

Hubungan antara Konsep Diri dan Penyesuaian Diri dengan Resiliensi Mahasiswa dalam Menghadapi Banjir dan Rob di UNISSULA

¹Tia Rifa Andriani*, ¹Joko Kuncoro

¹Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung, Semarang, Indonesia

*Email: rifa.andriani05@gmail.com

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dan penyesuaian diri dengan resiliensi mahasiswa dalam menghadapi dampak banjir dan rob. Hipotesis yang diajukan oleh peneliti adalah adanya korelasi antara konsep diri dan penyesuaian diri dengan resiliensi mahasiswa dalam menghadapi dampak banjir dan rob. Sampel yang termasuk dalam penelitian ini adalah 163 Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung angkatan 2015, angkatan 2016, angkatan 2017 dan angkatan 2018. Metode pengambilan sampel menggunakan teknik stratified cluster random sampling. Alat ukur yang digunakan terdiri dari tiga skala yaitu skala resiliensi, skala konsep diri dan skala penyesuaian diri. Skala resiliensi berjumlah 42 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,910. Skala konsep diri berjumlah 22 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,865. Skala penyesuaian diri berjumlah 30 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,880. Analisis data menggunakan regresi berganda dan korelasi parsial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara konsep diri dan penyesuaian diri dengan resiliensi $R = 0,735$ dan $F_{hitung} = 94,164$ dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,01$). Hasil uji korelasi parsial menunjukkan bahwa konsep diri berkorelasi positif dengan resiliensi dan penyesuaian diri berkorelasi positif dengan resiliensi.

Kata kunci: Resiliensi, Konsep Diri dan Penyesuaian Diri.

Abstract

The aim of this study is to determine the correlation between self-concept and self-adjustment toward student resilience in dealing with the effects of floods and tidal floods. The hypothesis proposed by the researcher is there is a correlation between self-concept and self-adjustment with the resilience of students in dealing with the effects of floods and tidal floods. The samples of this study were 163 students of Sultan Agung Islamic University class of 2015, 2016, 2017 and 2018. The method of sampling used was stratified cluster random sampling technique. In addition, the instrument that used to measure consisted of three scales, those were; resilience scale, self-concept scale, and self-adjustment scale. The resilience scale amounted to 42 items with a reliability coefficient of 0.910, school self concept amounted to 22 items with a reliability coefficient of 0.865 and self adjustment scale amounted to 30 items with a reliability coefficient of 0.880. Further, Data were analyzed by using multiple regression and partial correlation. The results of this study revealed that there was a significant relationship between self-concept and self-adjustment with resilience $R = 0.735$ and $F = 94.164$ with a significance of 0.000 ($p < 0.01$).

The results of the partial correlation test showed that self-concept was associated positively with resilience. Besides, self-adjustment was also positively associated with resilience.

Keywords: *Resilience, Self Concept and Self Adjustment.*

PENDAHULUAN

Banjir merupakan salah satu bencana alam yang disebabkan oleh curah hujan yang sangat tinggi, sehingga tempat penampung air seperti sungai atau tanggul buatan tidak dapat membendung air lagi. Curah hujan yang tinggi menyebabkan air sungai meluap sampai ke jalan raya, gang-gang sempit dan menenggelamkan beberapa rumah. Banjir dapat disebabkan oleh dua faktor yaitu, faktor alamiah seperti curah hujan yang sangat tinggi dan faktor ulah tangan manusia seperti membuang sampah ke sungai sehingga aliran air menjadi tersumbat (Shalihah, 2015).

Di kota Semarang banjir sering terjadi, terutama pada daerah-daerah yang rawan terjadinya banjir seperti Gayamsari, Tambakrejo, Terboyo, Tenggang, Genuk dan sepanjang jalan raya Kaligawe. Pada hari Rabu 23 Mei 2018, banjir yang cukup tinggi menggenangi kawasan jalan raya Kaligawe. Genangan banjir yang tinggi mulai terlihat di perlintasan kereta api, depan kampus Universitas Islam Sultan Agung, Terminal Terboyo, hingga kawasan industri terboyo dengan ketinggian yang bervariasi yaitu mulai dari 20 hingga 50 sentimeter. Akibat dari banjir yang cukup tinggi, kemacetan panjang arus lalu lintas terjadi disepanjang jalan raya Kaligawe dan beberapa kendaraan bermotor banyak yang mogok (Berita Satu, 2018).

Dikutip dari berita harian kompas.com yang terbit pada tanggal 31 Januari 2018, bahwa pada saat musim hujan tiba banjir pasti akan terjadi di kota semarang khususnya pada daerah-daerah yang rawan banjir. Bahkan tidak hanya banjir yang sering terjadi di daerah tersebut, melainkan rob juga sering terjadi. Di antara penyebab terjadinya rob yaitu air laut yang pasang tepatnya ketika bulan purnama tiba (Kompas.com, 2018)

Dari berita harian suara merdeka yang terbit pada tanggal 3 Februari 2018 berdasarkan penjelasan BMKG memberikan keterangan bahwa ketika posisi bulan dekat dengan bumi atau pada saat bulan purnama terjadi, akan menyebabkan peningkatan air laut maksimum sehingga akan berpotensi terjadi rob di daerah pesisir laut Jawa. Kota Semarang merupakan salah satu kota yang mana beberapa daerah di dalamnya berada di posisi pesisir laut Jawa sehingga rob juga sering terjadi pada daerah tersebut, namun banjir dan rob yang terjadi pada saat itu bukan hanya disebabkan oleh air laut yang pasang tetapi juga disebabkan oleh curah hujan yang tinggi.

Banjir dan rob yang sering terjadi di daerah tersebut menimbulkan dampak yang cukup tinggi. Dampak yang ditimbulkan banjir dan rob di antaranya yaitu luapan air yang tinggi menenggelamkan rumah – rumah dan beberapa bangunan lainnya, sering terjadi macet dan stabilitas transportasi menjadi terganggu sehingga banyak terjadi pelanggaran lalu lintas serta memakan waktu yang cukup lama bagi para pengendara untuk sampai pada tempat tujuan, jalan raya banyak mengalami kerusakan sehingga memicu keamanan pengendara, dan membutuhkan waktu yang cukup lama untuk mengakses transportasi umum.

Dampak yang ditimbulkan banjir dan rob bukan hanya dirasakan oleh masyarakat sekitar, melainkan mahasiswa UNISSULA juga merasakan dampak tersebut. Berdasarkan wawancara awal yang telah dilakukan, beberapa mahasiswa mengatakan bahwa ada perasaan menyesal kuliah di UNISSULA karena sering terjadi banjir. Selain alasan tersebut beberapa keluhan yang dirasakan oleh mahasiswa akibat dampak yang ditimbulkan banjir di antaranya yaitu sering cemas ketika banjir tinggi, pada saat berkendara harus hati-hati dan tetap fokus karena jalan raya yang dilewati banyak mengalami kerusakan, bagi mahasiswa yang menggunakan transportasi umum harus sabar untuk mendapatkan alat transportasi bahkan

beberapa di antara mahasiswa ada yang jalan kaki ketika berangkat kuliah maupun ketika pulang kuliah, beberapa mahasiswa merasa cemas apabila terlambat ke kampus sehingga tidak bisa mengikuti perkuliahan, beberapa kegiatan perkuliahan terkadang terpaksa diliburkan karena kondisi fakultas terendam banjir, sering terjadi macet sehingga membuat jengkel bahkan marah, karena macet sering juga beberapa mahasiswa terlambat kuliah ataupun terlambat mengikuti kegiatan lain di kampus.

Situasi dan kondisi yang penuh tantangan dan rintangan terkadang memaksa seorang individu untuk memiliki resiliensi, yaitu sebuah sikap terus bertahan dalam menghadapi situasi sulit sampai mencapai tujuan yang diinginkan. Dampak yang ditimbulkan banjir dan rob mungkin membuat mahasiswa merasa menyesal, marah, cemas, dan jengkel. Hal tersebut mengharuskan mahasiswa memiliki resiliensi agar mahasiswa mampu bertahan dalam menghadapi situasi yang sulit dan bahkan mampu bangkit kembali dari kondisi keterpurukan sehingga tetap memiliki semangat untuk belajar. Dampak dari banjir dan rob yang dirasakan oleh mahasiswa terkadang membuat mahasiswa merasa menyesal telah memilih kuliah di UNISSULA, akan tetapi di antara mahasiswa ada yang mengatakan bahwa meskipun banjir dan rob sering terjadi, kondisi tersebut tidak mematahkan semangat untuk kuliah. Mahasiswa lainya juga mengatakan bahwa banjir dan rob merupakan sebuah motivasi untuk segera mendapatkan gelar sarjana.

Menurut Reivich & Shatte (Novianty, 2011) resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk bertahan dalam keadaan yang sulit dan sangat menekan sehingga memaksa seseorang untuk beradaptasi dengan kondisi tersebut dengan cara menghadapi dan mengatasinya serta mampu bangkit kembali setelah menghadapi situasi yang sulit. Resiliensi adalah kemampuan yang dimiliki oleh seorang individu untuk bangkit kembali dari pengalaman traumatis yang telah dialami serta mampu menghadapinya secara optimis (Issacson, 2002). Hal tersebut juga sejalan dengan pendapat tokoh lain yang mengatakan bahwa individu yang memiliki sikap resilien, akan kebal dalam menghadapi keadaan yang memiliki peluang menimbulkan stress dan memiliki kemampuan cepat bangkit kembali dari pengalaman traumatik yang pernah dialami (Morgot, 1997).

Ada tujuh aspek yang membangun resiliensi seseorang menurut Reivich dan Shatte (Astuti & Edwina, 2017), ke tujuh aspek tersebut yaitu regulasi emosi, optimism, impuls control, causal analysis, empathy, self efficacy dan reaching out. Selain ada tujuh aspek yang membangun resiliensi ada dua faktor yang mempengaruhi yaitu faktor internal yang meliputi faktor kognitif, gender dan keterikatan individu dengan budaya serta faktor eksternal yang berperan meliputi faktor keluarga dan faktor komunitas.

Dalam menghadapi dampak banjir dan rob resiliensi sangat diperlukan, di dalam psikologi resiliensi merupakan salah satu pendekatan psikologi positif. Manusia dipandang sebagai objek yang memiliki potensi positif yang berfungsi mendukung pertumbuhan dan perkembangan individu menuju pribadi yang lebih baik. Individu dengan kemampuan sikap resilien maka akan mampu bertahan dalam menghadapi kesulitan serta tidak mudah menyerah dengan keadaan dan tetap merasa optimis pasti mampu melewati kondisi sulit tersebut, dengan demikian maka optimalisasi fungsi-fungsi tersebut akan mendukung seseorang untuk mencapai kondisi mental yang sehat (Snyder & Lopez, 2007).

Pada saat menghadapi kesulitan, kemampuan seorang individu dalam memandang dirinya agar mampu mengatasi tantangan juga sangat diperlukan, di dalam istilah psikologi disebut sebagai konsep diri. Konsep diri juga merupakan perasaan dan cara pandang seorang individu terhadap diri sendiri, dimana hal tersebut diperoleh berdasarkan pengalaman seseorang pada saat berinteraksi dengan lingkungannya, hal tersebut baik berupa pandangan dalam aspek fisik, sosial, maupun psikologis (Rakhmat, 2009).

Konsep diri juga merupakan penilaian seorang individu atas dirinya sendiri yang mencakup bidang-bidang yang lebih spesifik atas diri sendiri, sedangkan yang dimaksud dengan

bidang spesifik yaitu penilaian seorang individu atas dirinya dalam hal-hal tertentu seperti penilaian dalam bidang akademik, kegemaran, penampilan fisik, kebiasaan yang dilakukan, dan lain sebagainya (Santrock, 2007). Konsep diri seseorang dibentuk oleh proses interaksi sosial individu dengan lingkungannya sehingga membentuk pengalaman-pengalaman baru yang bisa mempengaruhi cara pandang seseorang atas dirinya (Agustiani, 2006).

Konsep diri adalah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi seseorang. Secara garis besar ada tiga faktor yang mempengaruhi resiliensi seseorang yaitu faktor individu, faktor keluarga, dan faktor komunitas. Faktor individu yaitu meliputi kemampuan kognitif individu, konsep diri, harga diri, dan kompetensi sosial. Faktor keluarga yaitu meliputi dukungan yang diberikan oleh keluarga terutama oleh kedua orang tua, dukungan tersebut bisa berbentuk dukungan sosial yang terwujud lewat kasih sayang serta motivasi yang diberikan dan terakhir adalah faktor komunitas, yaitu meliputi kemiskinan dan keterbatasan tempat kerja (Evarall, Altrows, & Paulson, 2006).

Seorang individu yang memiliki konsep diri positif akan memiliki kemampuan dalam merencanakan harapan atau tujuan di dalam hidupnya dengan baik, sehingga dalam keadaan yang sulitpun akan tetap mampu bertahan serta mampu mencari jalan keluar dari kesulitan yang dihadapi. Hal tersebut juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Astuti & Edwina (2007) mengenai resiliensi mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan ditinjau dari konsep diri, di mana hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara konsep diri dengan resiliensi mahasiswa. Artinya semakin positif konsep diri mahasiswa maka tingkat resiliensi mahasiswa juga semakin tinggi.

Selain konsep diri yang memiliki pengaruh terhadap resiliensi seseorang, kemampuan penyesuaian diri yang positif juga diperlukan. Kebanyakan seorang individu pada umumnya, akan menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat tinggalnya agar mampu bertahan dalam menghadapi situasi maupun kondisi yang tidak diinginkan. Penyesuaian diri merupakan suatu proses sepanjang hidup manusia untuk melakukan reaksi terhadap tuntutan hidup (Sundari, 2005). Hal tersebut juga sejalan dengan pendapat Schneiders (2006) yang menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses respon mental dalam diri seseorang untuk memenuhi tuntutan diri dan tuntutan lingkungan. Ada dua jenis penyesuaian diri yang biasa dilakukan oleh seorang individu yaitu seseorang akan melakukan perubahan terhadap dirinya supaya sesuai dengan lingkungannya atau lingkungan akan diubah oleh seseorang agar bisa sesuai dengan dirinya (Siswanto, 2007).

Dampak yang ditimbulkan banjir dan rob di wilayah jalan Kaligawe kota Semarang membuat mahasiswa harus memiliki sikap yang resilien. Mahasiswa tetap harus berangkat kuliah meskipun keadaannya sedang banjir dan jalan raya macet akibat banjir, karena seorang individu yang memiliki sikap resilien akan mudah menyesuaikan diri dengan keadaan yang sulit serta akan mampu memposisikan diri bagaimana seharusnya menyikapi keadaan yang penuh tantangan. Berdasarkan hal tersebut maka penyesuaian diri seorang individu dinilai memiliki hubungan terhadap resiliensi. Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian eksperimen yang dilakukan oleh Bruce J. Ellis, di mana penelitian tersebut menguji tingkat resiliensi seseorang menggunakan pendekatan berbasis adaptasi. Hasil penelitian menyebutkan bahwa responden yang diberikan treatment adaptasi lebih mampu menghadapi situasi sulit dibandingkan responden yang tidak mendapatkan treatment (Ellis, 2018).

Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bahwa ada banyak faktor yang mempengaruhi resiliensi seseorang dan salah satunya yaitu konsep diri. Selain konsep diri, kemampuan dalam menyesuaikan diri yang positif juga merupakan suatu bagian yang penting dalam membangun resiliensi seorang individu. Respon mahasiswa dalam menghadapi dampak banjir dan rob merupakan sesuatu yang menarik untuk diketahui. Mahasiswa harus menghadapi dampak banjir dan melawan banjir untuk sampai di kampus, melewati jalan raya yang berlubang, menghadapi macet setiap hari sampai terlambat kuliah dan stabilitas transportasi

menjadi terganggu merupakan suatu tantangan yang harus dihadapi. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang mengangkat judul “Hubungan antara Konsep Diri dan Penyesuaian Diri dengan Resiliensi Mahasiswa dalam Menghadapi Dampak Banjir dan Rob”.

METODE

Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2015 – 2018 yang berjumlah 15.302 mahasiswa. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 163 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *stratified cluster random sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan tiga skala yaitu skala resiliensi, skala konsep diri dan skala penyesuaian diri. Skala resiliensi disusun berdasarkan aspek-aspek resiliensi menurut Reivich dan Shatte yang meliputi *regulation emotion, impulse control, optimism, causal analysis, empathy, self efficacy*, dan *reaching out*, skala konsep diri disusun berdasarkan aspek-aspek konsep diri menurut Jalaludin Rakhmat yang meliputi aspek psikis, aspek fisik, dan aspek sosial, dan skala penyesuaian diri disusun berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri menurut Schneiders yang meliputi *adaptation, conformity, mastery*, dan *individual variation*. Uji daya beda aitem menggunakan korelasi *product moment* dari Karl Person.

Uji coba skala menggunakan pendekatan Pengukuran Koefisien Reliabilitas Alpha. Besarnya reliabilitas skala resiliensi dengan pengukuran koefisien reliabilitas Alpha sebesar 0,908, skala konsep diri sebesar 0,859 dan skala penyesuaian diri sebesar 0,869. Metode analisis data dihitung menggunakan bantuan komputerisasi program *SPSS versi 16.0 for Windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji normalitas pada variabel resiliensi $KSZ = 1,362$ dengan $p = 0,049$ ($p > 0,05$) sehingga dapat dikatakan bahwa data variabel resiliensi berdistribusi tidak normal. Pada variabel konsep diri memperoleh $KSZ = 0,912$ dengan $p = 0,377$ ($p > 0,05$) sehingga data variabel konsep diri dikatakan normal. Sedangkan variabel penyesuaian diri memperoleh $KSZ = 0,989$ dengan $p = 0,282$ ($p > 0,05$) maka dapat dikatakan bahwa data variabel penyesuaian diri normal.

Menurut Kerlinger dan Pedhazur (Alsa, 2001) berpendapat bahwa peneliti tidak perlu cemas berlebihan memikirkan asumsi-asumsi yang mendasari ketika menggunakan analisis varian atau analisis regresi ganda. Apabila uji asumsi tidak terpenuhi maka peneliti dapat menempuh cara alternatif, di antaranya yaitu peneliti harus hati-hati ketika menginterpretasi hasil analisis dan memikirkan kemungkinan transformasi terhadap *recalcitrans* data. Berdasarkan hasil transformasi data yang telah dilakukan maka variabel resiliensi memperoleh nilai $KS-Z > 0,05$ yaitu 0,156. Hal tersebut menunjukkan bahwa data variabel resiliensi dapat dikatakan berdistribusi normal.

Hasil uji linieritas variabel resiliensi dengan variabel konsep diri diperoleh hasil F linier = 103,891 dan taraf signifikan sebesar 0,000 ($p \leq 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel resiliensi dengan variabel konsep diri berhubungan secara linier. Selanjutnya hasil uji linieritas antara variabel resiliensi dengan penyesuaian diri memperoleh F linier sebesar 172,113 dan taraf signifikan sebesar 0,000 ($p \leq 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel resiliensi dengan variabel penyesuaian diri berhubungan secara linier.

Hasil uji multikolinieritas menunjukkan bahwa hasil *tolance* sebesar 0,478 dengan nilai VIF pada kedua variabel sebesar 2,090 artinya nilai tersebut lebih kecil dari 10, sehingga dapat dikatakan bahwa tidak terjadi multikolinieritas pada variabel bebas model regresi.

Uji hipotesis pertama dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dan penyesuaian diri dengan resiliensi pada mahasiswa dalam menghadapi dampak

banjir dan rob. Hasil analisis data menunjukkan $R = 0,735$ dan $F_{hitung} = 94,164$ dengan signifikansi $0,000$ ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan antara konsep diri dan penyesuaian diri dengan resiliensi mahasiswa dalam menghadapi dampak banjir dan rob. Hasil analisis hipotesis pertama dapat diketahui bahwa konsep diri dan penyesuaian diri secara bersama-sama memiliki sumbangan efektif sebesar $54,1\%$ terhadap variabel resiliensi. Sedangkan $45,9\%$ dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini.

Uji hipotesis kedua dilakukan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dan resiliensi mahasiswa dalam menghadapi dampak banjir dan rob. Hasil uji korelasi memperoleh hasil $r_{xy} = 0,223$ dengan taraf signifikan $0,004$ ($p < 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis kedua diterima, yaitu ada hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan resiliensi. Hasil analisis hipotesis kedua dapat diketahui bahwa variabel konsep diri memiliki sumbangan efektif sebesar 14% terhadap variabel resiliensi.

Uji hipotesis ketiga dilakukan untuk mengetahui hubungan antara penyesuaian diri dengan resiliensi mahasiswa dalam menghadapi dampak banjir dan rob. Hasil uji korelasi antara variabel resiliensi dengan variabel penyesuaian diri memperoleh hasil $r_{xy} = 0,495$ dengan taraf signifikan $0,000$ ($p < 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis ketiga diterima, yaitu ada hubungan positif yang signifikan antara penyesuaian diri dengan resiliensi. Hasil analisis hipotesis ketiga dapat diketahui bahwa variabel penyesuaian diri memiliki sumbangan efektif sebesar $40,1\%$ terhadap variabel resiliensi.

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan penelitian ini memiliki hipotesis yang diuji. Hipotesis pertama yaitu menguji apakah ada hubungan antara konsep diri dan penyesuaian diri dengan resiliensi mahasiswa dalam menghadapi dampak banjir dan rob. Hipotesis kedua menguji apakah ada hubungan antara konsep diri dengan resiliensi mahasiswa dalam menghadapi dampak banjir dan rob dan hipotesis ketiga menguji apakah ada hubungan antara penyesuaian diri dengan resiliensi mahasiswa dalam menghadapi dampak banjir dan rob.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dan penyesuaian diri dengan resiliensi mahasiswa dalam menghadapi dampak banjir dan rob. Artinya semakin positif konsep diri dan penyesuaian diri yang dimiliki mahasiswa maka tingkat resiliensi mahasiswa dalam menghadapi dampak banjir dan rob juga semakin tinggi, yang ditandai mampu mengontrol emosi, bersikap optimis dalam memandang masa depan, mampu menyesuaikan diri dengan keadaan yang sulit, serta mampu mengubah kesulitan menjadi sebuah tantangan.

Hasil hipotesis kedua menunjukkan ada hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan resiliensi mahasiswa dalam menghadapi dampak banjir dan rob. Uji hipotesis kedua diterima. Hal tersebut juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Astuti & Edwina (2007) mengenai resiliensi mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan ditinjau dari konsep diri, di mana hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara konsep diri dengan resiliensi mahasiswa. Artinya semakin positif konsep diri mahasiswa maka tingkat resiliensi mahasiswa juga semakin tinggi.

Hasil hipotesis ketiga menunjukkan ada hubungan positif yang signifikan antara penyesuaian diri dengan resiliensi mahasiswa dalam menghadapi dampak banjir dan rob. Hasil uji hipotesis ketiga diterima. Hasil tersebut selaras dengan penelitian eksperimen yang telah dilakukan oleh Bruce J. Ellis, di mana penelitian tersebut menguji tingkat resiliensi seseorang menggunakan pendekatan berbasis adaptasi. Hasil penelitian menyebutkan bahwa responden yang diberikan treatment adaptasi lebih mampu menghadapi situasi sulit dibandingkan responden yang tidak mendapatkan treatment (Ellis, 2018).

Mengapa konsep diri dan penyesuaian diri memiliki hubungan dengan resiliensi? Hal ini kemungkinan ketika seseorang sedang berada dalam situasi dan kondisi sulit yang penuh

tekanan, kemampuan menyesuaikan diri dengan keadaan tersebut sangat diperlukan. Menurut Ekasari & Andriyani (Astuti & Edwina, 2017) dalam menyikapi suatu permasalahan hidup seseorang dituntut untuk memiliki kemampuan beradaptasi secara positif sehingga ketika kesulitan-kesulitan tersebut datang maka seseorang tidak mudah menyerah dan putus asa dalam menghadapinya serta kemampuan untuk bangkit kembali setelah mengalami kesulitan jauh lebih tinggi. Menurut American Psychological Association (Jr., Mannes, & Scales, 2012) mencirikan bahwa seorang individu yang resilien adalah mampu beradaptasi dengan kesulitan yang dialami, dan secara umum resiliensi dipahami sebagai kemampuan dasar manusia untuk beradaptasi dengan situasi yang baru.

Di samping penyesuaian diri yang memiliki hubungan dengan resiliensi, konsep diri juga memiliki hubungan yang sama karena di antara banyak faktor yang mempengaruhi resiliensi adalah konsep diri. Hal tersebut dikarenakan konsep diri merupakan salah satu aspek perkembangan psikososial seorang individu dan merupakan salah satu variabel yang menentukan keberhasilan seseorang dalam proses belajar (Desmita, 2014).

Fleishman & Schoenberg (Astuti & Edwina, 2017) mengemukakan bahwa seorang individu yang memiliki konsep diri yang positif maka tingkat resiliensi juga akan semakin lebih tinggi, seseorang dengan konsep diri positif memiliki ciri-ciri selalu berpikir positif dalam menghadapi kegagalan serta memandang kegagalan bukan sebuah keterpurukan melainkan sebuah pembelajaran, memiliki sikap optimis dan percaya bahwa pasti bisa bangkit kembali setelah mengalami kesulitan, memandang dirinya berharga dan mampu melihat hal-hal positif yang ada di dalam dirinya serta mampu mengoptimalkan kemampuannya untuk keberhasilan masa depan. berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri dan penyesuaian diri memiliki pengaruh besar terhadap kemampuan seseorang dalam mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam hidupnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif signifikan antara konsep diri dan penyesuaian diri dengan resiliensi mahasiswa dalam menghadapi dampak banjir dan rob. Artinya semakin positif konsep diri dan penyesuaian diri yang dimiliki oleh mahasiswa maka tingkat resiliensi mahasiswa dalam menghadapi dampak banjir dan rob juga semakin tinggi, begitu juga sebaliknya semakin negatif konsep diri dan penyesuaian diri yang dimiliki oleh mahasiswa maka tingkat resiliensi yang dimiliki oleh mahasiswa dalam menghadapi dampak banjir dan rob juga semakin rendah.

Saran pertama diberikan kepada Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung yang memiliki resiliensi, konsep diri dan penyesuaian diri dalam kategori tinggi ke sangat tinggi diharapkan tetap dipertahankan dengan berusaha optimis, percaya diri, pantang menyerah serta tidak mudah putus asa.

Saran kedua diberikan kepada peneliti selanjutnya disarankan agar lebih mendalami faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi mahasiswa terutama faktor dukungan sosial, faktor inteligensi, harga diri, kompetensi sosial, dan faktor komunitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, H. (2006). *Psikologi Perkembangan, Pendekatan Ekologi Kaitanya Dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja*. Bandung: Refika Aditama.
- Alsa, A. (2001). *Kontroversi Uji Asumsi Dalam Statistik Parametrik*. Buletin Psikologi, 18-22.
- Astuti, F., & Edwina, T. N. (2017). *Resiliensi pada Mahasiswa Tahun Pertama Program Kelas Karyawan Ditinjau dari Konsep Diri*. Jurnal Psikologi, 11(2), 1-10.
- Berita Satu. (2018, Mei Rabu). Dipetik Senin 8 Oktober, 2018, *Dari Kaligawe Akibatkan Kemacetan Panjang*: <http://www.beritasatu.com/nasional/493735-banjir-kaligawe-semarang-akibatkan-kemacetan-panjang.html>

- Desmita. (2014). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Ellis, J. B. (2018). *Toward an Adaptation-Based Approach to Resilience*. *Journal of Psychology*, 17(1), 1-13.
- Evarall, R. D., Altrows, K. J., & Paulson, B. L. (2006). *Creating A Future: A study of Resilience in Suicidal Female Adolescents*. *Journal of Counseling & Development*, 26 (2), 461- 470.
- Issacson, B. (2002). *Characteristics and Enhancement of Resiliency in Young People*. A Research Paper, 11(1), 1-15
- Jr., A. S., Mannes, M., & Scales, P. (2012). *Positive Adaptation, Resilience, and the Developmental Asset Framework*. *Journal Psychology*, 10(1), 1-16.
- Kompas.com. (2018, Januari Rabu). Dipetik Senin 8 Oktober, 2018, *Dari Jelang Supermoon, Pantura Semarang Dilanda Banjir Rob*: <https://regional.kompas.com/read/2018/01/30/12410981/jelang-supermoon-pantura-semarang-dilanda-banjir-rob>
- LaFramboise, T. (2006). *Family, Community, and School Influences on Resilience Among American Indian Adolescents in the Upper Midwest*. *Journal of Social Psychology*, 7(1), 193-209.
- Morgot, H. (1997). *Resilience and Severe Burns*. *Journal of Counseling*, 6(2), 365- 371
- Novianty, A. (2011). *Penyesuaian Dusun Panjang Ditinjau dari Resiliensi Komunitas Pasca Gempa*. *Jurnal Psikologi*, 38(1), 30-39.
- Rakhmat, J. (2009). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor*. New York: Broadway Books.
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Shalihat , A. K. (2015). *Pola Adaptasi Masyarakat Terhadap Banjir di Perumahan Genuk Indah Kota Semarang*. Skripsi tidak diterbitkan.
- Siswanto. (2007). *Kesehatan Mental: Konsep, Cakupan, dan Perkembangan*. Yogyakarta: C.V. Andi offset.
- Snyder, C., & Lopez, J. (2007). *Positive Psychology: The Scientific and Practical Explorations of Human Strength*. New Delhi: Sage Publication.
- Sundari, S. (2005). *Kesehatan Mental Dalam Kehidupan*. Jakarta: Rineka Cipta.