

## DUKUNGAN SOSIAL DAN SPIRITUAL DALAM MEMBENTUK RESILIENSI REMAJA PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI KELURAHAN KEMAYORAN BANGKALAN

Widya Lita Fitrianur\*<sup>1</sup>, Ervi Suminar<sup>2</sup>, Sri Yulastutik<sup>3</sup>

*1,2,Departemen Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gresik, Indonesia*

*3Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gresik, Indonesia*

*e-mail: widyalita.fitrianur@umg.ac.id*

---

### Abstract

*Changes in the learning process due to the Covid-19 pandemic have become a source of stress for adolescents. The change from face-to-face methods to online learning must be able to be adapted well by teenagers. One of the important components in the adaptation process is resilience. This study aims to determine the relationship between social and spiritual support and adolescent resilience during the COVID-19 pandemic. The research design was used cross sectional with a sample of 142 adolescents. Data retrieval was using google forms to minimize contact with respondents. The result showed a relationship between social support  $p = 0.001$  and spirituality  $p = 0.000$  with adolescent resilience during the covid-19 pandemic. Adolescents with high social support have a 9x chances of forming high resilience and adolescents with a high spiritual level have a 0.17x chances of forming high resilience. Adolescents need to get a good social support from family, friends and the environment, and develop a high spiritual level to form resilience and prevent the emergence of psychosocial disorders.*

**Keywords:** *Social Support, Spiritual, Resilience, Adolescent*

### Abstrak

Perubahan proses belajar akibat pandemi Covid-19 telah menjadi salah satu sumber stres pada remaja. Berubahnya metode tatap muka menjadi pembelajaran online harus mampu diadaptasi dengan baik oleh remaja. Salah satu komponen penting dalam proses adaptasi adalah resiliensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dan spiritual dengan resiliensi remaja pada masa pandemi covid-19. Desain penelitian menggunakan *cross sectional* dengan sampel sebanyak 142 remaja. Pengambilan data menggunakan *google form* untuk meminimalisir kontak dengan responden. Hasil yang didapatkan ada hubungan dukungan sosial  $p = 0,001$  dan spiritual  $p = 0,000$  dengan resiliensi remaja pada masa pandemi covid-19. Remaja dengan dukungan sosial tinggi memiliki peluang sebesar 9x untuk membentuk resiliensi tinggi, dan remaja dengan tingkat spiritual tinggi memiliki peluang sebesar 0,17x untuk membentuk resiliensi tinggi. Remaja perlu mendapatkan dukungan sosial yang baik dari keluarga, teman dan lingkungan serta memiliki tingkat spiritual tinggi untuk membentuk resiliensi sehingga bisa mencegah munculnya gangguan psikososial.

**Kata Kunci:** *Dukungan sosial, spiritual, resiliensi, remaja*

---

### Latar Belakang

Tahun 2019 dunia dilanda penyakit infeksi yang menyerang sistem pernapasan manusia. Setelah dilakukan beberapa penelitian, penyebabnya adalah jenis *novel coronavirus* (Levani, Prastya, & Mawaddatunnadila, 2021). *World Health Organization* (WHO) secara resmi menamai penyakit tersebut Covid-19 (*Corona Virus Disease 2019*) dan virusnya adalah SARS-Cov-2 (*Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2*). Hampir semua negara terserang virus ini sehingga WHO menetapkan status pandemi pada awal tahun 2020, tidak terkecuali negara Indonesia (Mona, 2020).

Kondisi pandemi ini muncul secara tiba-tiba dan membuat masyarakat tidak siap menghadapinya baik secara fisik maupun psikis (Fitria & Irdil, 2020). Keadaan ini menjadi sumber stres baru bagi masyarakat dunia, salah satu yang paling terdampak adalah remaja. Saat menjalani masa pandemi Covid-19, remaja mengalami beberapa kesulitan terutama pada proses pembelajaran. Sebelum adanya pandemi, proses pembelajaran dilakukan secara tatap muka di sekolah, tetapi saat pandemi pembelajaran dilakukan secara *online* (*daring*) (Purwanto et al., 2020).

Proses pembelajaran *daring* merupakan transformasi pendidikan konvensional kedalam bentuk digital yang harus dijalani oleh remaja sehingga butuh adaptasi

terhadap perubahan tersebut. Hal ini dapat menjadi salah satu faktor yang memicu munculnya permasalahan psikososial pada remaja seperti ansietas (Fitria & Ifdil, 2020). Salah satu cara menghadapi pandemi Covid-19 adalah dengan memiliki resiliensi yang baik sehingga individu mampu beradaptasi dengan perubahan lingkungan. Resiliensi atau ketahanan merupakan kemampuan mencapai dan mempertahankan tingkat kesehatan fisik dan emosional dari suatu trauma, tragedi atau stresor yang sangat besar (Stuart, 2016).

Perkembangan resiliensi sangat penting bagi remaja, karena pada fase tahap perkembangan ini terjadi perubahan fisik, psikis dan sosial yang dapat memicu munculnya masalah psikososial dan perilaku maladaptif. Ada dua faktor yang dapat membentuk resiliensi yaitu faktor protektif internal (spiritualitas) dan faktor protektif eksternal (dukungan sosial) (Koroh & Andriany, 2020).

Spiritualitas dan dukungan sosial, menjadi faktor yang mempengaruhi terbentuknya resiliensi pada remaja. Pada dasarnya, perkembangan psikologis dan emosional remaja dapat bergantung dari dukungan sosial dan spiritualitas. Dukungan sosial dan spiritual yang baik dapat berperan mengatasi masalah yang berhubungan dengan tugas-tugas perkembangan remaja (Mangestuti & Aziz, 2017). Sehingga remaja mampu beradaptasi dengan permasalahan yang muncul terutama saat masa pandemi covid-19. Saat pandemi covid-19, remaja harus mampu beradaptasi dengan perubahan yang terjadi untuk menghindari munculnya masalah-masalah psikososial.

## Metodologi Penelitian

Jenis penelitian ini adalah analitik korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Pengambilan data dilaksanakan pada bulan April 2021 dan menggunakan kuesioner yang telah dimodifikasi dari *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MPSS) (Nadel, 2014) dan *Spiritual Transcendence Scale* (STS) (Reker, 2003) dan kuesioner resiliensi. Peneliti menggunakan kuesioner dalam bentuk digital (*google form*) untuk meminimalisir kontak dengan responden sesuai protokol kesehatan pada masa pandemi Covid-19. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 142 remaja sesuai dengan kriteria inklusi dengan teknik *purposive sampling* (Sugiyono, 2017). Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Chi-Square* dengan menggunakan komputerisasi program SPSS 20.0.

## Hasil Penelitian

Responden remaja pada penelitian ini memiliki karakteristik yang beragam dari usia dan jenis kelamin. Karakteristik responden tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini;

Tabel 1. Karakteristik Responden Remaja

Karakteristik Responden	n	%
Usia	10-13 tahun	16 11,3%
	14-16 tahun	34 23,9%
	17-19 tahun	92 64,8%
Jenis Kelamin	Laki-Laki	75 52,8%
	Perempuan	67 47,2%

Tabel 1. menunjukkan bahwa responden remaja dalam penelitian ini sebagian besar berusia 17-19 tahun dengan total sebanyak 92 (64,8%) orang. Menurut peneliti, hal ini dikarenakan banyaknya Sekolah Menengah Atas (SMA) baik negeri maupun swasta di wilayah tersebut sehingga sebaran usia berada pada usia remaja akhir (WHO, 2018). Sementara itu, dari distribusi jenis kelamin, responden remaja terbanyak adalah laki-laki yaitu 75 (52,8%). Dari hasil karakteristik responden, dapat disimpulkan bahwa karakteristik responden dalam penelitian ini lebih di dominasi laki-laki dengan usia terbanyak adalah 17-19 tahun.

Tabel 2. Dukungan Sosial Remaja di Kelurahan Kemayoran, Bangkalan

No	Kategori	N	%
1	Dukungan Sosial Tinggi	98	69,0%
2	Dukungan Sosial Rendah	44	31,0%
Total		142	100

Data di atas menggambarkan bahwa remaja di Kelurahan Kemayoran, Bangkalan memiliki dukungan sosial tinggi sebanyak 98 (69,0%).

Tabel 3. Tingkat Spiritualitas Remaja di Kelurahan Kemayoran, Bangkalan

No	Kategori	N	%
1	Spiritualitas Tinggi	93	65,4%
2	Spiritualitas Rendah	49	35,5%
Total		142	100

Data diatas menggambar tingkat spiritualitas remaja, terlihat bahwa tingkat spiritualitas remaja di Kelurahan Kemayoran tinggi sebanyak 93 (65,4%).

Tabel 4. Resiliensi Remaja di Kelurahan Kemayoran, Bangkalan

No	Kategori	N	%
1	Resiliensi Tinggi	77	54,2%
2	Resiliensi Rendah	65	45,8%
Total		142	100

Data tabel diatas menggambarkan tingkat resiliensi remaja di Kelurahan Kemayoran, Bangkalan, sebanyak 77 (54,2%) remaja memiliki tingkat resiliensi yang tinggi.

Tabel 5. Hasil Analisis Hubungan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Remaja

No	Dukungan Sosial	Resiliensi		Total	p	OR
		Tinggi	Rendah			
1	Tinggi	68	30	98	0,001	8,815
2	Rendah	9	35	44		
Total		77	65	142		

Hasil analisis hubungan dukungan sosial dengan resiliensi didapatkan nilai  $p = 0,001 < 0,05$ , artinya ada hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi remaja. Nilai OR sebesar 8,815, remaja dengan dukungan sosial tinggi memiliki peluang 9 kali lebih tinggi untuk membentuk resiliensi dibanding remaja dengan dukungan sosial rendah.

Tabel 6. Hasil Analisis Hubungan Spiritualitas dengan Resiliensi Remaja

No	Tingkat Spiritualitas	Resiliensi		Total	p	OR
		Tinggi	Rendah			
1	Tinggi	38	55	93	0,	0,17
2	Rendah	39	10	49		
Total		77	65	142	0	0

Hasil analisis hubungan spiritualitas dengan resiliensi didapatkan nilai  $p = 0,000 < 0,05$ , artinya ada hubungan antara spiritualitas dengan resiliensi remaja dimana remaja dengan tingkat spiritualitas tinggi mampu membentuk resiliensi yang tinggi.

## Pembahasan

Hasil analisis pada penelitian ini menunjukkan bahwa faktor dukungan sosial dan spiritualitas dapat membentuk resiliensi remaja saat masa pandemi Covid-19. Resiliensi merupakan sebuah proses interaktif serta dinamis dari adaptasi dan pengelolaan kesulitan (Goodman, Saunders, & Wolff, 2020). Remaja yang memiliki resiliensi yang tinggi bisa menjadikannya lebih kuat dalam beradaptasi. Artinya, resiliensi bisa membuat remaja mampu menyesuaikan diri dengan kondisi yang tidak menyenangkan, perkembangan sosial, akademis

maupun tekanan hebat yang sedang melanda dunia seperti saat ini (Ramadhan & HamiDy, 2021).

Resiliensi pada remaja di pengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain dukungan sosial dan spiritualitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja dengan dukungan sosial tinggi dan tingkat spiritualitas tinggi mampu membentuk resiliensi pada masa pandemi covid-19.

Dukungan sosial pada remaja adalah bentuk kepedulian, dukungan dan bantuan yang diberikan oleh seseorang atau kelompok kepada orang lain (Sarafino & Smith, 2014). Remaja yang mendapatkan dukungan sosial akan membuat dirinya merasa diperhatikan, dihormati, dicintai, dihargai dan merasa ikut dilibatkan (L. A. King, 2017). Aspek dukungan sosial yang membantu dalam membentuk resiliensi remaja antara lain : (1) dukungan emosional berupa motivasi, kepedulian, perhatian dan dorongan; (2) dukungan instrumental yang diberikan secara nyata dan langsung untuk membantu individu; (3) dukungan informatif berupa nasehat, arahan, informasi dan saran tentang apa yang sebaiknya dilakukan; dan (4) dukungan persahabatan atau kebersamaan berupa waktu yang dihabiskan untuk memberikan nuansa kebersamaan (Oktavia & Muhopilah, 2021). Dukungan sosial pada remaja dapat diperoleh dari keluarga, teman sebaya, kelompok atau masyarakat. Salah satu penelitian mengemukakan bahwa dukungan sosial sangat diperlukan untuk meningkatkan resiliensi remaja yang kecanduan media sosial (Bilgin & Tas, 2018).

Selain dukungan sosial, faktor spiritualitas juga menunjukkan hasil yang signifikan dalam membentuk resiliensi remaja. Spiritualitas merupakan pencarian seseorang untuk bisa memahami mengenai pertanyaan tentang makna dan hubungan dengan dzat transenden (J. E. King & Crowther, 2004). Penelitian mengemukakan bahwa spiritualitas dan resiliensi merupakan faktor yang saling mempengaruhi satu sama lainnya. Spiritualitas merupakan sebuah dorongan internal yang dapat menentukan resiliensi individu. Individu yang memiliki spiritualitas yang rendah lebih lambat proses pemulihannya dari permasalahan yang dihadapi (H, 2016). Hal ini berhubungan dengan Tuhan atau suatu dzat yang lebih tinggi berkaitan dengan syaraf d otak sehingga dapat membuat individu merasa aman, damai dan bahagia (Tovar-Murray, 2011). Spiritualitas membuat individu merasakan emosi positif dan semangat hidup juga membuat individu tersebut menganggap bahwa kesulitan merupakan salah satu bagian dari rencana yang lebih besar (Oktavia & Muhopilah, 2021).

## Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Resiliensi remaja di Kelurahan Kemayoran Bangkalan dipengaruhi oleh faktor dukungan sosial dan spiritualitas. Pada perkembangan remaja, dukungan sosial dan spiritualitas

sangat diperlukan. Dukungan sosial dan spiritualitas yang tinggi pada remaja mampu membentuk resiliensi yang baik untuk beradaptasi pada situasi pandemi Covid-19. Remaja dengan resiliensi yang baik dapat terhindar dari perilaku maladaptif yang dapat mempengaruhi perkembangannya. Diharapkan remaja dapat membentuk kelompok teman sebaya sebagai bagian dukungan sosial dalam beradaptasi dengan perubahan yang terjadi saat pandemi covid-19. Hal ini juga dapat didukung melalui program puskesmas dan pihak desa untuk mengadakan penyuluhan kesehatan khususnya kesehatan mental saat pandemi covid-19.

### Acknowledgement

Terima kasih kepada semua pihak yang sudah mendukung pelaksanaan penelitian ini, hingga selesai dengan baik.

### Daftar Pustaka

#### Journals

- Bilgin, O., & Tas, I. (2018). Effects of Perceived Social Support and Psychological Resilience on Social Media Addiction among University Students. *Universal Journal of Educational Research*, 6(4), 751-758. doi:10.13189/ujer.2018.060418
- Fitria, L., & Ifdil, I. (2020). Kecemasan Remaja pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 6(1), 1-4. doi:<https://doi.org/10.29210/120202592>
- Goodman, D. J., Saunders, E. C., & Wolff, K. B. (2020). In their own words: a qualitative study of factors promoting resilience and recovery among postpartum women with opioid use disorders. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 20(178). doi:<https://doi.org/10.1186/s12884-020-02872-5>
- H, J. (2016). How spirituality leads to resilience a case study of immigrants. *European Journal of Science and Theology*, 12(4), 17-25.
- King, J. E., & Crowther, M. R. (2004). The Measurement of religiosity and spirituality : Examples and issues from psychology. *Journal of Organizational Change Management*, 17(1), 83-101. doi:<https://doi.org/10.1108/09534810410511314>
- King, L. A. (2017). *Psikologi Umum : Sebuah pandangan apresiatif* (Edisi 3 ed.). Jakarta: Salemba Humanika.
- Koroh, Y. A., & Andriany, M. (2020). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiliensi Warga Binaan Perumahan Perumahan Pria : Studi Literatur. *Journal of Holistic Nursing and Health Science*, 3(1), 64-74.

- Levani, Y., Prastya, A. D., & Mawaddatunnadila, S. (2021). *Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) : Patogenesis, Manifestasi Klinis dan Pilihan Terapi*. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 17(1).
- Mangestuti, R., & Aziz, R. (2017). Pengembangan Spiritualitas Remaja : Mengapa Remaja Laki-laki Lebih Memerlukan Dukungan Keluarga Dalam Pengembangan Spiritualitas. *Jurnal Psikologi Islam*, 14(1).
- Mona, N. (2020). Konsep Isolasi Dalam Jaringan Sosial Untuk Meminimalisasi Efek *Contagious* (Kasus Penyebaran Virus Corona Di Indonesia). *Jurnal Sosial Humaniora Terapan*, 2(2).
- Nadel, S. (2014). *Developing a Social Support Measurement Instrument : A Methodological Approach to Measuring Undergraduate Perceptions of Social Support*. The Ohio State University, Ohio.
- Oktavia, W. K., & Muhopilah, P. (2021). Model Konseptual Resiliensi di Masa Pandemi Covid-19 : Pengaruh Religiusitas, Dukungan Sosial dan Spiritualitas. *PSIKOLOGIKA*, 26(1), 1-18.
- Purwanto, A., Pramono, R., Asbari, M., Santoso, P. B., Wijayanti, L. M., Hyun, C. C., & Putri, R. S. (2020). Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar. *Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2(1).
- Ramadhan, Y. A., & Hamidy, A. (2021). The Resilience of the Samarinda Community in Facing the Covid-19 Pandemic and Its Factors : Resiliensi Masyarakat Samarinda dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 dan Faktor-faktornya. *Proceeding of Inter-Islamic University Conference on Psychology*, 1(1).
- Reker, G. T. (2003). TEST MANUAL : The Spiritual Transcendence Scale (STS). *Trent University*. doi:<https://doi.org/10.13140/2.1.1355.1363>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology : biopsychosocial interaction* (8th edition ed.): Hoboken, NJ John Wiley and Sons, Inc.
- Stuart, G. W. (2016). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart* (B. A. Keliat Ed. Buku 2 ed.). Singapore: Elsevier.
- Sugiyono. (2017). *Statistik untuk Penelitian*. Bandung: ALFABETA.
- Tovar-Murray, D. (2011). The Multiple Determinants of Religious Behaviors and Spiritual Belief on Well-Being. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 13(3), 182-192. doi:10.1080/19349637.2011.593405

#### Books

- King, L. A. (2017). *Psikologi Umum : Sebuah pandangan apresiatif* (Edisi 3 ed.). Jakarta: Salemba Humanika.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology : biopsychosocial interaction* (8th

edition ed.): Hoboken, NJ John Wiley and Sons, Inc.

Stuart, G. W. (2016). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart* (B. A. Keliat Ed. Buku 2 ed.). Singapore: Elsevier.

Sugiyono. (2017). *Statistik untuk Penelitian*. Bandung: ALFABETA.