



Membangun Resiliensi Ditengah Keterbatasan: Peran *Self-Compassion* Dan *Secure Attachment* Pada Remaja Penyandang Tunadaksa

Yoan Fauziah Adiningrum¹, Annisa Fitriani², Eska Prawisudawati Ulpa³

^{1*,2*,3} Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Indonesia

^{1*} fauziah13yoan@gmail.com, ² annisa.fitriani@radenintan.ac.id,

³ eskaprawisudawati@radenintan.ac.id

Article Info

Article history:

Received august 2^{mo},
2024

Revised September 3^{tu},
2024

Accepted March 11^{tu},
2025

Keyword:

resilience, self-compassion, secure attachment, adolescents, physical disability

ABSTRACT

Adolescents with impairment face multiple challenges, both physical and psychological, in their efforts to accept their physical condition and cope with various problems. This condition requires the ability to bounce back in undergoing these difficult conditions. This study aims to determine the relationship between self-compassion and secure attachment with resilience in adolescents with disabilities. The study used quantitative research, this study involved a sample of 106 adolescents. Data was collected through questionnaires, namely the resilience scale, self-compassion scale, and secure attachment scale. Data analysis techniques using multiple regression analysis were obtained using JASP 0.17.1.0 for windows. The results showed a strong correlation ($R = 0.795$) between self-compassion and secure attachment with resilience, where the two factors together accounted for 63.2% of the variance in resilience.

Copyright © 2025 Jurnal IDEA.
All rights reserved.

Corresponding Author:

Yoan Fauziah Adiningrum
Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung
Email: fauziah13yoan@gmail.com

Abstrak: Remaja penyandang tunadaksa menghadapi tantangan ganda, baik secara fisik maupun psikologis, dalam upaya mereka untuk menerima kondisi fisik dan mengatasi berbagai permasalahan. Kondisi ini dibutuhkan kemampuan untuk bangkit kembali dalam menjalani kondisi sulit tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-compassion* dan *secure attachment* dengan resiliensi pada remaja tunadaksa. Penelitian menggunakan kuantitatif, penelitian ini melibatkan sampel 106 remaja. Data yang dikumpulkan melalui kuesioner, yaitu skala resiliensi, skala *self-compassion*, dan skala *secure attachment*. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi berganda diperoleh dengan menggunakan JASP 0.17.1.0 for windows. Hasil penelitian menunjukkan korelasi yang kuat ($R = 0.795$) antara *self-compassion* dan *secure attachment* dengan resiliensi, dimana kedua faktor tersebut secara bersama-sama menyumbang 63.2% dari varians resiliensi.

Kata kunci: *resilience, self-compassion, secure attachment, adolescents, physical disability*

Author: Yoan Fauziah Adiningrum et.al

Pendahuluan

Masa remaja adalah fase kritis dalam perkembangan manusia, di mana individu mengalami perubahan fisik, psikologis, sosial, dan emosional yang signifikan (Mekeama et al., 2022). Tantangan yang dihadapi pada masa ini meliputi harapan, kesulitan, dan gejolak emosional seperti kecemasan dan keraguan, yang merupakan bagian dari pembentukan identitas mereka di masa depan. Namun, tidak semua remaja menjalani masa ini dengan kebahagiaan, karena beberapa mungkin telah mengalami peristiwa traumatis, sementara yang lainnya tidak (Ilmi, 2022). Tantangan-tantangan ini menjadi semakin kompleks ketika dikaitkan dengan keterbatasan fisik yang dialami oleh remaja penyandang tunadaksa.

Tunadaksa merujuk pada individu yang mengalami ketidaksempurnaan pada anggota tubuh akibat kecacatan, yang ditandai dengan kerusakan pada tulang, otot, atau sendi, sehingga mengakibatkan gangguan fungsi tubuh yang tidak optimal. Remaja penyandang tunadaksa menghadapi tantangan ganda, baik secara fisik maupun psikologis, dalam upaya mereka untuk menerima kondisi fisik dan mengatasi berbagai permasalahan (Danti & Satiningsih, 2021; Utami, Arnez, Budi, & Yulita, 2023).

Menurut Badan Pusat Statistik (BPS), pada 2022 terdapat 17 juta penyandang disabilitas. Kemudian, angka penyandang disabilitas pada 2023 jauh lebih tinggi dari pada tahun sebelumnya, meningkat sebanyak 34% dengan jumlah mencapai 22,97 juta jiwa atau sekitar 8,5% dari jumlah penduduk Indonesia. Data dari Dinas Sosial Provinsi Lampung pada tahun 2024 menyebutkan penyandang disabilitas fisik terdapat 3140 jiwa. Angka yang tinggi ini menekankan perlunya perhatian yang mendalam untuk memahami kebutuhan dan tantangan yang dihadapi oleh penyandang tunadaksa.

Individu yang memiliki keterbatasan fisik terjadi karena kecelakaan atau hal lainnya dan bukan dari lahir dapat membuatnya merasa rendah diri, menarik diri dari lingkungan, putus asa, dan juga stress (Pratiwi, 2018; Larasati & Savira, 2019). Proses adaptasi menjadi langkah krusial bagi individu dengan disabilitas fisik dalam mengatasi kehilangan fungsi tubuh, yang memungkinkan mereka untuk membangun mekanisme koping yang efektif dan menyesuaikan diri dengan perubahan fisik dan sosial yang signifikan (Janna & Lukmawati, 2021). Dengan demikian, resiliensi menjadi faktor kunci yang memungkinkan mereka untuk bertahan dan berkembang meskipun menghadapi berbagai kesulitan (Hague & Mullender, 2006; Masten & Gewirtz, 2006; Reivich & Shatte, 2002).

Menurut Connor & Davidson (2003) resiliensi didefinisikan sebagai kecakapan seseorang dalam mengatasi depresi dan kecemasan, serta dalam menangani tekanan atau stres. Resiliensi dapat dikatakan sebagai bentuk kesadaran milik setiap individu untuk mengubah cara berpikirnya ketika dihadapkan pada sebuah masalah sehingga individu tersebut menjadi pantang menyerah dan sukar putus asa. Individu mampu menempatkan diri dengan baik atau beradaptasi terhadap peristiwa yang tidak diinginkan. Misalnya seperti mampu menghadapi, melalui, dan menyelesaikan permasalahan yang sedang terjadi. Resiliensi milik seorang individu akan membuat individu tersebut cenderung siap untuk berhadapan, mengatasi, serta mengeluarkan diri dari tekanan yang sedang dihadapi (Ramadhani et al., 2023). Menurut Everall, Altrows dan Paulson (2006) remaja yang resilien umumnya memiliki orientasi masa depan yang mencakup tujuan, harapan, dan perencanaan yang terstruktur, serta mengintegrasikan ketekunan dan ambisi dalam upaya mencapai hasil yang diharapkan.

Author: Yoan Fauziah Adiningrum et.al

Dalam penelitian terdahulu anak penyandang disabilitas di daerah Kuantan Tengah menunjukkan bahwa berada pada kategori sedang yaitu 52% (Putra, 2022). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Lessy & Huwae (2024) mengemukakan bahwa siswa penyandang disabilitas telah memiliki tingkat resiliensi yang sedang. Dapat disimpulkan maka perlu peningkatan pada resiliensi mereka agar anak penyandang disabilitas dapat menjalankan kehidupan yang efektif sehari-hari melalui keinginan yang kuat untuk bangkit dari keterpurukan, meningkatkan kapabilitas agar hambatan yang disandangnya tidak menjadi kendala untuk berprestasi atau bertahan hidup (Putra, 2022). Hal ini mengindikasikan bahwa remaja penyandang disabilitas dapat mengatasi masalah dan kendala dalam kehidupan sehari-hari. Mereka juga dapat bertahan dan berkembang dalam menghadapi masalah dan tantangan. Sebagai hasil dari kemampuan mereka untuk mengatasi kendala-kendala tersebut.

Melihat adanya individu dengan resiliensi rendah maka perlu meninjau peran dari *self-compassion* untuk meningkatkan resiliensi. Ross & Faustini (1990) menjelaskan salah satu faktor yang berperan penting dalam membangun resiliensi adalah *self-compassion*. *Self-compassion* merupakan emosi yang baik yang membantu melindungi orang dari penilaian negatif terhadap diri sendiri, perasaan terisolasi, dan keputusan (K. D. Neff, 2003). Neff & McGehee (2010) mengemukakan bahwa *self-compassion* merupakan mekanisme adaptif yang signifikan ketika individu dihadapkan pada berbagai tantangan. Dalam hal ini, *self-compassion* menjadi penting karena membantu individu menerima keterbatasan mereka dengan sikap yang lebih baik dan penuh pengertian, alih-alih terus-menerus menghakimi diri sendiri. Remaja dengan tingkat resiliensi yang baik cenderung mampu menunjukkan kasih sayang dan perhatian penuh terhadap dirinya sendiri saat menghadapi situasi sulit. Kemampuan ini berperan penting dalam membantu mereka pulih dari kesulitan yang dialami. Fenomena ini sering diidentifikasi sebagai *self-compassion*.

Dalam penelitian sebelumnya, Zaharuddin & Wahyuni (2021) menemukan adanya korelasi yang signifikan ($r = 0,009 < p = 0,05$) antara *self-compassion* dengan resiliensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 27 remaja (67.5%) termasuk kategori sedang, dan 6 remaja (17.5%) termasuk kategori tinggi. Maka subjek pada penelitian ini memiliki *self-compassion* yang tinggi. Kemudian temuan penelitian lain dari Septiyani & Novitasari (2017) menunjukkan bahwa 15 remaja (37,5%) dengan kategori tinggi dan 3 remaja (7.5%) dengan kategori sangat tinggi, hal ini diketahui bahwa subjek paling banyak dalam kategori *self-compassion* yang tinggi.

Resiliensi dipengaruhi oleh sejumlah faktor selain *self-compassion*, terdapat variabel pengaruh individu, keluarga, dan eksternal/masyarakat yang memengaruhi resiliensi juga disoroti dalam (Everall, Altwors, & Paulson, 2006) *secure attachment* antara orang tua dan anak adalah komponen keluarga yang dipertimbangkan. Hal ini menunjukkan bahwa *secure attachment* merupakan salah satu elemen yang dapat mempengaruhi resiliensi. Menurut Santrock (2014), kelekatan aman (*secure attachment*) merupakan jenis *attachment* yang paling ideal bagi perkembangan psikologis individu. Individu dengan *attachment* aman merasa nyaman dan aman dalam hubungan dengan figur pengasuh. Mereka percaya bahwa figur pengasuh akan selalu tersedia dan responsif terhadap kebutuhannya. Hal ini memberikan individu rasa aman dan kepercayaan diri untuk mengeksplorasi dunianya dan mengembangkan kemandiriannya. Hubungan kelekatan antara orang tua dan anak remaja juga memiliki peran signifikan dalam pembentukan perilaku individu (Santrock, 2002).

Author: Yoan Fauziah Adiningrum et.al

Penelitian terdahulu oleh Nuraini (2020) menunjukkan hubungan yang signifikan artinya semakin tinggi pula skor kelekatan remaja dengan ibu maka semakin tinggi pula skor penyesuaian diri pada remaja disabilitas fisik. Nilai koefisien korelasi antara kelekatan remaja dengan ibu dan penyesuaian diri adalah sebesar $r=0,815$ ($p<0,05$), artinya kekuatan hubungan antara variabel sebesar 0,815, dengan variabel kelekatan ibu terdapat 27 remaja (48%) termasuk kategori tinggi dan 29 remaja (52%) termasuk kategori rendah. Pada penelitian terdahulu Vandesande, Bosmans, Sterkenburg, Schuengel, & Maes (2022) melalui wawancara semi-terstruktur dengan 54 orang tua, penelitian ini menemukan bahwa orang tua mengakui peran mereka sebagai pengatur stres dan, dalam tingkat yang lebih rendah, sebagai dasar yang aman bagi anak-anak mereka. Meskipun hubungan keterikatan antara orang tua dan anak digambarkan sebagai positif, para orang tua juga mengidentifikasi tantangan yang signifikan dalam membangun keterikatan yang aman. Penelitian ini menyoroti pentingnya perspektif orang tua dalam memahami dan mengintervensi tantangan-tantangan tersebut, yang dapat memberikan manfaat dalam praktik klinis untuk mendukung perkembangan emosional anak dengan disabilitas intelektual yang berat atau mendalam.

Remaja penyandang tunadaksa sering menghadapi tantangan yang mempengaruhi kemampuan mereka dalam bertahan dan beradaptasi, yang dapat berdampak pada kondisi psikologis serta resiliensi mereka. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *self-compassion* dan *secure attachment* berperan penting dalam membangun resiliensi individu yang menghadapi tantangan signifikan, namun studi kuantitatif terkait peran kedua faktor ini pada remaja tunadaksa masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk mengisi gap tersebut dengan mengukur hubungan antara *self-compassion* dan *secure attachment* dengan resiliensi pada remaja penyandang tunadaksa. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai faktor-faktor yang mendukung resiliensi pada kelompok ini.

Metode

Populasi pada penelitian ini adalah penyandang tunadaksa di Lampung. Pengambilan data dilakukan dengan membagikan kuesioner yang disebarikan melalui grup atau komunitas penyandang tunadaksa. Peneliti menggunakan *non-probability sampling* dengan teknik *purposive sampling* dengan jumlah 106 responden. Kriteria partisipan remaja mengalami disabilitas fisik atau tunadaksa, berusia 12-21 tahun, dan tinggal di Provinsi Lampung.

Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala Likert. Skala Likert digunakan untuk menilai sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok terhadap fenomena sosial tertentu (Sugiyono, 2013). Skala resiliensi pada penelitian ini merujuk pada teori Connor & Davidson, 2003 yang di adopsi dari Prawita & Heryadi (2023) terdiri dari 25 aitem dengan reliabilitas 0,887. Skala *self-compassion* pada penelitian ini merujuk teori Neff (2003) yang di adopsi oleh Sugianto et al (2020) terdiri dari 26 aitem dengan reliabilitas 0,872. Skala *secure attachment* pada penelitian ini merujuk teori Armsden & Greenberg (1987) yang di adopsi dari Maureen & Febrieta (2024) terdiri dari 25 aitem dengan reliabilitas 0,91.

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknis analisis regresi berganda dengan menggunakan JASP 0.17.1.0 *for windows*.

Hasil

Penelitian ini dilakukan kepada remaja tunadaksa berjumlah 106 responden dengan rentang usia 12-21 tahun, dengan data responden sebagai berikut:

Tabel 1

Data Responden

Kategori Responden	Jumlah (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	41	38,7%
Perempuan	65	61,3%
Usia		
12-14 Tahun	5	8,5%
15-17 Tahun	29	27,4%
18-21 Tahun	68	64,2%
Status Tempat Tinggal		
Tinggal Bersama Ayah	7	6,6%
Tinggal Bersama Ibu	10	9,4%
Tinggal Bersama Orang Tua	89	84,0%
Tempat Tinggal		
Lampung Selatan	12	11,3%
Lampung Utara	8	7,5%
Lampung Barat	4	3,8%
Lampung Tengah	13	12,3%
Bandar Lampung	14	13,2%
Metro	17	16,0%
Lampung Timur	8	7,5%
Pringsewu	8	7,5%
Tanggamus	3	2,8%
Way Kanan	11	10,4%
Mesuji	6	5,7%
Tulang bawang	1	0,9%
Tulang bawang barat	1	0,9%

Berdasarkan tabel 1. Diketahui bahwa responden terdiri dari 65 perempuan (61,3%) dan 41 laki-laki (38,7%). Rentang usia 12-14 tahun berjumlah 5 (8,5%), usia 15-17 tahun 29 (27,4%), dan jumlah terbanyak usia 18-21 berjumlah 68 (64,2%). Partisipan terbanyak berdomisili di Metro (16%).

Tabel 2

Kategorisasi Data Variabel Resiliensi

Variabel	Rentan Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Resiliensi	$X < 64$	Rendah	10	9,4%
	$64 \leq X < 8$	Sedang	69	65,1%
	$X \geq 82$	Tinggi	27	25,5%

Berdasarkan tabel 2. hasil kategorisasi data dari variabel resiliensi, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat resiliensi yang sedang (65,1%) dengan jumlah 69 orang, sementara 27 orang (25,5%) memiliki resiliensi tinggi dan 10 orang (9,4%) memiliki resiliensi rendah.

Tabel 3
Kategorisasi Data Variabel Resiliensi self-compassion

Variabel	Rentan Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
<i>Self-compassion</i>	$X < 65$	Rendah	17	16,0%
	$65 \leq X < 88$	Sedang	71	67,0%
	$X \geq 88$	Tinggi	18	17,0%

Berdasarkan tabel 3. hasil kategorisasi data dari variabel *self-compassion*, sebagian besar responden berada pada kategori sedang (67,0%) dengan 71 orang, diikuti kategori rendah sebanyak 17 orang (16,0%) dan kategori tinggi sebanyak 18 orang (17,0%).

Tabel 4
Kategorisasi Data Variabel Resiliensi

Variabel	Rentan Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
<i>Secure attachment</i>	$X < 64$	Rendah	16	15,1%
	$64 \leq X < 86$	Sedang	81	76,4%
	$X \geq 86$	Tinggi	9	8,5%

Berdasarkan tabel 4. hasil kategorisasi data dari variabel *secure attachment*, menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori sedang (76,4%) dengan 81 orang, sementara 16 orang (15,1%) memiliki *secure attachment* rendah dan 21 orang (22,2%) memiliki *secure attachment* tinggi.

Tabel 5
Uji Hipotesis

Model Summary - Resiliensi					
Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE	Durbin-Watson
H ₀	0.000	0.000	0.000	12.28	0.657
H ₁	0.795	0.632	0.625	5	0.468

Sumber: Output JASP

Berdasarkan hasil uji statistik regresi berganda diperoleh pada tabel model summary nilai R sebesar 0.795 ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara *self-compassion* dan *secure attachment* dengan resiliensi sebesar 79,5%. Sedangkan, nilai koefisien determinasi (R²) sebesar 0.632. Ini berarti *self-compassion* dan *secure attachment* secara bersama-sama memberikan sumbangan efektif sebesar 63.2% terhadap resiliensi. Sedangkan sisanya sebesar (36.8%) dipengaruhi oleh variabel lain.

Uji non-autokorelasi dapat dilakukan dengan mengacu pada nilai Durbin-Watson. Jika nilai Durbin-Watson berada dalam rentang -2 hingga 2, maka data dinyatakan bebas dari autokorelasi. Dalam penelitian ini, nilai Durbin-Watson sebesar 0,468 menunjukkan bahwa tidak

terdapat autokorelasi. Oleh karena itu, data tersebut memenuhi syarat untuk digunakan dalam analisis regresi berganda.

Berdasarkan uji anova diperoleh nilai F-statistik sebesar 88,413 sehingga F tabel pada taraf signifikan 5% adalah sebesar 3,94, maka dapat disimpulkan secara bersama-sama seluruh variabel independen yakni *self-compassion* dan *secure attachment* memiliki hubungan dengan resiliensi pada remaja penyandang tunadaksa. Pengaruhnya adalah sangat signifikan antara variabel *self-compassion* dan *secure attachment* terhadap resiliensi karena p (sig.) adalah 0.001 dengan nilai $p < 0.05$.

Tabel 6
Koefisien Regresi

Coefficients						
Model		Unstandardized	Standard Error	Standardized	t	p
		B	Std. Error	Beta		
0	(Intercept)	71.038	1.193		59.532	< .001
1	(Intercept)	11.429	4.565		2.504	0.014
	Self-compassion	0.230	0.077	0.259	2.994	0.003
	Secure Attachment	0.548	0.080	0.588	6.806	< .001

Sumber: Output JASP

Berdasarkan tabel 6 analisis regresi diketahui bahwa variabel internal yaitu *self-compassion* terhadap variabel terikat yaitu resiliensi memiliki nilai $p=0.003$ ($p<0.05$) dan nilai T sebesar $2.994 > t\text{-table}=1.962$. Hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan secara signifikan antara *self-compassion* dengan resiliensi, maka H1 juga dapat diterima yang berarti *self-compassion* secara signifikan mempengaruhi resiliensi remaja penyandang tunadaksa.

Hasil penelitian pada variabel eksternal yaitu *secure attachment* diketahui bahwa nilai $p<.001$ ($p<0.05$) dan nilai T sebesar $6.806 > t\text{-table}=1.962$. Hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan secara signifikan antara *secure attachment* dengan resiliensi, maka H2 juga dapat diterima yang berarti *secure attachment* secara signifikan mempengaruhi resiliensi remaja penyandang tunadaksa.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *self-compassion* dan *secure attachment* dengan resiliensi pada remaja penyandang tunadaksa. Berdasarkan hasil analisis regresi berganda diketahui uji hipotesis menunjukkan nilai korelasi (R) sebesar 0.795 dengan nilai R yang semakin mendekati satu maka menunjukkan semakin kuatnya hubungan antara *self-compassion* dan *secure attachment* dengan resiliensi. Hasil penelitian membuktikan hipotesis dalam penelitian ini yaitu ada hubungan positif dan signifikan antara *self-compassion* dan *secure attachment* dengan resiliensi.

Pada variabel *self-compassion*, hasil uji hipotesis menunjukkan $p=0.03$ ($p<0.05$) diketahui bahwa *self-compassion* memiliki hubungan signifikan dengan resiliensi, yang berarti semakin tinggi *self-compassion* maka semakin tinggi resiliensi, begitu juga sebaliknya semakin rendah *self-compassion* maka semakin rendah resiliensi.

Author: Yoan Fauziah Adiningrum et.al

Self-compassion yang mayoritas berada pada kategori sedang (67%). Hal ini selaras dengan penelitian Rahma & Puspitasari (2019) pada variabel *self-compassion* diketahui bahwa sebanyak 63 subjek (45%) termasuk kategori sedang dan 77 subjek (55%) kategori tinggi. Adapun temuan penelitian ini menunjukkan bahwa responden memiliki kemampuan yang cukup dalam memperlakukan diri dengan baik saat menghadapi kesulitan. Temuan ini sejalan dengan Rahma & Puspitasari (2019) menghadapi kekurangan dan kegagalan bukanlah hal yang mudah diterima. Namun, dengan adanya *self-compassion*, individu dapat lebih cepat memahami dan menerima pengalaman tersebut, sehingga mampu memperoleh wawasan yang lebih baik. Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat *self-compassion* yang tinggi dapat berperan signifikan dalam membantu remaja tunadaksa menghindari perasaan rendah diri dan isolasi sosial, sehingga mereka lebih mampu menerima keterbatasan yang dimiliki dan menjalani kehidupan dengan lebih adaptif (Septiyani & Novitasari, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Neff & Germer (2017) menunjukkan bahwa individu dengan tingkat belas kasih yang rendah cenderung berasal dari latar belakang keluarga yang kurang mendukung, memiliki ibu yang kritis, serta menunjukkan pola keterikatan yang tidak aman. Temuan ini relevan dengan *secure attachment* diyakini menjadi fondasi penting dalam pembentukan *self-compassion*, yang pada gilirannya berkontribusi pada pengembangan resiliensi. Dengan kata lain, remaja tunadaksa yang memiliki pola keterikatan yang aman lebih mungkin mengembangkan kemampuan *self-compassion*, yang membantu mereka menghadapi tantangan hidup dengan ketahanan emosional yang lebih baik.

Berdasarkan analisis data demografis, mayoritas responden adalah perempuan (61,3%) dan berada pada rentang usia 18-21 tahun (64,2%). Sebagian besar responden (84%) tinggal bersama kedua orang tua, yang mengindikasikan adanya potensi dukungan keluarga yang lebih komprehensif. Pada variabel *secure attachment* yang mayoritas berada pada level sedang (76,4%) mengindikasikan bahwa sebagian besar responden memiliki hubungan yang cukup aman dengan figur *attachment* mereka. Hal ini dapat dijelaskan oleh tingginya persentase responden yang tinggal bersama kedua orang tua.

Keberadaan orang tua, baik ibu maupun ayah, memegang peran penting terutama dalam kualitas interaksinya (Wahyuningsih et al., 2021). Hubungan antara orang tua dan anak merupakan salah satu aspek paling mendasar dalam kehidupan manusia. Berdasarkan teori perkembangan psikososial, membangun rasa percaya pada anak sejak usia dini memiliki peran yang sangat penting. Anak yang memiliki ikatan kuat dengan orang tuanya cenderung menunjukkan perkembangan emosional yang lebih optimal, yang mendukung kemampuan mereka untuk mempercayai orang lain di lingkungan sosialnya. Sebaliknya, anak dengan ikatan yang lemah dengan orang tua cenderung bersikap lebih pasif dan membutuhkan waktu lebih lama untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru (Cottingham & Erickson, 2020).

Temuan ini sejalan dengan penelitian Rachmawati & Listiyandini (2020) yang menekankan pentingnya peran keluarga dalam pengembangan resiliensi remaja. Muarifah et al (2020) menekankan melalui hubungan *attachment* dengan orang tua, remaja belajar mengembangkan rasa aman meskipun menghadapi situasi yang penuh tekanan. Rasa aman tersebut berperan dalam mendorong munculnya perilaku adaptif yang membantu remaja menghadapi peristiwa negatif yang berpotensi menimbulkan stres. Aini et al (2021) mengungkapkan individu yang memiliki *secure attachment* akan dapat berusaha menggunakan kesadarannya dan terus fokus untuk mengatasi masalah yang sedang dihadapi, khususnya menghadapi kondisi keterbatasan fisik.

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat resiliensi sedang (65,1%). Temuan ini dapat dijelaskan melalui kontribusi signifikan dari *self-compassion* ($p=0,003$) dan *secure attachment* ($p<0,001$). *Secure attachment* memiliki pengaruh yang lebih kuat ($\beta=0,588$) dibandingkan *self-compassion* ($\beta=0,259$), mengindikasikan bahwa faktor eksternal berupa dengan pengasuh memainkan peran lebih dominan dalam membentuk resiliensi.

Temuan di atas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bluth et al (2018) memiliki korelasi positif antara *self-compassion* dengan resiliensi dengan nilai ($\beta=0,55$). Pada hasil penelitian Neff & Vonk (dalam Permatasari & Meilita, 2022) yang menemukan korelasi yang rendah antara *self-compassion* dengan dilakukan pada sampel usia yang lebih tua di Denmark menjelaskan semakin tinggi tingkat usia maka akan semakin tinggi juga *self-compassion* seseorang. Menurut Wahyuningsih, Novitasari, & Kusumaningrum (2020) orang tua memegang peran penting terutama dalam kualitas interaksinya, kelekatan yang aman (*secure attachment*) seseorang akan menjadi landasan setiap anak untuk mengembangkan rasa percaya pada lingkungan sekitarnya (Oldfield et al., 2016). Spruit et al (2020) menunjukkan bahwa kelekatan aman memiliki hubungan negatif dengan tingkat depresi pada remaja, sedangkan kelekatan tidak aman menunjukkan hubungan positif dengan depresi pada kelompok tersebut.

Resiliensi dapat diartikan sebagai kemampuan atau respons individu dalam menghadapi situasi yang mengancam, seperti penyakit serius dan kehilangan Basal et al (2020) Konsep ini berkaitan dengan interaksi antara berbagai karakteristik internal dan eksternal individu yang memengaruhi respons mereka terhadap stres dan peristiwa yang berkaitan dengan stres (Osório et al., 2017). Tingkat resiliensi yang tinggi memungkinkan individu untuk beradaptasi dengan tuntutan baru dalam kehidupan mereka (Zakiei et al., 2017). Resiliensi dapat dianggap sebagai struktur dasar yang berfungsi sebagai elemen perlindungan terhadap peristiwa kehidupan yang penuh tekanan, seperti keterbatasan fisik (Çapan, 2017). Selain itu, individu dengan tingkat resiliensi yang tinggi menunjukkan pengurangan tekanan emosional serta perilaku yang lebih adaptif dan fleksibel, bahkan ketika menghadapi peristiwa kehidupan yang traumatis dan negatif (Zakiei et al., 2017).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua variabel independen memiliki hubungan yang signifikan dengan resiliensi, dengan kontribusi total sebesar 63,2%. Kontribusi kedua variabel sebesar 63,2% terhadap resiliensi menunjukkan peran penting faktor internal dan eksternal dalam pengembangan resiliensi. Namun, masih ada 36,8% variasi yang dijelaskan oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam studi ini, seperti efikasi diri, harga diri, optimisme, locus kendali internal, konsep diri yang positif, kapasitas intelektual, dan karakteristik demografis sebagaimana diidentifikasi dalam penelitian (Herrman et al., 2011).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh dalam penelitian ini, menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara *self-compassion* dan *secure attachment* dengan resiliensi pada remaja, artinya semakin tinggi *self-compassion* dan *secure attachment* maka semakin tinggi juga resiliensi remaja penyandang tunadaksa. Mayoritas remaja penyandang tunadaksa di Lampung memiliki resiliensi sedang dengan responden sebanyak 69 remaja (65,1%). Berdasarkan koefisien determinasi (R^2) variabel bebas *self-compassion* dan *secure attachment* secara bersama-sama memberikan sumbangan efektif sebesar 63.2% terhadap variabel terikat resiliensi. Sedangkan sisanya sebesar (36.8%) dipengaruhi oleh variabel lain.

Referensi

- Aini, D. K., Stück, M., Sessiani, L. A., & Darmuin. (2021). How do they deal with the Pandemic? The effect of secure attachment and mindfulness on adolescent resilience. *Psikohumaniora*, 6(1), 103–116. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v6i1.6857>
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427–454. <https://doi.org/10.1007/BF02202939>
- Basal, F., Onur, S., Yamac, D., Karacin, C., Zengin, G., Bilgetekin, İ., Demirci, U., & Oksuzoglu, B. (2020). Does a Secure Attachment Style Predict High Psychological Resilience in Patients With Cancer Receiving Chemotherapy? *Cureus*, 12(10), 1–10. <https://doi.org/10.7759/cureus.10954>
- Bluth, K., Mullarkey, M., & Lathren, C. (2018). Self-Compassion: A Potential Path to Adolescent Resilience and Positive Exploration. *Journal of Child and Family Studies*, 27(9), 3037–3047. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1125-1>
- Çapan, B. E. (2017). Secure Attachment and Forgiveness: The Mediating Role of Psychological Resilience. *Hacettepe University Journal of Education*, 1–13. <https://doi.org/10.16986/HUJE.2017030459>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new Resilience scale: The Connor-Davidson Resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Cottingham, M. D., & Erickson, R. J. (2020). The Promise of Emotion Practice: At the Bedside and Beyond. *Work and Occupations*, 47(2), 173–199. <https://doi.org/10.1177/0730888419892664>
- Danti, R. R., & Satiningsih. (2021). Resiliensi Remaja Penyandang Tuna Daksa yang Mengalami Broken Home. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(6).
- Everall, R. D., Altrows, K. J., & Paulson, B. L. (2006). Creating a Future: A Study of Resilience in Suicidal Female Adolescents. *Journal of Counseling & Development*, 84(4), 461–470. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2006.tb00430.x>
- Hague, G., & Mullender, A. (2006). Who listens? the voices of domestic violence survivors in service provision in the United Kingdom. *Violence Against Women*, 12(6), 568–587. <https://doi.org/10.1177/1077801206289132>
- Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B., & Yuen, T. (2011). What is resilience? *Canadian Journal of Psychiatry*, 56(5), 258–265. <https://doi.org/10.1177/070674371105600504>
- Ilmi, A. F. (2022). Manajemen Resiliensi Remaja Pada Keluarga Single Parent dari Perceraian. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2), 267–274. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.192>
- Janna, M., & Lukmawati, L. (2021). Resilience of Persons with Impairment Non congenital at Budi Perkasa Palembang Social and Physical Rehabilitation Center: Resiliensi Pada Penyandang Tunadaksa Non bawaan di Balai Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas dan Fisik Budi Perkasa Palembang. *Proceeding of Inter-Islamic University Conference on Psychology*, 1(1), 1–11. <http://m.tribunnews.com/amp/sport>
- Larasati, T., & Savira, S. I. (2019). Resiliensi Pada Penyandang Tunadaksa Akibat Kecelakaan. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, 06(05), 1–8.
- Lessy, P. P., & Huwae, A. (2024). Gratitude and Resilience among Students with Disabilities in Indonesia. *Indonesian Journal of Disability Studies The*, 11(1), 45–60. <https://doi.org/10.21776/ub.ijds.2024.11.1.4>
- Masten, A. S., & Gewirtz, A. H. (2006). Resilience in Development: The Importance of Early Childhood. *Encyclopedia on Early Childhood Development*, 1–6.
- Maureen, C. L., & Febrieta, D. (2024). Peran Kelekatan Orang Tua untuk Meningkatkan Regulasi Emosi pada Remaja Akhir. *Schema Journal of Psychological Research*, 9(01).
- Mekeama, L., Oktarina, Y., & Yuliana, N. (2022). Upaya pencapaian tugas perkembangan remaja

- melalui terapi kelompok terapeutik. *Medic*, 5(2), 6.
- Muarifah, A., Fauziah, M., & Saputra, W. N. E. (2020). Kontribusi Parent-Child Attachment terhadap Regulasi Emosi, Harga Diri, Konformitas dan Resiliensi Siswa. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 5(2), 63–71. <https://doi.org/10.17977/um001v5i22020p063>
- Neff, K. (2003). The Relational Compassion Scale: Development and Validation of a new self rated Scale for the Assessment of Self Other Compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223–250. <https://doi.org/10.1080/15298860390209035>
- Neff, K. D. (2003). Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *Psychology Press*, 2(2), 85–101. <https://doi.org/10.1080/15298860390129863>
- Neff, K. D., & Germer, C. K. (2017). Self-compassion and Psychological Well-Being. In *Oxford handbook of compassion science* (pp. 371–386). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199777600.003.0008>
- Neff, K. D., & McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9(3), 225–240. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1080/15298860902979307>
- Nuraini, A. F. (2020). Hubungan kelekatan terhadap ibu dan penyesuaian diri pada remaja disabilitas fisik. *Cognicia*, 8(2), 191–205. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i2.11538>
- Oldfield, J., Humphrey, N., & Hebron, J. (2016). The role of parental and peer attachment relationships and school connectedness in predicting adolescent mental health outcomes. *Child and Adolescent Mental Health*, 21(1), 21–29. <https://doi.org/10.1111/camh.12108>
- Osório, C., Probert, T., Jones, E., Young, A. H., & Robbins, I. (2017). Adapting to Stress: Understanding the Neurobiology of Resilience. *Behavioral Medicine*, 43(4), 307–322. <https://doi.org/10.1080/08964289.2016.1170661>
- Permatasari, A. D., & Meilita, Z. (2022). The Relationship Of Self Compassion And Resilience In Final Level Students At The Faculty Of Health Sciences As-Syafi'iyah Islamic University Mahasiswa Tingkat Akhir Di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam As- Syafi'iyah. *Jurnal AFIAT Kesehatan Dan Anak*, 8(1), 73–82. <https://doi.org/10.34005/afiat.v8i01.1065>
- Pratiwi, L. R. (2018). Terapi Realitas Sebagai Sarana Meningkatkan Resiliensi Pada Penyandang Tuna Daksa. *Jurnal Psikologi Ilmiah*, 10(1), 10–17.
- Prawita, E., & Heryadi, A. (2023). Analisis Validitas Konstrak dan Analisis Konsistensi Internal pada Skala Resiliensi. *Psimphoni*, 4(1), 8–15.
- Putra, E. M. (2022). Resiliensi Anak Penyandang Disabilitas. *PAUD Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(02), 154–160. <https://doi.org/10.31849/paud-lectura.v5i02.7020>
- Rachmawati, A., & Listiyandini, R. A. (2020). The Influence of Perceived Maternal Warmth toward Empathy among Urban Adolescents from Low Socio-Economic Status Family. *Psikodimensia*, 19(1), 41. <https://doi.org/10.24167/psidim.v19i1.1943>
- Rahma, U., & Puspitasari, R. (2019). Self-compassion dan Subjective Well-being Remaja Tunadaksa. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 157–164. <https://doi.org/10.15575/psy.v6i2.4059>
- Ramadhani, D., Yuliadi, I., & Saniatuzzulfa, R. (2023). Resiliensi Pada Remaja Panti Asuhan Ditinjau dari Kemandirian dan Religiusitas. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa*, 8(1), 11. <https://doi.org/10.20961/jip.v8i1.57637>
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor. 7 Essential Skill for Overcoming Life's Inevitable Obstacle*. Random House, Inc.
- Ross, E. N., & Faustini, R. A. (1990). Escape from Abuse: *Psychotherapy in Private Practice*, 8(1), 119–133. https://doi.org/10.1300/J294v08n01_14
- Santrock, J. W. (2002). *Life-span development: perkembangan masa hidup (jilid 2)*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:164432221>
- Santrock, J. W. (2014). *Psikologi Pendidikan edisi kedua*. Kencana Prenada Media Group.
- Septiyani, D. A., & Novitasari, R. (2017). Peran Self Compassion Terhadap Kecerdasan Emosi Pada Remaja Tunadaksa. *Jurnal Indigenous*, 2(1), 67–76.

- Spruit, A., Goos, L., Weenink, N., Rodenburg, R., Niemeyer, H., Stams, G. J., & Colonnese, C. (2020). The Relation Between Attachment and Depression in Children and Adolescents: A Multilevel Meta-Analysis. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 23(1), 54–69. <https://doi.org/10.1007/s10567-019-00299-9>
- Sugianto, D., Suwartono, C., & Sutanto, S. H. (2020). Reliabilitas dan validitas Self-Compassion Scale versi Bahasa Indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 7(2), 177–191. <https://doi.org/10.24854/jpu107>
- Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. ALFABETA, CV.
- Utami, I. S., Budi, S., Arnez, G., & Yulita, M. (2023). Model Layanan Pendidikan Bagi Anak Tunadaksa Di Sekolah Inklusif. *Jurnal Pendidikan*, 32(1), 145–152. <https://doi.org/10.32585/jp.v32i1.3570>
- Vandesande, S., Bosmans, G., Sterkenburg, P., Schuengel, C., & Maes, B. (2022). The Attachment Strengths and Needs Interview for parents of children with severe or profound intellectual disabilities: An acceptability and feasibility study. *Journal of Intellectual & Developmental Disability*, 47(2), 118–130. <https://doi.org/10.3109/13668250.2021.1925528>
- Wahyuningsih, H., Novitasari, R., & Kusumaningrum, F. A. (2020). Kelekatan dan Kesejahteraan Psikologis Anak dan Remaja: Studi Meta-Analisis. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(2), 267–284. <https://doi.org/10.15575/psy.v7i2.6426>
- Wahyuningsih, H., Novitasari, R., & Kusumaningrum, F. A. (2021). Kelekatan dan Kesejahteraan Psikologis Anak dan Remaja: Studi Meta-Analisis. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(2), 267–284. <https://doi.org/10.15575/psy.v7i2.6426>
- Zaharuddin, Z., & Wahyuni, R. N. (2021). Hubungan antara Self-Compassion dengan Resiliensi pada Remaja Panti Asuhan Bunda Pangkalan Balai. *Indonesian Journal of Behavioral Studies*, 1(4), 419–434. <https://doi.org/10.19109/ijobs.v1i4.11922>
- Zakiei, A., Alikhani, M., Farnia, V., Khkian, Z., Shakeri, J., & Golshani, S. (2017). Attachment Style and Resiliency in Patients with Obsessive-Compulsive Personality Disorder. *Korean Journal of Family Medicine*, 38(1), 34. <https://doi.org/10.4082/kjfm.2017.38.1.34>