

Ketahanan Remaja Pasca Putus Cinta: Adakah Pengaruh Dukungan Sosial Dan Religiusitas?

Adolescents Resilience After a Breakup: Is there an Influence of Social Support and Religiosity?

Nandy Alwidyatmiko^(1*), Puspa Rahayu Utami Rahman⁽²⁾ & Dinda Aisha⁽³⁾
Fakultas Psikologi, Universitas Buana Perjuangan Karawang, Indonesia

Disubmit: 10 Agustus 2024; Direview: 24 September 2024; Diaccept: 26 November 2024; Dipublish: 08 Desember 2024

*Corresponding author: ps20.nandyalwidyatmiko@mhs.ubpkarawang.ac.id.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara dukungan sosial dan religiusitas terhadap resiliensi pada remaja akhir pasca putus cinta. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dan jumlah responden yang didapatkan sebanyak 290 responden. Alat ukur yang digunakan adalah *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) untuk mengukur dukungan sosial dan *The Centrality of Religiosity* (CRS) digunakan untuk mengukur religiusitas, dan *The Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) digunakan untuk mengukur resiliensi. teknik analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis regresi berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara bersama-sama dukungan sosial dan religiusitas berpengaruh terhadap resiliensi sebesar 21,8%. Selanjutnya 78,2% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, Religiusitas, Resiliensi, Remaja Akhir Pasca Putus Cinta.

Abstract

This study aims to determine the effect between social support and religiosity on resilience in late adolescents after breakup. This study uses a purposive sampling technique and the number of respondents obtained is 290 respondents. The measuring tools used are the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MPSS) to measure social support and The Centrality of Religiosity (CRS) is used to measure religiosity, and The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) is used to measure resilience. The analysis technique used in this study is multiple regression analysis. The results of this study show that together social support and religiosity have an effect on resilience by 21.%. Furthermore, 78.2% were influenced by other factors that were not studied.

Keywords: Social Support, Religiosity, Resilience, Late Adolescent Individuals After Romantic Breakups.

DOI: <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v5i3.446>

Rekomendasi mensitasi :

Alwidyatmiko, N., Rahman, P. R. U., Aisha, D. (2024), Ketahanan Remaja Pasca Putus Cinta: Adakah pengaruh Dukungan Sosial dan Religiusitas?. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 5 (3): 605-613.

PENDAHULUAN

Cinta merupakan keterikatan emosional yang dapat dirasakan antara satu individu dengan individu lainya seperti cinta kepada orang tua, keluarga dan cinta pada pasangan. Menurut Heriyadi (dalam Laksono, 2022) cinta merupakan perjalanan emosional yang kuat dan sangat berkaitan dengan pengalaman pribadi yang dijalani dan dirasakan setiap individu yang saling mencintai. Cinta dan manusia tidak bisa dipisahkan tak terkecuali dalam kisah percintaan remaja akhir. Menurut Mappiare (dalam Ali & Asrori, 2018) masa remaja akhir berlangsung antara umur 17/18 tahun-21/22 tahun. Hurlock (dalam Tacasily & Soetjningsih, 2021) menjelaskan kisah cinta yang berjalan dengan lancar akan membuat individu merasa bahagia, sebaliknya individu akan merasa sedih jika kisah cinta tidak berjalan lancar.

Pada kenyataanya remaja memungkinkannya timbulnya suatu ketegangan atau gangguan emosional yang dapat mengakibatkan emosi remaja menjadi tidak stabil (Endrastuty & Setiwati, 2019). Hal ini akan menimbulkan remaja mengalami konflik yang dapat berakhir dengan putus cinta. Menurut Paphazy (dalam Wahyuni & Wulandari, 2022) salah satu masalah yang menjadi perhatian remaja adalah putus cinta.

Putus cinta merupakan suatu keadaan dimana berakhirnya hubungan yang telah dijalani oleh individu selama rentan beberapa waktu. Sejalan dengan pendapat Linda (dalam Krismiati & Reza, 2021) bahwa putus cinta ialah selesainya suatu hubungan yang telah dijalani selama beberapa waktu. Lindenfield (dalam Pramudianti, 2020) mengungkapkan

faktor penyebab putusnya hubungan cinta yang muncul yaitu banyaknya rahasia tersimpan, cemburu yang berlebihan selanjutnya menghilangnya kepercayaan, bertentangan dengan keluarga, kehadiran orang ketiga, cinta sesaat, dan hubungan jarak jauh.

Individu setelah putus cinta mengalami reaksi emosi seperti marah, sedih, cemas, malu, perasaan beresalah dan depresi (Reivich & Shatte dalam Kalsum & Laksmiwati, 2023). Ketika reaksi yang dialami remaja sudah berlebihan seperti berlarut dalam kesedihan selama beberapa bulan atau penyesalan yang tidak kunjung hilang serta stress yang mengganggu konsentrasi belajar, tentu akan menjadi masalah besar bagi remaja dan menimbulkan perilaku agresif, menarik diri dari lingkungan sosial dan depresi (Purba & Kusumawati, 2019).

Seperti permasalahan remaja pasca putus cinta yang terjadi di Makassar, Sulawesi Selatan 2 November 2022 yang mengamuk dan mengancam warga dan penjaga gerai pulsa setelah mengalami putus cinta (CNN Indonesia, 2022). Selanjutnya di Karawang, Jawa Barat 16 Mei 2021 seorang remaja berusia 17 tahun mengakhiri hidupnya dengan cara gantung diri di plafon kamar karena tidak rela hubungan dengan pasangannya berakhir (KumparanNews, 2021). Kemudian di Penajam Paser Utara, Kalimantan Timur, 2 Februari 2024 seorang remaja berusia 16 tahun nekat membunuh 1 keluarga dengan motif sakit hati akibat dari putus cinta karena tidak direstui oleh orang tua korban (BBC Indonesia, 2024). Kasus bunuh diri terjadi pula di Bantul, Yogyakarta, 31 Maret 2024 seorang mahasiswi berusia 22 tahun ditemukan

tewas diduga bunuh diri di kamar kosnya karena mengalami putus cinta (CNN Indonesia, 2024). Remaja yang berkeinginan bunuh diri pasca mengalami putus cinta merasakan kesedihan yang mendalam, sulit menerima kenyataan, merasa sedih dan sebagainya (Ulfah, 2016).

Salah satu upaya untuk meminimalisir dampak negatif yang dirasakan oleh individu pasca putus cinta agar dapat bangkit dari keterpurukan yang dialaminya, remaja perlu memiliki kemampuan untuk menghadapi berbagai kesulitan yaitu resiliensi. Connor dan Davidson (dalam Mujahidah & Listiyandini, 2018) berpendapat kualitas pribadi agar bisa berkembang ketika mengalami kesulitannya disebut sebagai resiliensi. Individu yang memiliki resiliensi yang baik akan cenderung memahami bahwa kesalahan dan masalah bukanlah akhir dari segalanya, individu akan belajar dari kesalahan dan masalah yang dihadapinya untuk memecahkan persoalan kehidupan secara bijaksana, energik dan penuh pertimbangan (Muhammad dkk., 2018). Oleh karena itu, remaja akan terbantu meningkatkan faktor protektif untuk menghadapi suatu kesulitan atau tantangan dari faktor resiko seperti depresi.

Resiliensi memiliki persamaan kata yaitu kesiapan, katahanan, ketekunan dan efikasi diri (Yusuf & Widodo, 2024). Resiliensi menurut Reivich dan Shatte (dalam Aska dkk., 2022) merupakan kemampuan manusia dalam memberikan respon pada kondisi yang kurang menyenangkan, trauma serta dalam kehidupan sehari – harinya. Sedangkan menurut Yu dan Zhang (dalam Yuliandina dkk., 2023) resiliensi merupakan kemampuan individu untuk menyesuaikan

dirinya serta bertahan hidup setelah menghadapi kejadian yang kurang menyenangkan atau traumatik dalam hidupnya. Menurut Connor dan Davidson (dalam Rahman dkk., 2024) resiliensi memiliki lima aspek, yang pertama adalah kegigihan dan kompetensi. Kedua, kepercayaan terhadap diri sendiri dan toleransi terhadap dampak negatif. Ketiga, kemampuan menerima perubahan dan membangun hubungan yang aman dengan orang lain. Keempat, pengendalian atau kemampuan untuk mengontrol diri dan mencapai tujuan. Kelima, kerohanian, yang berhubungan dengan kemampuan untuk berjuang karena keyakinan pada Tuhan dan takdir.

Pra-penelitian yang dilakukan pada tanggal 15 dan 16 Januari 2024 melalui *google form* kepada 94 responden berusia 18-22 tahun yang mengalami putus cinta dengan rentang waktu 1 tahun terakhir dan berdomisili di Kabupaten Karawang. Berdasarkan hasil pra-penelitian yang dilihat dari aspek resiliensi menunjukkan bahwa 39 dari 94 atau 41% partisipan mengalami kesulitan dalam mengatasi perasaan yang tidak menyenangkan pasca putus cinta. Kemudian 64 dari 94 atau 68% partisipan, cenderung tidak dapat melewati masa sulit meskipun sudah berpengalaman mengatasi hal yang serupa sebelumnya. Kemudian pada aspek optimisme menunjukkan bahwa 49 dari 94 atau 52%, remaja cenderung tidak mampu menghadapi masalah yang akan datang pasca putus cinta. faktor penyebab remaja akhir yang mengalami putus cinta di kabupaten karawang diketahui bahwa 31% karena perselingkuhan, 25% karena komunikasi yang buruk, selanjutnya 13% disebabkan karena konflik dengan

pasangan dan faktor lainya seperti perbedaan agama dan konflik dengan orang tua.

Salah satu faktor eksternal yang memengaruhi resiliensi adalah dukungan sosial. Bagi remaja dukungan sosial yang diterimanya akan membantu dalam memfasilitasi perkembangan ataupun kematangan kepribadiannya khususnya kematangan pada resiliensi (dalam Muhammad dkk., 2018). Kemudian salah satu faktor internal yang memengaruhi resiliensi adalah religiusitas. Menurut Wagnid dan Young (dalam Prapanca, 2017) dalam mengembangkan resiliensi, peran religiusitas cukup penting karena salah satu faktor internal yang memengaruhi resiliensi adalah religiusitas. Hal ini sejalan dengan penelitian Purnama dan Romlah (2021) mengungkapkan dukungan sosial dan religiusitas memiliki hubungan yang positif dengan resiliensi. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Warta dan Neviyani (2022) mengungkapkan bahwa secara kolektif memberikan kontribusi dukungan sosial dan religiusitas terhadap resiliensi.

Dukungan Sosial menurut Zimet dkk (dalam Tourniawan dkk., 2023) adalah evaluasi subjektif terhadap kecukupan dukungan sosial di lingkungan sekitar dalam bentuk pengakuan, penghargaan, evaluasi subjektif, instrumental, serta dukungan informasi. Aspek-aspek dukungan sosial menurut Zimet dkk (dalam Hasbi & Alwi, 2022) yaitu; keluarga (*family*) dukungan keluarga membantu individu menemukan solusi permasalahan, aspek selanjutnya teman (*friends*), dukungan teman membantu individu mengetahui informasi berguna, memberikan hiburan, dan menolong dalam

kegiatan sehari-hari, kemudian aspek yang terakhir adalah orang penting lainnya (*significant others*), dukungan dari orang tertentu berperan penting dalam kehidupan individu. Mitchell dan Zimet (dalam Mardiah dkk., 2017) berpendapat bahwa aspek *significant others* relevan dengan remaja yang pada tahap perkembangan tersebut memang sedang tertarik dengan lawan jenisnya dan remaja banyak dipengaruhi oleh orang dewasa yang bukan bagian dari keluarga. Penelitian yang dilakukan oleh Jannah dan Rohmatun(2018) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan positif atau signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi. Selanjutnya penelitian Laksana dan Virlia (2019) juga mengungkapkan terdapat pengaruh positif dukungan sosial terhadap resiliensi.

Faktor selanjutnya yang turut memengaruhi resiliensi adalah religiusitas. Menurut Huber dan Huber (2012) religiusitas merupakan keyakinan yang dimiliki individu untuk melihat dunia sedemikian rupa sehingga memengaruhi pengalaman dan perilaku individu dalam kehidupan sehari-hari. Aspek-aspek religiusitas menurut Huber dan Huber (2012) yang pertama adalah aspek intelektual (*intellectual*) merupakan pengetahuan yang dimiliki individu mengenai agamanya, sehingga dapat menjelaskan pandangan individu mengenai Tuhan, Agama, dan keberagaman, aspek selanjutnya ideologi (*ideology*) merupakan kepercayaan yang dimiliki individu mengenai agamanya, aspek praktik public (*public practice*) merupakan ibadah yang dilakukan individu dan dimanifestasikan dalam ritual, upacara, aktivitas keagamaan, aspek praktik privat (*private practice*)

merupakan ibadah yang dilakukan individu yang ditunjukkan dengan mencurahkan dirinya kepada Tuhan dalam aktivitas, ibadah, dan ritual yang dilakukan sendiri, aspek yang terakhir yaitu pengalaman beragama (*religious experience*), pengalaman beragama mengacu pada pengalaman kontak langsung individu dengan Tuhan, sehingga berdampak secara emosional pada diri individu tersebut. Penelitian yang dilakukan Hasanah (2019) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara religiusitas dengan resiliensi. Selanjutnya penelitian yang dilakukan Suprpto (2020) mengungkapkan terdapat pengaruh religiusitas terhadap resiliensi.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan religiusitas terhadap resiliensi pada remaja akhir pasca putus cinta.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan yaitu kasualitas. Adapun metode sampel adalah *non-probability sampling* dengan teknik *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dengan menentukan kriteria-kriteria tertentu (Sugiyono, 2021)

Responden yang terlibat berjumlah 290 individu remaja akhir yang berusia 17-22 tahun, berdomisili di Kabupaten Karawang dan mengalami putus cinta dengan rentang waktu 1 tahun terakhir. Kuisioner daring disebar menggunakan *google form* pada tanggal 5-10 Juni 2024 yang mencakup bagian identitas responden dan skala dari setiap variable yang diteliti.

Definisi operasional pada variable resiliensi yaitu kemampuan individu dalam melakukan penyesuaian positif untuk mencapai keberhasilan individu dalam menangani *stress* atau tekanan yang dihadapinya. Selanjutnya dukungan social yaitu evaluasi subjektif individu mengenai kecukupan dukungan social di lingkungan sekitar dalam bentuk pengakuan, penghargaan, evaluasi subjektif, instrumental serta dukungan informasi. Definisi operasional pada variabel religiusitas yaitu sistem dari kepercayaan, sikap, upacara, serta keyakinan yang dimiliki oleh individu untuk memandang dunia yang memengaruhi pengalaman dan perilaku individu dalam kehidupan sehari-harinya.

Skala psikologi yang digunakan dalam pengumpulan data adalah *Multidimensional Scale of Perceived Sosial Support* (MSPSS) terdiri dari 12 item yang diadaptasi dari Tourniawan dkk (2023) berdasarkan teori Zimet dkk (1988), Selanjutnya *The Centrality of Religiosity Scale* (CRS) terdiri dari 15 item yang diadopsi berdasarkan teori dari (Huber & Huber, 2012) dan *The Connor-Davidson Resillience Scale* (CD-RISC) terdiri dari 25 item yang diadaptasi dari (Rahman dkk., 2024) berdasarkan teori Connor dan Davidson.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi linier berganda dengan program SPSS *version 26 for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang didapat menghasilkan sebanyak 290 reponden dengan kriteria remaja akhir berusia 17-22 tahun, berdomisili di Karawang dan mengalami putus cinta dengan rentang waktu 1 tahun

terakhir. Berdasarkan data yang diperoleh bahwa sebanyak 30,6% berjenis kelamin laki-laki dan 69,3% berjenis kelamin perempuan, selanjutnya responden dengan usia 17-19 tahun sebanyak 40,6%, sedangkan 68,6% berada pada usia 20-22 tahun. Kemudian dari data yang diperoleh, jarak putus cinta dengan rentang waktu 1-6 bulan sebanyak 35,8%, sedangkan jarak putus cinta dengan rentang waktu 7-12 bulan sebanyak 64,1%.

Reliabilitas dan hipotesis pada penelitian ini dilakukan secara kuantitatif dengan teknik analisis regresi berganda. Data tersebut diolah dengan menggunakan program SPSS *Version 26 for windows*. Hasil uji reliabilitas dengan menggunakan teknik varian *Alpha Cronbach* pada skala resiliensi menunjukkan nilai sebesar 0,925, kemudian skala dukungan sosial mendapatkan nilai sebesar 0,939, dan skala religiusitas menunjukkan nilai sebesar 0,877. Berdasarkan pernyataan Azwar (2021) ketiga skala mendapatkan nilai diatas 0,600 sehingga layak digunakan.

Tabel 1 Pengaruh Setiap Variabel Terhadap Resiliensi

Varriabel	Sig.
(Constant)	0.000
Dukungan sosial	0.000
Religiusitas	0.000

Berdasarkan tabel 1. variabel dukungan sosial menunjukkan nilai sig. sebesar 0.000($p < 0.05$), sehingga variabel dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap resiliensi pada remaja akhir pasca putus cinta. Menurut Karadag dkk (2019) emosi positif dapat diciptakan melalui dukungan sosial yang dapat meningkatkan resiliensi. Dengan adanya dukungan sosial maka individu dapat bertahan dan bangkit menghadapi kesulitan (Kerebunu & Santi, 2021). Hal sependapat dengan penelitian yang dilakukan oleh Jannah dan Rohmatun

(2018) mengungkapkan bahwa tingginya dukungan sosial yang didapatkan individu maka akan baik pula resiliensinya. Pada variabel religiusitas menunjukkan nilai sig. 0.000($p < 0.05$) artinya variabel religiusitas memiliki pengaruh terhadap resiliensi pada remaja akhir pasca putus cinta. Menurut Herman (dalam Suprpto, 2020) religiusitas adalah faktor pada diri individu yang memengaruhi resiliensi. Hal ini sependapat dengan hasil penelitian Suprpto (2020) bahwa individu yang religiusitasnya tinggi memiliki tingkat resiliensi yang tinggi, sedangkan individu yang religiusitasnya rendah memiliki tingkat resiliensi yang rendah pula.

Tabel 2 Pengaruh Dukungan Sosial dan Religiusitas terhadap Resiliensi

Variabel	R Square
Dukugan sosial dan religiusitas	0.218

Berdasarkan tabel 2. didapatkan hasil *R Square* 0.218 dari hasil tersebut menunjukkan adanya sumbangan efektif dimana variabel dukungan sosial dan religiusitas secara simultan berperan terhadap resiliensi pada remaja akhir pasca putus cinta sebesar 21,8%. Hal ini sependapat dengan hasil penelitian Warta dan Neviyarni (2022) mengungkapkan bahwa secara simultan didapati kontribusi dukungan sosial dan religiusitas terhadap resiliensi. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Setiawan dan Pratitis (2016) mengungkapkan dukungan sosial dan religiusitas bersama-sama berkolerasi sangat signifikan. Pada penelitian ini sebesar 78,2% disebabkan oleh faktor lain. Adapun faktor lainnya menurut Reivich dan Shatte (dalam Hendriani, 2018) yang memengaruhi resiliensi yaitu pengendalian impuls, regulasi emosi, optimisme, analisis kausal, efikasi diri, empati serta pencapaian.

Tabel 3 Hasil Uji Beda secara Simultan pada Variabel Resiliensi.

Kriteria	Mean	Sig.
Usia	0.717	0.007
Gender	0.800	0.447
Jarak Putus Cinta	0.442	0.894
Alasan Berpisah	0.925	0.682

Berdasarkan tabel 3. Menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada variabel resiliensi yang ditinjau dari gender, jarak putus cinta, dan alasan berpisah. Namun ada perbedaan yang signifikan pada variabel resiliensi yang ditinjau dari usia. Rentang usia pada penelitian ini adalah 17-22 tahun selanjutnya yang menunjukkan ada perbedaan yang tinggi yaitu pada usia 21 dan 22 tahun, hal ini dilihat dari hasil nilai sig. < 0,05. Menurut Bonanno dkk (dalam Pujiyanto dkk., 2022) individu dengan usia yang lebih tua cenderung lebih resilien daripada individu yang lebih muda dan individu yang lebih tua cenderung kompeten dalam mengidentifikasi solusi dan memecahkan masalah.

Hasil penyebaran data kepada 290 responden dengan kriteria remaja akhir berusia 17-22 tahun, berdomisili di kabupaten Karawang serta mengalami putus cinta dengan rentang waktu 1 tahun terakhir terdiri dari 3 skala psikologi diantaranya yaitu skala dukungan sosial, skala religiusitas dan skala resiliensi, setiap skala dibagi menjadi 3 kategorisasi yaitu rendah, sedang dan tinggi. Pada skala dukungan sosial menunjukkan bahwa responden dengan kategori rendah sebanyak 14 individu atau sebesar 4.8%, selanjutnya responden yang memiliki dukungan sosial yang sedang sebanyak 96 individu atau sebesar 33.1%. Kemudian responen dengan kategori tinggi sebanyak 180 indiviu atau sebesar 62.2%. Pada skala religiusitas menunjukkan bahwa

responden yang memiliki religiusitas rendah sebanyak 4 individu atau sebesar 1.4%, selanjutnya responden dengan kategori sedang sebanyak 50 individu atau sebesar 17.2%, Kemudian religiusitas dengan kategori tinggi sebanyak 236 individu atau sebesar 81.4%.

Pada skala resiliensi menunjukkan bahwa responden dengan kategori rendah sebanyak 3 individu atau sebesar 1%. Menurut Salamah dkk (Pujiyanto dkk., 2022) tingkat resiliensi yang rendah dapat dipengaruhi dari karakteristik demografi yang menunjukkan bahwa karakteristik demografi yang berbeda memberikan tingkatan resilensi yang bervariasi. Selanjutnya responden dengan kategori sedang sebanyak 100 individu atau sebesar 34.5%, kemudian responden dengan kategori tinggi sebanyak 187 atau 64.5%. Individu yang memiliki resiliensi yang tinggi cenderung mampu untuk bangkit kembali dari kondisi terpuruk yang dihadapinya terutama ketika mengalami putus cinta.

Chump dkk (2016) berpendapat remaja yang memiliki kemampuan resiliensi akan mampu menangani tekanan di kehidupan sehari-hari serta dapat mengatasi masalah dalam tahap perkembangannya. Menurut Baumgadner (dalam Kalsum & Laksmiwati, 2023) individu dengan resiliensi yang tinggi menunjukkan ciri-ciri diantaranya adalah memiliki selera humor yang baik, kecerdasan yang baik, kemampuan memecahkan masalah, tempramen yang santai, kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan perubahan, citra diri yang positif, dan kemampuan untuk menjadi orang yang efektif.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat dikatakan bahwa ada pengaruh dukungan sosial dan religiusitas terhadap resiliensi pada remaja akhir pasca putus cinta dengan besaran pengaruh 21,8%. Ketika seorang individu memiliki tingkat dukungan sosial dan religiusitas yang tinggi maka resiliensi yang dimilikinya juga tinggi. Sebaliknya jika individu memiliki tingkat dukungan sosial dan religiusitas yang rendah, maka memengaruhi terhadap rendahnya tingkat resiliensi.

Dalam mengembangkan penelitian, peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti karakteristik lain yang dapat memengaruhi resiliensi pada remaja akhir pasca putus cinta, seperti regulasi emosi, efikasi diri, dan variabel lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aska, R. I., Khumas, A., & Firdaus, F. (2022). Resiliensi Pada Laki-Laki Dewasa Pasca Putus Cinta. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 1(5), 523-537.
- BBC. (2024). *Bagaimana Kronologi Dan Apa Motif Pelaku Pembunuhan Satu Keluarga Di Penajam Paser Utara?* (2024). <https://www.bbc.com/indonesia/articles/c904jixdzqo>
- Crump, C., Sundquist, J., Winkleby, M. A., & Sundquist, K. (2016). Low stress resilience in late adolescence and risk of hypertension in adulthood. *Heart*, 102(7), 541-547. <https://doi.org/10.1136/heartjnl-2015-308597>
- Endrastuty, J. F., & Setiwati, D. (2019). Studi Tentang Kematangan Emosi Siswa Pada Kasus Tawuran Di SMK Negeri 1 Trowulan. *Jurnal Bk Unesa*, 1(1), 31-37. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/27598>
- Hasanah, M. (2019). Hubungan antara religiusitas dengan resiliensi santri penghafal al-qu'ran di pondok pesantren. *Proceeding National Conference Psikologi UMG2018*, 1(1), 84-94. <http://journal.umg.ac.id/index.php/proceeding/article/view/899>
- Hendriani, W. (2018). *Sebuah pengantar resiliensi psikologi*. Penanda Media.
- Huber, S., & Huber, O. W. (2012). *The Centrality of Religiosity Scale (CRS)*. 710-724. <https://doi.org/10.3390/rel3030710>
- Janah, S. N., & Rohmatun. (2018). Relationship between social support and resilience among tidal wave survivors in tambak lorok. *Proyeksi*, 13(1), 1-12.
- Kalsum, S., & Laksmiwati, H. (2023). Resiliensi Pada Dewasa Awal Pasca Putus Cinta. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(03), 641-663.
- Kerebunu, K., & Santi, E. (2021). *Peran Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Pada Dive Guide Yang Dirumahkan Akibat Pandemi COVID-19 di Manado*. April, 378-386.
- Krismiati, F. S., & Reza, F. A. (2021). *Kecenderungan Depresi Ditinjau Dari Kematangan Emosi Dan Perasaan Putus Cinta Pada Mahasiswa Firda Seftiana Krismiati Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Faisal Adnan Reza Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Article Information : Receive*. 4(1), 81-88.
- Laksana, S. O., & Virilia, S. (2019). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Pada Mantan Pecandu Narkoba. *Psychopreneur Journal*, 3(2), 55-62. <https://doi.org/10.37715/psy.v3i2.1371>
- Laksono, A. T. (2022). Memahami Hakikat Cinta Pada Hubungan Manusia. *JAQFI: Jurnal Aqidah Dan Filsafat Islam*, 7(1), 104-116.
- Mahasiswa di Yogya Tewas Diduga Gantung Diri, Tinggalkan Sepucuk Surat. (2024). <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20240401184326-12-1081442/mahasiswa-di-yogya-tewas-diduga-gantung-diri-tinggalkan-sepucuk-surat>
- Mardiah, A., Satriana, D. P., & Syahriati, E. (2017). Peran dukungan sosial dalam mencegah kekerasan dalam pacaran: Studi korelasi pada remaja di Jakarta. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 4(1), 29-42. <https://doi.org/10.24854/jpu5>
- Mohammad Asrori, M. A. (2018). Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik. In *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. PT Bumi Aksara.
- Mujahidah, E., & Listiyandini, R. A. (2018). Pengaruh Resiliensi dan Empati terhadap Gejala Depresi pada Remaja The Influence of Resilience and Empathy toward

- Depression of Adolescents. *Jurnal Psikologi*, 14(1), 60–75. <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/view/5035/pdf>
- News, Kumparan. (2021). *Siswa SMA di Karawang Tewas Gantung Diri, Diduga Karena Putus Cinta*. KumparanNEWS.
- Ozdemir, N. (2019). The relationship between perceived social support, psychological resilience and happiness levels of hemodialysis patients. *Annals of Medical Research*, 26(10), 2286. <https://doi.org/10.5455/annalsmedres.2019.09.523>
- Pramudianti, R. (2020). Kebahagiaan Pada Remaja Wanita Yang Berulang-Ulang Putus Cinta. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 9(2), 337. <https://doi.org/10.23887/jish-undiksha.v9i2.22447>
- Prapanca, P. (2017). Pengaruh tingkat religiusitas terhadap self resiliensi siswa kelas x sekolah menengah atas negeri 2 karanganyar. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 03(1), 62–70.
- Pujiyanto, T. I., Elliya, N. P., & Kusyati, E. (2022). Kecerdasan Emosional Terhadap Tingkat Resiliensi Pada Perawat. *Jurnal Kepemimpinan Dan Manajemen Keperawatan*, 5(2), 94–103. <https://doi.org/10.32584/jkmk.v5i2.1905>
- Purba, A. T. D. B., & Kusumawati, R. Y. . (2019). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Forgiveness Pada Remaja Yang Putus Cinta Akibat Perselingkuhan. 14(1), 1–23.
- Purnama, R., & Romlah, L. S. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Religiusitas dengan Resiliensi Pada Penyintas Tsunami di Desa Way Muli Lampung Selatan. *ANFUSINA: Journal of Psychology*, 4(1), 7–16. <https://doi.org/10.24042/ajp.v4i1.13198>
- Rahayu, P., Rahman, U., Dimala, C. P., Tourniawan, I., & Ramadan, R. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Pengasuhan pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus. 5(1), 294–300.
- Saifuddin Azwar. (2021). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi-3*. Pustaka Pelajar.
- Setiawan, A., & Pratitis, N. T. (2016). Religiusitas, Dukungan Sosial dan Resiliensi Korban Lumpur Lapindo Sidoarjo. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(02). <https://doi.org/10.30996/persona.v4i02.555>
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Suprpto, S. A. P. (2020). 58. Suprpto (2020). *Cognicia*, 8(1), 69–78.
- Tacasily, Yanastasia Olivia Mahole, C. H. S. (2021). Hubungan Forgiveness dan Psychological Well-Being pada Mahasiswa yang Pernah Mengalami Putus Cinta. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(2), 259–267. <https://doi.org/10.23887/jibk.v12i2.34199>
- Tourniawan, I., Rahman, P. R. U., & Dimala, C. P. (2023). Parental Stress Pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus Ditinjau Dari Efikasi Diri Melalui Dukungan Sosial Sebagai Mediator. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*, 4(3), 218–229. <http://www.jurnalp3k.com/index.php/J-P3K/article/view/211>
- Ulfah, D. A. (2016). Hubungan Kematangan Emosi Dan Kebahagiaan Padaremaja Yang Mengalami Putus Cinta. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 92–99.
- Wahyuni, E., & Vidya Siti Wulandari. (2022). Resiliensi Remaja dan Implikasinya Terhadap Kebutuhan Pengembangan Buku Bantuan Diri. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 10(1), 78–88. <https://doi.org/10.21009/insight.101.10>
- Warta, F., & Neviyarni, N. (2022). Kontribusi dukungan sosial dan religiusitas terhadap resiliensi ibu saat mendampingi anak belajar daring selama pandemi covid-19. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 7(3), 438. <https://doi.org/10.29210/30032046000>
- Yuliandina, T., Aisha, D., & Dimala, C. P. (2023). Pengaruh self-efficacy terhadap resiliensi mahasiswa lulusan tahun akademik 2021/2022 di Kabupaten Karawang. *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 3, 13–18.
- Yusuf, Y., & Widodo, T. (2024). *Resiliensi Usaha Makanan Olahan Berbasis Bahan Baku Lansekap Mangrove (Moda Souvenir Alternatif Masyarakat Aquatik di Desa Pangkalan Jambi Kecamatan Bukit Batu Kabupaten Bengkalis)*. 7.