keadaan atau situasi pada perasaan nyaman, senang dan merasa terlindungi atas perhatian, penghargaan, bantuan yang diterima dari seseorang atau kelompok lain untuk dirinya. Menurut (Maslihah, 2011) mengemukakan dukungan sosial sebagai bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya, kehadiran orang lain yang dapat memberikan keuntungan emosional atau pengaruh pada tingkah laku penerimanya. Bentuk-bentuk dukungan sosial meliputi (1) dukungan penghargaan; (2) dukungan Emosional, (3) dukungan Instrumental, (4) dukungan informasi (Sarafino, 2011). Dukungan sosial diberikan dengan cara menyediakan dan menyampaikan informasi, memberikan saran dan masukan secara langsung, atau umpan balik tentang

Berpijak pada dua faktor sebagaimana dipaparkan di atas, memaknai bahwa urgensi keterampilan sosial dan dukungan sosial merupakan aspek penting dalam pembentukan tinggi-rendahnya resiliensi siswa. Ketika siswa ditandai dengan karakteristik resiliensi tinggi, ia cenderung *easygoing* dan mudah bersosialisasi, memiliki keterampilan berpikir yang baik, dan memiliki orang di sekitar yang mendukung (Murphey et al, 2013). Tegasnya, siswa dengan resiliensi tinggi mereka dapat mengintruksikan dan memonitoring diri dengan baik ketika berada dalam lingkungan sosial. Hasil penelitian oleh (Utomo et al, 2018) mengungkap peran intruksi diri memberikan pengaruh pada sikap dan perilaku sosial siswa, yaitu mengarahkan dan menggerakkan dirinya, serta (Prayogi & Utomo, 2021) mengungkap siswa dengan monitoring diri yang baik mereka mampu mengontrol

dan menempatkan dirinya melalui proses perekaman diri, yaitu memantau perkembangan sikap dan perilakunya dalam lingkungan sosialnya. Dari temuan tersebut memaknai bahwa peran resiliensi memberikan kemampuan pada siswa dalam mengarahkan dan mengontrol dirinya yang mencakup sikap dan perilaku sosialnya.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dipaparkan di atas, tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh keterampilan sosial dan dukungan sosial terhadap resiliensi siswa. Selama ini banyak kajian-kajian penelitian terdahulu mengungkap bahwa resiliensi siswa dipengaruhi oleh peran orang tua dan guru sebagai faktor pembentuk. Padahal jika dipahami dan ditelisik lebih mendalam, terdapat faktor lain sebagai pembentuk resiliensi siswa yaitu keterampilan sosial dan dukungan sosial. Bertolak dari asumsi tersebut, penelitian ini memfokuskan pada tinjauan pengaruh keterampilan sosial dan dukungan sosial (sebagai faktor pembentuk) terhadap resiliensi siswa.

METODE

Rancangan penelitian menggunakan metode korelasi dengan pendekatan model *one-short*, yaitu model pendekatan yang menggunakan satu kali pengumpulan data (Creswell, 2012). Metode korelasi digunakan dengan tujuan untuk mengetahui keterkaitan hubungan antar variabel ada tidaknya pengaruh variabel-variabel tersebut. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 10 Bengkulu. Lokasi penelitian dipilih berdasarkan temuan data awal lapangan (pra-penelitian), serta hasil observasi dan wawancara dengan guru dan konselor sekolah diperoleh hasil temuan bahwa resiliensi siswa tinggi dikarenakan siswa memiliki keterampilan sosial yang baik dan adanya dukungan sosial (lingkungan) sebagai penguat. Populasi penelitian ini yaitu siswa-siswi kelas VIII berjumlah 64 siswa dan terhitung aktif pada tahun pelajaran 2021/2022. Sampel penelitian berjumlah 64 siswa, pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling, penggunaan teknik total sampling didasarkan jumlah populasi dalam penelitian ini kurang dari 100 maka seluruh populasi dijadikan sebagai sampel penelitian.

Metode pengumpulan data menggunakan (1) skala keterampilan sosial, dukungan sosial dan resiliensi; (2) observasi, yaitu melalui proses pengamatan aktivitas siswa selama satu minggu; (3) wawancara, yaitu dengan mewawancarai guru dan konselor sekolah. Proses pelaksanaan penelitian diawali dengan uji validitas dan reliabilitas instrument penelitian yaitu skala keterampilan sosial dukungan sosial dan skala resiliensi.

Uji validitas instrumen menggunakan rumus *product moment*, hasil pengujian menunjukkan pada skala keterampilan sosial dan dukungan sosial terdapat 21 butir item valid dan terdapat 4 butir item tidak valid (gugur), sedangkan pada skala resiliensi terdapat 20 butir item valid dan terdapat 5 butir item tidak valid (gugur). Sedangkan uji reliabilitas menggunakan rumus *alpha cronbach*, hasil pengujian menunjukkan nilai koefisien *alpha cronbach* sebesar 0,909 lebih besar dari 0,7-0,79 (koefisien interval), hasil tersebut menunjukkan keseluruhan butir-butir/item skala

keterampilan sosial dan dukungan sosial memiliki reliabilitas tinggi (relatif ajeg) dan memiliki konsistensi tinggi untuk digunakan sebagai instrumen penelitian Analisis data penelitian menggunakan uji prasyarat dan hipotesis. Uji prasyarat meliputi (1) uji normalitas untuk mengetahui terdistribusi data normal atau tidak dengan menggunakan rumus chi kuadrat; (2) uji homogenitas untuk mengetahui sama tidaknya variasi-variasi dua buah distribusi atau lebih (homogen atau heterogen) dengan menggunakan rumus uji fisher; (2) uji linieritas untuk mengetahui apakah keterkaitan antara dua variabel yang bersifat linier. Sedangkan uji hipotesis penelitian menggunakan analisis regresi linier sederhana.

HASIL TEMUAN

1. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Deskripsi data hasil penelitian memaparkan hasil skor pengukuran skala keterampilan sosial dan dukungan sosial (variabel X) dan resiliensi (variabel Y). Deskripsi data hasil penelitian diuraikan berikut:

a. Skor Pengukuran Skala Keterampilan Sosial dan Dukungan Sosial

Berdasarkan hasil perhitungan Tip Speed Ratio (TSR), skor keterampilan sosial dan dukungan sosial siswa kelas VIII dan IX SMP Negeri 10 Kota Bengkulu diuraikan pada tabel berikut:

Tabel 1.2 Kategori TSR Variabel Keterampilan Sosial dan Dukungan Sosial

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	20	16,67%
Sedang	35	73,33%
Rendah	9	10%
Jumlah	64	100%

Hasil skor pada variabel keterampilan sosial dan dukungan sosial menunjukkan bahwa (1) terdapat 20 siswa masuk pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 16,67%; (2) terdapat 35 siswa masuk pada kategori sedang dengan persentase sebesar 73,33%; (3) terdapat 9 siswa masuk pada kategori rendah dengan persentase sebesar 10%.

b. Skor Pengukuran Skala Resiliensi

Berdasarkan hasil perhitungan TSR, skor resiliensi siswa kelas VIII dan IX SMP Negeri 10 Kota Bengkulu diuraikan pada tabel berikut:

Tabel 1.3 Kategori TSR Variabel Resiliensi

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	22	20%
Sedang	33	63,33%
Rendah	9	16,67%
Jumlah	64	30

Hasil skor pada variabel resiliensi bahwa (1) terdapat 22 siswa masuk pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 20%; (2) terdapat 33 siswa masuk pada

sedang dengan persentase sebesar 63,33%; (3) terdapat 9 siswa masuk pada kategori rendah dengan presentase sebesar 16,67%.

2. Uji Prasyarat

Uji prasyarat analisis dilakukan melalui tiga pengujian yaitu uji normalitas, homogenitas dan linieritas. Berdasarkan hasil analisis data, temuan menunjukkan (1) hasil uji normalitas menghasilkan nilai $X^2_{hitung} = -73,2148 < X^2_{tabel} = 7815$, maka H_0 diterima. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa distribusi data normal; (2) hasil uji homogenitas menghasilkan nilai F_{tabel} $dk_1 = 29$, $dk_2 = 29$, dan taraf signifikansinya 1%, maka nilai F_{tabel} sebesar 2,423 dan F_{hitung} 1,146. Hasil uji homogenitas menunjukkan bahwa $F_{hitung} < F_{tabel}$, hal ini berarti data tersebut Homogen; dan (3) hasil uji linieritas menghasilkan nilai $F_{hitung} = 0,45$. Selanjutnya nilai F_{hitung} dibandingkan dengan nilai F_{tabel} untuk $\alpha = 0,05$ dan $dk_{pembilang} = 19$ dan $dk_{pembanding} = 9$ diperoleh nilai $F_{tabel} = 2,94$ ternyata, nilai $F_{hitung} < F_{tabel}$ ($<$). Hasil uji linieritas menunjukkan bahwa model regresi berpola linier.

3. Uji Hipotesis Penelitian

Setelah dilakukan uji prasyarat analisis, selanjutnya dilakukan uji hipotesis penelitian. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

$H_0 \rightarrow$ Tidak terdapat pengaruh antara keterampilan sosial dan dukungan sosial terhadap resiliensi siswa di sekolah.

$H_a \rightarrow$ Terdapat pengaruh antara keterampilan sosial dan dukungan sosial terhadap resiliensi siswa di sekolah.

Pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi linier sederhana. Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan temuan menunjukkan (1) persamaan regresi linier menghasilkan nilai konstanta (a) sebesar 29,11; (b) koefisien regresi sebesar 6,28, hal ini menunjukkan adanya pengaruh positif variabel X (keterampilan sosial) dengan variabel Y (dukungan sosial); (2) nilai koefisien korelasi yaitu sebesar 0,72, hal ini berarti variabel X (keterampilan sosial) dan variabel Y (dukungan sosial) memiliki keeratan hubungan kuat (nilai interval 0,60–0,799); (3) nilai koefisien determinasi adalah 51,84 %, hal ini berarti variabel X (keterampilan sosial) dan variabel Y (dukungan sosial) mempengaruhi sebesar 51,84% sedangkan sisanya sebesar 48,16% dipengaruhi oleh faktor lain. Hasil analisis regresi linier sederhana ini menunjukkan H_a diterima dan H_0 ditolak. Hasil penelitian diperoleh kesimpulan terdapat pengaruh antara keterampilan sosial dan dukungan sosial terhadap resiliensi siswa di sekolah.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, temuan penelitian mengungkap bahwa terdapat pengaruh keterampilan sosial dan dukungan sosial terhadap resiliensi siswa di sekolah. Adanya pengaruh kedua variabel tersebut diperoleh berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) variabel X (keterampilan sosial dan dukungan sosial) dan variabel Y (resiliensi) memiliki pengaruh positif; (2) variabel X (keterampilan sosial dan dukungan sosial) dan variabel Y (resiliensi) memiliki hubungan kuat; (3) variabel X (keterampilan sosial dan dukungan sosial) dan variabel Y (resiliensi) memiliki keeratan dan

mempengaruhi. Hasil temuan juga diperkuat dari hasil analisis data menunjukkan (1) persamaan regresi linier menghasilkan nilai konstanta sebesar 29,11, koefisien regresi sebesar 6,28 hal ini berarti adanya pengaruh positif variabel X (keterampilan sosial dan dukungan sosial) dengan variabel Y (resiliensi); (2) nilai koefisien korelasi sebesar 0,72, hal ini berarti variabel X (keterampilan sosial dan dukungan sosial) dan variabel Y (resiliensi) memiliki keeratan hubungan kuat (nilai interval 0,60–0,799); (3) nilai koefisien determinasi adalah 51,84 %, hal ini berarti bahwa variabel keterampilan sosial dan dukungan sosial memberikan mempengaruhi terhadap variabel resiliensi.

Temuan lain juga diperoleh dari hasil observasi dan wawancara di lapangan mengungkap bahwa resiliensi siswa tinggi ditengarai oleh dua aspek yaitu (1) aspek keterampilan diri, aspek ini mencakup kemampuan siswa dalam berkomunikasi, berinteraksi, adaptasi, membangkitkan inspirasi, mampu mengatasi silang pendapat dan mampu menciptakan kerjasama di lingkungan sosialnya. Aspek ini menekankan pada keterampilan sosial pada siswa; (2) aspek lingkungan, aspek ini mencakup penerimaan lingkungan akan keberadaan diri seperti perhatian, bantuan, *support*, dukungan dan perlindungan. Aspek ini menekankan pada dukungan sosial pada siswa. Kedua aspek tersebut memberikan pengaruh terhadap resiliensi siswa.

Pengaruh keterampilan sosial dan dukungan sosial terhadap resiliensi siswa dikarenakan keterampilan sosial dan dukungan sosial merupakan suatu proses stimulus-respon yang mengarahkan kemampuan diri (dalam diri) dan lingkungan (luar diri). Peran kemampuan diri ini mengarahkan siswa pada upaya membangun hubungan dan peran lingkungan ini mengarahkan pada penghargaan diri (dukungan sosial) melalui proses interaksi. Proses tersebut memberikan manfaat bagi siswa antara lain meningkatkan kesejahteraan psikologis, kesejahteraan tersebut sebagai kondisi atau gambaran kesejahteraan diri yang mencakup kebahagiaan hidup dan kemampuan diri dalam menjalankan arah dan tujuan hidup (Zubaidah & Utomo, 2021). Serta sebagai proses penyesuaian diri dengan menyediakan rasa memiliki, memperjelas identitas diri, menambah harga diri dan mengurangi stres, meningkatkan dan memelihara kesehatan fisik (Mufidah, 2017). Tegasnya, melalui interaksi individu dengan teman dekat atau representasi sosial psikologis individu inilah sebagai sumber untuk melawan stres dan memenuhi kebutuhan dasar (Lopez, 2011).

Ditinjau secara teoretik, peran keterampilan sosial dan dukungan sosial terhadap resiliensi siswa yaitu membantu siswa dalam berinteraksi, beradaptasi, memenuhi kebutuhan yang dirasa sulit, menemukan cara efektif untuk keluar dari masalah, merasa dirinya dihargai, dicintai dan dilindungi, serta meningkatkan kepercayaan diri siswa mampu untuk menjalani kehidupan dengan lebih baik. Menurut (Simbolon, 2018), mengemukakan keterampilan sosial merupakan kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain dalam satu konteks sosial dengan suatu cara yang spesifik yang secara sosial dapat diterima atau dinilai dan menguntungkan orang lain. Sedangkan menurut Johnson dan Jhonson, dukungan sosial merupakan keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk memberi

bantuan, semangat, penerimaan dan perhatian, sehingga bisa meningkatkan kesejahteraan hidup bagi individu yang bersangkutan (Saputri & Sakti 2015).

Dari telaah teoritik yang telah dipaparkan di atas, memaknai bahwa keterampilan sosial dan dukungan sosial nampaknya dijadikan alat dan piranti bagi siswa dalam meningkatkan resiliensinya. Peran keterampilan sosial sebagai suatu kemampuan untuk menilai apa yang sedang terjadi dalam suatu situasi sosial; keterampilan untuk merasa dan dengan tepat menginterpretasikan tindakan dan kebutuhan dari anak-anak di kelompok bermain; kemampuan untuk membayangkan bermacam-macam tindakan yang memungkinkan dan memilih salah satunya yang paling sesuai (Sujiono, 2009). Sedangkan peran dukungan sosial sebagai sesuatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya. Pada keadaan tersebut individu akan mengetahui bahwa orang lain memperhatikan, menghargai, dan mencintai dirinya (Kusrini, 2014). Kedua peran inilah sebagai penyokong dan penguat resiliensi siswa, dan memberikan kapasitas siswa untuk menghadapi dan mengatasi kesulitan serta diperkuat atau ditransformasikan oleh kesulitan-kesulitan dalam hidup.

Pada peran kebermaknaannya, keterampilan sosial dan dukungan sosial berperan sebagai penguat resiliensi siswa dalam menciptakan hubungan sosial, penerimaan diri terhadap lingkungan sosial, dan memecahkan masalah sosial yang dihadapi. Peran keterampilan sosial disini sebagai perilaku-perilaku yang mendukung kesuksesan hubungan sosial dan memungkinkan individu untuk bekerja bersama orang lain secara efektif (Arends, 2008) Sedangkan peran dukungan sosial disini sebagai umpan balik yang diberikan individu kepada individu lain meliputi perhatian, menghormati, menghargai, dicintai dan dilibatkan dalam lingkungannya (Maharini & Hartati, 2021). Kedua aspek tersebut secara simultan memberikan pengaruh pada resiliensi siswa, yaitu sebagai kekuatan dasar yang menjadi fondasi dari semua karakter positif dalam membangun kekuatan emosional dan psikososial individu (Khomsah et al, 2018), serta memberikan kemampuan untuk merespon permasalahan dengan baik, kemampuan untuk berhasil dalam menghadapi kesengsaraan, serta mampu untuk memiliki harapan yang lebih dalam keadaan kesulitan (Pidgeon et al, 2014).

Relevansi peran keterampilan sosial dan dukungan sosial terhadap resiliensi siswa yaitu sebagai sumber belajar siswa berupa pengalaman yang dilaluinya dari berbagai situasi kondisi yang dialaminya, semakin banyak situasi yang dialami selama proses interaksi maka semakin tinggi resiliensi siswa. Tegasnya, dengan meningkatkan resiliensi maka siswa dapat mengembangkan ketrampilan hidup seperti bagaimana berkomunikasi, kemampuan yang realistik dalam membuat rencana hidup dan mampu mengambil langkah yang tepat bagi hidupnya (Rojas, 2015). Hasil positif yang terkait dengan resiliensi yaitu pengentasan efek negatif dari stres, peningkatan dalam beradaptasi, dan pengembangan keterampilan coping yang efektif untuk menghadapi perubahan dan kesulitan (Keye & Pidgeon, 2013). Sedangkan dilihat dari sumber terbentuknya, resiliensi bersumber dari (1) faktor kepribadian; (2) faktor biologis; faktor lingkungan (Herrman, 2011).

Berdasarkan hasil temuan dan pembahasan yang telah dipaparkan di atas, hasil penelitian ini mengungkap bahwa keterampilan sosial dan dukungan sosial sebagai faktor pembentuk yang bersifat internal dan eksternal yang datang dari dalam dan luar diri siswa, kedua faktor tersebut memberikan kemampuan siswa dalam beradaptasi dan tetap teguh dalam situasi atau kondisi sulit. Ketika siswa dapat pada resiliensi tinggi, ia dapat dengan baik dan memiliki kemampuan manajemen diri, meliputi (1) pengaturan emosi (*emotion regulation*); (2) pengendalian gerak (*impulse control*); (3) optimisme (*realistic optimism*); (4) kemampuan menganalisis masalah (*causal analysis*); (5) empati (*emphaty*); (6) efikasi diri (*self-efficacy*); (7) pencapaian (*reaching out*).

SIMPULAN

Hasil temuan dan pembahasan sebagaimana telah dipaparkan menunjukkan bahwa pengaruh keterampilan sosial dan dukungan sosial terhadap resiliensi siswa yaitu membantu siswa dalam berinteraksi, beradaptasi, memenuhi kebutuhan yang dirasa sulit, menemukan cara efektif untuk keluar dari masalah, merasa dirinya dihargai, dicintai dan dilindungi, serta meningkatkan kepercayaan diri siswa mampu untuk menjalani kehidupan dengan lebih baik. Hasil penelitian mengungkap bahwa pembentukan resiliensi siswa tinggi ditengarai oleh dua aspek yaitu (1) aspek keterampilan diri, aspek ini menekankan pada keterampilan sosial pada siswa seperti kemampuan berkomunikasi, berinteraksi, adaptasi, kerjasama; (2) aspek lingkungan, aspek ini menekankan pada dukungan sosial pada siswa seperti perhatian, bantuan, *support*, dukungan dan perlindungan. Kedua aspek tersebut memberikan pengaruh terhadap resiliensi siswa.

Berdasarkan hasil dan temuan penelitian, penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu fokus pada studi korelasi. Saran bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengungkap peran keterampilan sosial dan dukungan sosial sebagai faktor-faktor pembentuk resiliensi siswa. Rekomendasi yang ditawarkan yaitu hasil penelitian dapat dijadikan bahan acuan dan pengayaan baik secara teoretik dan praktik terkait peran dan pengaruh keterampilan sosial dan dukungan sosial terhadap resiliensi siswa.

REFERENSI

- Arends, R. I. (2008). *Learning to teach: Belajar untuk mengajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azmy, T. N. N., & Hartini, N. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial dan Harapan terhadap Resiliensi pada Remaja dengan Latar Belakang Keluarga Bercerai. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 621–628. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.26794>
- Bali, M. M. E. I. (2017). Model interaksi sosial dalam mengelaborasi keterampilan sosial. *Pedagogik: Jurnal Pendidikan*, 4(2).
- Cahyani, Y. U., & Rahmasari, D. (2019). Resiliensi pada Remaja Awal yang Orangnya Bercerai. *Indonesian Psychological Research*, 1(2), 36–44. <https://doi.org/10.29080/ipr.v1i2.186>

- Cathlin, C. A., Anggreany, Y., & Dewi, W. P. (2019). Pengaruh Harapan Terhadap Resiliensi Wanita Dewasa Muda Yang Pernah Mengalami Abortus Spontan. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 6, 1-13. <https://doi.org/10.24854/jpu02019-106>
- Creswell, J. W. 2012. *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research. Fourth Edition*. Boston: Pearson.
- Dewanti, T. C., Widada, W., & Triyono, T. (2016). Hubungan antara keterampilan sosial dan penggunaan gadget smartphone terhadap prestasi belajar siswa SMA Negeri 9 Malang. *Jurnal kajian bimbingan dan konseling*, 1(3), 126-131.
- Dewi, N. R., & Hendriani, W. (2014). Faktor protektif untuk mencapai resiliensi pada remaja setelah perceraian orangtua. *Psikologi Kepribadian Dan Sosial*, 03(03), 38-39.
- Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B., & Yuen, T. (2011). What is resilience? *Can Jpsychiatry*, 56(5), 258-265.
- Khomsah, N. R., Mugiarto, H., & Kurniawan, K. (2018). Layanan konseling kelompok untuk meningkatkan resiliensi siswa. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling*, 7(2), 46-53.
- Rojas, L. F. (2015). Factors affecting academic resilience in middle school students: A case study. *Gist: Education and Learning Research Journal*, (11), 63-78.
- Keye, M. D., & Pidgeon, A. M. (2013). An Investigation of the relationship between resilience, mindfulness, and academic self-Efficacy. *Open Journal Of Social Sciences*, 1(6), 1-4. doi: [10.4236/jss.2013.16001](https://doi.org/10.4236/jss.2013.16001)
- Kilic, S. A., Dorstyn, D. S., & Guiver, N. G. (2013). Examining factors that contribute to the process of resilience following spinal cord injury. *Spinal cord*, 51(7), 553-557.
- Kusrini, W., & Prihartanti, N. (2014). Hubungan dukungan sosial dan kepercayaan diri dengan prestasi bahasa inggris siswa kelas viii smp negeri 6 boyolali. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 15(2), 131-140.
- Lopez, S. J. (Ed.). (2011). *The encyclopedia of positive psychology*. John Wiley & Sons.
- 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(2), 12-25.
- Maslihah, S. (2011). Studi tentang hubungan dukungan sosial, penyesuaian sosial di lingkungan sekolah dan prestasi akademik siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi*, 10(2), 103-114. DOI: <https://doi.org/10.14710/jpu.10.2.103-114>
- Masten, A. S. (2007). Resilience in developing systems: Progress and promise as the fourth wave rises. *Development and psychopathology*, 19(3), 921-930. DOI: 10.1017/S0954579407000442
- Mufidah, A. C. (2017). Hubungan antara dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa bidikmisi dengan mediasi efikasi diri. *Jurnal Sains Psikologi*, 6(2), 68-74
- Murphey, D., Barry, M., & Vaughn, B. (2013). Positive mental health: Resilience. *Child Trends: Positive Mental Health Resilience, January* (January), 1-6.

- Pidgeon, A. M., Coast, G., Coast, G., Coast, G., & Coast, G. (2014). Examining characteristics of resilience among university students: An international study. *Open journal of social sciences*, 2(11), 14.
- Prayogi, F., & Utomo, P. (2021). Cognitive-Behaviour Modification: Kemanjuran Teknik Self-Instruction Sebagai Media Untuk Meningkatkan Motivasi Berprestasi Peserta Didik. *Lentera: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 14(1), 209-218. <https://doi.org/10.52217/lentera.v14i1.958>
- Raisa, R., & Ediati, A. (2017). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada narapidana di lembaga pemasyarakatan kelas iia wanita semarang. *Jurnal empati*, 5(3), 537-542
- Reich, J. W., Zatura, A. J., & Hall, J. S. (2010). *Handbook of adult resilience*. New York: The Guilfor Press.
- Rizkina, S. (2018). Pengaruh Dukungan Sosial dan Harapan terhadap Resiliensi Anak Didik Lapas Kelas IIA Salemba. *Jurnal Raudhah*, 6(02), 1-15.
- Rojas, F. L. (2015). Factors affecting academic resilience in middle school students: A case study. *Gist Education and Learningresearch Journal*, 11(11), 63-78.
- Saputri S. K., & Sakti, H. (2015). Dukungan sosial dan subjective well being pada tenaga kerja wanita PT. Arni family ungaran. *Jurnal Empati*, 4(4), 208-216.
- Sarafino, E. P. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction*. Seventh Edition. New York : John Wiley & Sons, Inc.
- Setyowati, A., Hartati, S., & Sawitri, D. R. (2010). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada siswa penghuni rumah damai. *Jurnal Psikologi Undip*, 7(1).
- Simbolon, E. T. (2018). Pentingnya Keterampilan Sosial Dalam Pembelajaran. *Jurnal Christian Humaniora*, 2(1), 40-52.
- Sujiono, Y. N. (2009). *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: PT Indeks.
- Utami, C. T. (2017). Self-efficacy dan resiliensi: Sebuah tinjauan meta-analisis. *Buletin Psikologi*, 25(1), 54-65.
- Utomo, P., Atmoko, A., & Hitipeuw, I. (2018). Peningkatan motivasi berprestasi siswa SMA melalui cognitive behavior counseling teknik self-instruction dan self-monitoring. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 3(4), 416-423. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v3i4.10725>
- Wahyuti, S. M. (2015). Pengembangan Keterampilan Sosial Siswa Melalui Pemahaman Multikultural dalam Bimbingan Konseling. *Jurnal ISPI*, 2(1), 26-34.
- Wiela., & Wirawan, H.E. (2009). Gambaran Resiliensi Pada Individu Yang Pernah Hidup Di Jalanan. *Jurnal Sosial & Humaniora*, 2(1), 69-97.
- Zubaidah, Z., & Utomo, P. (2021). Kesejahteraan Psikologis Anak Autis Ditinjau dari Layanan Bimbingan dan Konseling Berkebutuhan Khusus di Sekolah. *Jurnal Hawa: Studi Pengarus Utamaan Gender dan Anak*, 3(1), 25-32. <http://dx.doi.org/10.29300/hawapsga.v3i1.5420>